



# MERCREDI DU BIEN-ÊTRE

**Qu'est-ce que le bien-être social?**

Parlons-en.

Le bien-être social fait référence à la capacité de former et d'entretenir des relations. Il met également l'accent sur l'importance de la communication et de l'interaction avec les autres.



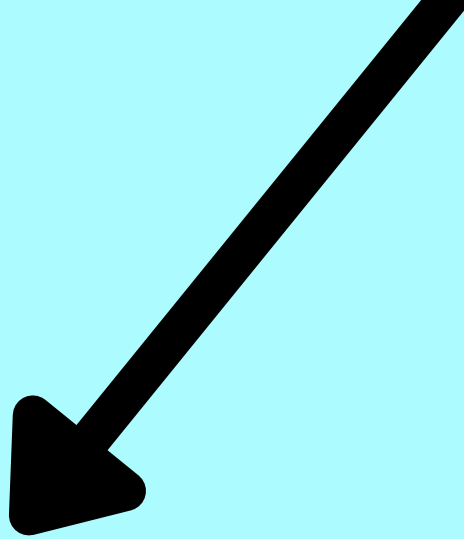
Développez et entretenez des amitiés tout en vous efforçant de créer des liens sociaux, car ils contribueront à renforcer votre bien-être physique et mental.



Il est important de trouver un équilibre dans votre vie sociale. Prenez du temps pour vous et prenez soin de vous tout en prenant soin des autres.



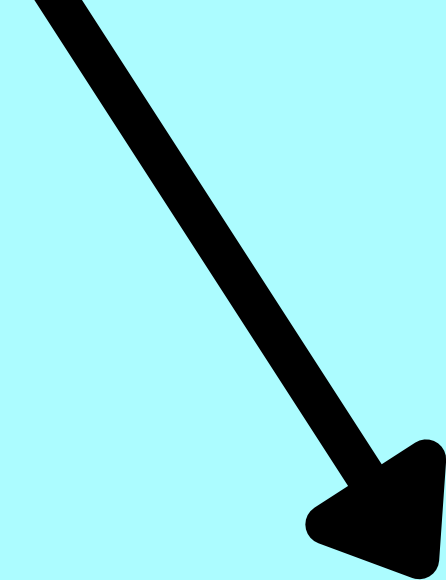
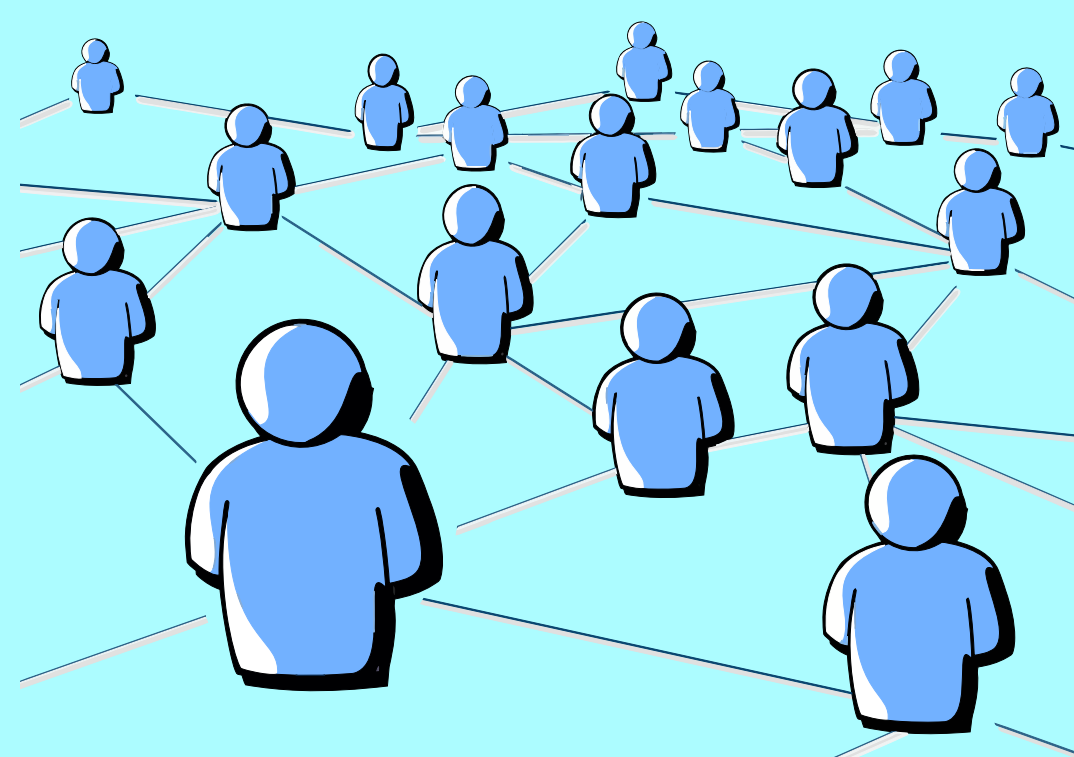
Faites de votre mieux pour vous investir dans la communauté en participant à des événements sociaux et à des rassemblements.



En tant que parent, il est important de créer des liens avec vos enfants. Soyez disponible, attentif et sensible à leurs besoins. Cela permettra d'établir une relation saine.



Traitez les autres avec gentillesse et respect. Valorisez la diversité, l'équité et l'inclusion.



Amusez-vous et profitez du temps que vous passez avec les autres. Vivez le moment présent et appréciez les personnes qui vous entourent.

# Vidéos sur le bien-être social pour les enfants

Bien-être social

Cybersécurité

Compétences sociales

