

RETHINK YOUR DRINK



HNUTIE PROTI ŠKODLIVOSTI ALKOHOLU

ČO JE NÁŠ HLAVNÝ CIEĽ?

O NÁS

Rethink Your Drink je iniciatíva zameraná na podporu informovaných rozhodnutí o konzumácii alkoholu. Naším hlavným cieľom je zvyšovať povedomie o škodlivých účinkoch alkoholu a pomôcť ľuďom lepšie pochopiť vplyv alkoholu na ich zdravie a život.



SOBER CURIOUS

Vítame vás vo svete Sober Curious! Tento prístup vám umožňuje preskúmať svoje vzťahy k alkoholu bez nutnosti prijať záväzok abstinencie. Ide o vedomé rozhodnutie zastaviť sa a zamyslieť sa nad tým, ako alkohol ovplyvňuje váš život – fyzicky, emocionálne a spoločensky.



ROZHOVORY S ODBORNÍKMI

Rozhovory s odborníkmi z rôznych oblastí zdravotníctva a vedy, ktorí sa delia o svoje skúsenosti a odborné poznatky o vplyve alkoholu na zdravie. Získajte cenné rady a informácie od profesionálov, ktorí vám pomôžu lepšie porozumieť témam súvisiacim s konzumáciou alkoholu a zdravým životným štýlom.



VZDELÁVANIE

Odborné články zamerané na rôzne aspekty konzumácie alkoholu. Získajte overené informácie, ktoré vám pomôžu zvyšovať zdravotnú gramotnosť a lepšie pochopiť vplyv alkoholu na vaše telo a životný štýl (alkohol a srdce, alkohol a mentálne zdravie, alkohol a rakovina,...)



ČO ROBÍME?

PODPORA A POMOC

Nájdite všetky dôležité kontakty na jednom mieste – Krízová linka pomoci, internetová poradňa pre mladých IPčko, spoločenstvo Anonymní alkoholicy

