# **Berichten voor sociale media** *Thema: alcohol*

# **Tournée Minérale**

|  |  |
| --- | --- |
| Goed begonnen is half gewonnen! 💪 Met een goede voorbereiding maak je er een geslaagde alcoholvrije maand van. Wij delen alvast enkele handige tips:  ✅ Schrijf op waarom je een maand lang geen alcohol zal drinken, dat motiveert.  ✅ Haal alcoholvrije dranken in huis, zo heb je altijd een lekker alternatief!  Heb jij nog leuke tips? Laat het ons weten! 👇 | Afbeelding Tournée Minérale |
|  |  |
| Skip jij alcohol deze maand? Dan ben je sterk bezig! 🤩 Want meedoen met Tournée Minérale biedt heel wat voordelen. Lees er alles over op [www.tourneeminerale.be/nl/voordelen](http://www.tourneeminerale.be/nl/voordelen)! 👍 | Afbeelding tips Tournée Minérale |
|  |  |
| 🍸 Mocktailtip 🍸 Ontdek deze verfrissende mocktails en ga even lekker #alcoholvrij! 👇 | Afbeelding mocktails |

# **De Druglijn**

|  |  |
| --- | --- |
| Wist je dat je voor al je vragen over alcohol en andere middelen bij De Druglijn terecht kan? **📞📧💬** Bovendien vind je er informatie, een eerste advies of adressen voor hulp en preventie. Anoniem, objectief en zonder te oordelen of veroordelen! 👇www.druglijn.be | Afbeelding De Druglijn 1 |
|  |  |
| Wil je nagaan of jouw alcoholgebruik riskant is? 🤔 Doe anoniem en vrijblijvend de zelftest en krijg meteen advies!  👉 [www.druglijn.be/test-jezelf/detail/alcohol](http://www.druglijn.be/test-jezelf/detail/alcohol) | Afbeelding De Druglijn 2 |
|  |  |
| Ken jij veel over alcohol en de bijhorende gevolgen en risico’s? Test hier je kennis! **🍷**  👉 [www.druglijn.be/test-jezelf/detail/alcohol](http://www.druglijn.be/test-jezelf/detail/alcohol) | Afbeelding De Druglijn 2 |

**Nognito**

|  |  |
| --- | --- |
| Hoe kan je in de klas aan de slag met het thema alcohol? 🧐  Simpel: met Nognito! Check snel de bundel met zes interactieve en speelse gespreksmethodieken over alcohol voor de derde graad lager onderwijs en eerste graad secundair onderwijs.  👉 <https://logobrugge-oostende.be/content/nognito> | Afbeelding Nognito |

**Afbeeldingen**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Afbeelding Tournée Minérale |  |  |
|  |  |  |
| 1. Afbeelding tips Tournée Minérale |  |  |
|  |  |  |
| 1. Afbeeldingen mocktails |  |  |
|  |  |  |
| 1. Afbeelding De Druglijn 1 |  |  |
|  |  |  |
| 1. Afbeelding De Druglijn 2 | **Afbeelding met tekst  Automatisch gegenereerde beschrijving** |  |
|  |  |  |
| 1. Afbeelding Nognito |  |  |