

Promillekort LYKKEPROMILLE

Visste du at?

- Lystsentrene i hjernen er mest stimulert ved en promille på 0,6.
- Dette tilsvarer 2 flasker øl/glass vin.
- For de fleste ligger Lykkepromillen et sted mellom 0,5 og 1 i promille.
- Ved å holde deg til Lykkepromillen unngår du de fleste helseskadene.
- 9 av 10 studenter synes ikke fulle gutter/jenter er attraktive.
- 6 av 10 studenter synes det drikkes for mye i studentmiljøet.

lykkepromille.no

LYKKEPROMILLEN varierer med blant annet kjønn og vekt

ALTERNATIV 1

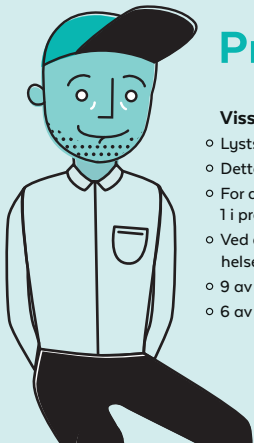


ALTERNATIV 2



En enhet kan være en liten øl, et lite glass vin, eller 4 cl sprit.

Lykkepromillen opprettholdes ved å drikke en øl/et glass vin annenhver time. For å unngå bakrus bør du ikke drikke mer enn 4 enheter, eller lenger enn 3-5 timer på en kveld. Husk at det tar mellom 30 og 60 minutter før du merker rusen av det du drikker.



Promillekort LYKKEPROMILLE

Visste du at?

- Lystsentrene i hjernen er mest stimulert ved en promille på 0,6.
- Dette tilsvarer 3-4 flasker øl/glass vin.
- For de fleste ligger Lykkepromillen et sted mellom 0,5 og 1 i promille.
- Ved å holde deg til Lykkepromillen unngår du de fleste helseskadene.
- 9 av 10 studenter synes ikke fulle gutter/jenter er attraktive.
- 6 av 10 studenter synes det drikkes for mye i studentmiljøet.

lykkepromille.no

LYKKEPROMILLEN varierer med blant annet kjønn og vekt

ALTERNATIV 1



ALTERNATIV 2



En enhet kan være en liten øl, et lite glass vin, eller 4 cl sprit.

Lykkepromillen opprettholdes ved å drikke en øl/et glass vin annenhver time. For å unngå bakrus bør du ikke drikke mer enn 5 enheter, eller lenger enn 3-5 timer på en kveld. Husk at det tar mellom 30 og 60 minutter før du merker rusen av det du drikker.