

Just found out you're pregnant?

It's never too late to get the facts about alcohol and pregnancy



- Many pregnancies are not planned. If you drank alcohol before you knew you were pregnant, you can make a confidential call to Motherisk for helpful information.
- There are still many things you can do to have a healthy pregnancy and a good start for your baby.
- If you are pregnant or planning a pregnancy, it is safest not to drink any alcohol, because no amount of alcohol has been proven safe.

CALL:

1-877-327-4636

OR VISIT:

www.motherisk.org

Vous venez d'apprendre que vous êtes enceinte?

Il n'est jamais trop tard pour en savoir plus sur les effets de l'alcool pendant la grossesse.

- Un grand nombre de grossesses ne sont pas planifiées. Avez-vous bu de l'alcool avant de savoir que vous étiez enceinte? Vous pouvez vous renseigner à ce sujet en toute confidentialité auprès de l'organisme Motherisk.
- Vous pouvez encore faire beaucoup de choses pour vivre une grossesse saine et donner à votre bébé un bon départ dans la vie.
- Si vous êtes enceinte ou prévoyez le devenir, il est préférable de ne pas boire d'alcool, car aucune quantité n'est inoffensive durant la grossesse.



COMPOSEZ LE

1-877-327-4636

RENDEZ-VOUS À L'ADRESSE

www.motherisk.org