



# Comprenez votre consommation.

Selon les Directives de consommation d'alcool à faible risque du Canada, un verre standard correspond à :



## **BIÈRE OU COOLER :**

341 ml (12 oz)  
5% d'alcool



## **VIN :**

142 ml (5 oz.)  
12% d'alcool



## **SPIRITUEUX :**

43 ml (1.5 oz.)  
40% d'alcool

En apprendre davantage à [ConnaitreMesLimites.ca](http://ConnaitreMesLimites.ca)

**RAJC**  
RÉGIE DES ALCOLS, DES JEUX ET  
DU CANNABIS DU MANITOBA