

Je m'autoévalue de manière plus spécifique :

2.1- Alcool

Questions	Réponses	Points
Quelle est la fréquence de votre consommation d'alcool ?	Jamais	0
	1 fois par mois au moins	1
	2 à 4 fois par mois	2
	2 à 3 fois par semaine	3
	Au moins 4 fois par semaine	4
Combien de verres contenant de l'alcool consommez-vous un jour typique où vous buvez ?	1 ou 2	0
	3 ou 4	1
	5 ou 6	2
	7 ou 8	3
	10 ou plus	4
À quelle fréquence buvez-vous six verres ou davantage lors d'une occasion particulière ?	Jamais	0
	Moins d'1 fois par mois	1
	1 fois par mois	2
	1 fois par semaine	3
	Tous les jours ou presque	4
Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous constaté que vous n'étiez plus capable de vous arrêter de boire une fois que vous aviez commencé ?	Jamais	0
	Moins d'1 fois par mois	1
	1 fois par mois	2
	1 fois par semaine	3
	Tous les jours ou presque	4
Au cours de l'année écoulée, combien de fois votre consommation d'alcool vous a-t-elle empêché de faire ce qui était normalement attendu de vous ?	Jamais	0
	Moins d'1 fois par mois	1
	1 fois par mois	2
	1 fois par semaine	3
	Tous les jours ou presque	4
Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous eu besoin d'un premier verre pour pouvoir démarrer après avoir beaucoup bu la veille ?	Jamais	0
	Moins d'1 fois par mois	1
	1 fois par mois	2
	1 fois par semaine	3
	Tous les jours ou presque	4
Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous	Jamais	0

eu un sentiment de culpabilité ou des remords après avoir bu ?	Moins d'1 fois par mois	1
	1 fois par mois	2
	1 fois par semaine	3
	Tous les jours ou presque	4
Au cours de l'année écoulée, combien de fois avez-vous été incapable de vous rappeler ce qui s'était passé la soirée précédente parce que vous aviez bu ?	Jamais	0
	Moins d'1 fois par mois	1
	1 fois par mois	2
	1 fois par semaine	3
Avez-vous été blessé ou quelqu'un d'autre a-t-il été blessé parce que vous aviez bu ?	Tous les jours ou presque	4
	Non	0
	Oui, mais pas au cours de l'année écoulée	1
Un parent, un ami, un médecin ou un autre soignant s'est-il inquiété de votre consommation d'alcool ou a-t-il suggéré que vous la réduisiez ?	Oui, au cours de l'année	2
	Non	0
	Oui, mais pas au cours de l'année écoulée	1
	Oui, au cours de l'année	2

Une fois le test AUDIT terminé, comptabilisez le nombre de points obtenus et reportez-vous au tableau ci-dessous.

Interprétation des résultats	
Entre 0 et 8 points	Votre consommation d'alcool ne semble pas être nocive
Entre 9 et 12 points	Consommation d'alcool élevée et nocive
Plus de 13 points	Dépendance à l'alcool