

# Weet u dat?

## HEALTH & SAFETY



*1 standaardhoeveelheid = 1 horecaglas = 10 gram pure alcohol = 1 eenheid alcohol  
Eén glas streek- of abdijbier heeft een hoger alcoholpercentage en bevat 33cl.  
Eén zwaar bier bevat minstens 2 éenheden alcohol = 2 standaarddrinks.*

## Het wordt sterk aangeraden:

- niet meer dan 14 standaarddrinks alcohol per week voor vrouwen te verbruiken (2 glazen /dag)
- niet meer dan 21 standaarddrinks alcohol per week voor mannen te verbruiken (3 glazen /dag)
- gedurende minstens 2 dagen per week geen alcohol te drinken