

Idées cocktails sans alcool



Le Rio



Ingrédients :

- Citron vert
- Grenadine
- Limonade
- Jus d'orange

Recette :

Remplir les verres de glaçons à mi-hauteur
Ajoutez 1 à 2 tranches de citron vert
Versez la limonade à la moitié du verre
Ajoutez 1 cuillère à soupe de grenadine
Versez le restant du verre de jus d'orange
Mélangez et dégustez !



Le Virgin Mojito



Ingrédients :

- 5 feuilles de menthe
- 2 cuillères à café de sucre
- ¼ de jus de citron
- Glaçons
- Eau gazeuse

Recette :

Mettre tous les ingrédients dans un verre

Pilez

Ajoutez 4 glaçons et l'eau gazeuse

Mélangez et dégustez !



La Piña Colada



Ingrédients :

- 30 cl de jus d'ananas
- 15 cl de lait de coco
- 2 cl de sirop de grenadine
- 2 cl de sirop de sucre de canne

Recette :

*Mélangez le tout
Réservez au frais une petite heure
Versez dans les verres et dégustez !*



L'Apple Rose



Ingrédients :

- 2 cl de sirop de framboise
- 60 cl de jus de pomme
- 6 cl de limonade citron
- Glaçons

Recette :

Versez le tout dans les verres
Ajoutez-y des glaçons
Mélangez et dégustez !



Le Bora Bora



Ingrédients :

- 10 cl de jus d'ananas
- 6 cl de jus de fruits de la passion
- 1 cl de jus de citron
- 1 cl de grenadine

Recette :

Versez le tout dans un verre
Ajoutez-y des glaçons
Mélangez et dégustez !



Infos / Intox



L'alcool ne peut pas franchir la barrière placentaire :

FAUX : L'alcool traverse aisément la barrière placentaire, passant ainsi de la mère à l'enfant, Les concentrations d'éthanol dans le liquide amniotique et chez le fœtus atteignent alors des valeurs comparables à celui de la mère, attention le lait maternel n'y échappe pas !!

L'abstinence totale est idéale au cours des 9 mois de grossesse :

VRAI : même une consommation ponctuelle peut suffire pour provoquer des dégâts si elle a lieu à un moment précis où un organe se construit.

Je peux de nouveau boire de l'alcool pendant la période d'allaitement :

FAUX : l'alcool consommé par la mère passe dans le lait maternel à des concentrations quasi similaires à celles trouvées dans le sang.

E.H.L.A

Equipe Hospitalière de Liaison en Addictologie

(Tabacologie, Alcoologie et toutes Addictions)

Des médecins addictologues,
Une psychologue,
Des infirmières diplômées d'état,
Une secrétaire coordinatrice,

Vous souhaitez échanger sur votre consommation, ou même l'arrêter, cette équipe pluridisciplinaire est là pour vous accompagner dans cette prise en charge.

Pour tous renseignements ou prise de rendez-vous, veuillez contacter le **03.27.69.43.76**



IT 262

Février 2023

Centre Hospitalier de Maubeuge
Rue Simone Veil – 59600 MAUBEUGE