

# 9 RÅD FØR DIN FESTIVAL

## 1 I MORGEN

Du skal holde i flere dage. Så spar på krudtet.

## 2 SOL

Sol og varme får alkohol til at slå ekstra hårdt. Så hold igen, hvis du også vil opleve aftenens koncerter.

## 3 VENNER

Pas godt på dine venner. Få fat i en samarit, hvis de er gået kolde og ikke er til at få kontakt med. Det er uansvarligt at efterlade en beruset person.

## 4 STEMNING

Pas godt på den gode stemning i din lejr. Drik mindre og undgå dumme skænderier.

## 5 ALDER

Husk at du skal være 18 år for at få udskænket alkohol og 16 år for at købe i forretninger. Reglerne gælder også, når du er på festival.

## 6 VAND

Drik masser af vand. Så holder du længere

## 7 GENSTANDE

Voksne rådes til max at drikke fem genstande ad gangen. Det er ikke verdens dårligste råd. Heller ikke for unge over 16 år.

## 8 FORÆLDRE

Dine forældre er sikkert bekymrede. Tag en snak med dem om alkohol, så bliver det lidt lettere for dem at sende dig af sted på festival.

## 9 INFORMATION

Tjek [www.altomalkohol.dk](http://www.altomalkohol.dk), hvor du kan finde mere information.



MINDRE DRUK. MERE FEST