

Merci d'avoir accepté de répondre à ces questionnaires à propos de votre consommation d'alcool.

AUDIT

Ce questionnaire vous interroge sur votre consommation d'alcool de **l'année écoulée**. Attention à ce que vos réponses reflètent cette unité de temps et pas les dernières semaines. Veuillez estimer, de la manière la plus précise, votre consommation en nombre de boissons alcoolisées selon la définition suivante :

Une boisson alcoolisée :



1. Combien de fois vous arrive-t-il de prendre une boisson alcoolisée ?
 - ☐ jamais
 - ☐ une fois par mois ou moins
 - ☐ 2 à 4 fois par mois
 - ☐ 2 à 3 fois par semaine
 - ☐ 4 fois ou plus par semaine
2. Combien de boissons alcoolisées buvez-vous au cours d'une journée où vous buvez ?
 - ☐ zéro, une ou deux
 - ☐ trois ou quatre
 - ☐ cinq ou six
 - ☐ sept à neuf
 - ☐ dix ou plus
3. Au cours d'une même occasion, combien de fois vous arrive-t-il de boire six boissons alcoolisées ou plus ?
 - ☐ jamais
 - ☐ moins d'une fois par mois
 - ☐ une fois par mois
 - ☐ une fois par semaine
 - ☐ chaque jour ou presque
4. Dans l'année écoulée, combien de fois n'avez-vous pas pu faire ce que, normalement, vous auriez dû faire parce que vous aviez bu ?
 - ☐ jamais
 - ☐ moins d'une fois par mois
 - ☐ une fois par mois
 - ☐ une fois par semaine
 - ☐ chaque jour ou presque
5. Dans l'année écoulée, combien de fois avez-vous observé que vous n'étiez plus capable de vous arrêter de boire après avoir consommé ?
 - ☐ jamais
 - ☐ moins d'une fois par mois
 - ☐ une fois par mois
 - ☐ une fois par semaine
 - ☐ chaque jour ou presque
6. Dans l'année écoulée, combien de fois avez-vous eu un sentiment de culpabilité ou de regret d'avoir bu ?
 - ☐ jamais
 - ☐ moins d'une fois par mois
 - ☐ une fois par mois
 - ☐ une fois par semaine
 - ☐ chaque jour ou presque
7. Dans l'année écoulée, combien de fois avez-vous été incapable de vous souvenir de ce qui s'était passé la veille parce que vous aviez bu ?
 - ☐ jamais
 - ☐ moins d'une fois par mois
 - ☐ une fois par mois
 - ☐ une fois par semaine
 - ☐ chaque jour ou presque
8. Dans l'année écoulée (après une période de forte consommation) avez-vous dû boire de l'alcool dès le matin pour vous remettre en forme ?
 - ☐ jamais
 - ☐ moins d'une fois par mois
 - ☐ une fois par mois
 - ☐ une fois par semaine
 - ☐ chaque jour ou presque
9. Vous êtes-vous blessé ou avez-vous blessé quelqu'un parce que vous aviez bu ?
 - ☐ non
 - ☐ oui, mais pas dans l'année passée
 - ☐ oui, au cours de l'année dernière
10. Est-ce qu'un ami, un médecin ou autre professionnel de la santé s'est déjà préoccupé de votre consommation d'alcool et vous a conseillé de la diminuer ?
 - ☐ non
 - ☐ oui, mais pas dans l'année passée
 - ☐ oui, au cours de l'année dernière

Les 3 questions suivantes portent cette fois sur votre consommation d'alcool au cours de **l'année écoulée**.

1. Combien de fois vous est-il arrivé de consommer de l'alcool ?

- | | |
|--------------------------------------|---|
| ☐ aucune fois | ☐ 5 à 6 fois |
| ☐ une fois | ☐ tous les jours |
| ☐ 2 à 4 fois | |

2. En moyenne, combien de boissons alcoolisées buvez-vous au cours d'une journée de consommation ?

- | | |
|--|--------------------------------------|
| ☐ une ou deux | ☐ sept à neuf |
| ☐ trois ou quatre | ☐ dix ou plus |
| ☐ cinq ou six | |

3. Au cours d'une même occasion, combien de fois vous est-il arrivé de boire six boissons alcoolisées ou plus ?

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ jamais | ☐ 5 à 6 fois |
| ☐ une fois | ☐ chaque jour |

*** MERCI ***

<i>Score</i>	<i>Interprétation</i>
De 0 à 5	Bravo! Votre consommation est considérée comme présentant un risque très modéré.
De 6 à 7	Attention vous entrez dans la zone à risque pour la santé. Vous devriez envisager d'être attentif à votre consommation et à ses conséquences. Parlez-en à votre médecin!
De 8 à 11	Votre consommation présente un risque avéré. La probabilité que vous présentiez un certain degré de dépendance à l'alcool est de l'ordre de 80 à 90 %. Vous devriez considérer d'en parler à votre médecin ou de nous contacter pour un conseil personnalisé n'impliquant aucun engagement de votre part et dont la confidentialité est garantie.
12 ou plus	Votre dépendance à l'alcool est très probable. Nous vous invitons à en parler à votre médecin ou à nous contacter par e-mail ou par téléphone. Le traitement de la dépendance à l'alcool est d'autant plus efficace qu'il est précoce. Aussi, nous vous garantissons que votre démarche est confidentielle est qu'à tout moment vous pourrez choisir de la poursuivre ou non.