



# Det Hvite Bånd

- Ditt liv er ditt ansvar

## Hvorfor drikker du?

### HAR DU LYST TIL Å:

- 1) Bedre økonomien?
- 2) Bedre helsen?
- 3) Forebygge ulykker og skader?
- 4) Være et godt forbilde?

### VISSTE DU AT...

.. 12% av nordmenn mellom 16-74 år røyker daglig?

.. det i 2015 var 47380 siktelser mot rusmiddellovbrudd?

.. i 2016 drakk nordmenn 25 841L alkohol

### ELLER AT...

.. i 2014 var det over 300 alkoholrelaterte dødsfall og ca 6500 døgnopphold på sykehus med alkoholrelatert hoveddiagnose?

(Statistisk Sentral Byrå,  
Folkehelseinstituttet)

"First you take a drink,  
then the drink takes a drink,  
then the drink takes you."

- Francis Scott Key Fitzgerald

# ALKOHOLFRIE DRINKER



## 1. APRICOT SPARKLER

Bland sammen 6 cl aprikosnektar og 3 cl sitronsaft i blenderen sammen med isbiter.

Kjør på lav hastighet noen få runder, til isbitene har delt seg i mindre biter.

Topp opp drinken med selters, før du til slutt tilsetter noen strimler av sitronskall for ekstra smak.



## 2. PEACH FUZZ

Kjør 6 cl sitronsaft, 6 cl half-and-half, 1 ts sirup og 5 moste jordbær i blenderen sammen med isbiter. Stopp når blandingen har blitt en slush. Toppes opp med selters og serveres i et avkjølt pjoiterglass.

Pynt gjerne med en ferskenbåt eller et jordbær på kanten av glasset.

*KILDER: [godt.no](http://godt.no) /  
[drikkeglede.no](http://drikkeglede.no) / [klikk.no](http://klikk.no)*



*Mer info*

[www.hviteband.no](http://www.hviteband.no) ///  
[www.facebook.com /Det Hvite Band](https://www.facebook.com/DetHviteBand)