

Nom de l'élève: \_\_\_\_\_

## Regarder et écouter : Bien-être social

Regarde la vidéo [Mieux être social](#) et réponds aux questions suivantes.

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

**2. En tant qu'êtres humains, nous avons un besoin fondamental de \_\_\_\_\_ et \_\_\_\_\_.**

**3. Au fil des ans, notre société a changé à bien des égards. Nos interactions sociales ont-elles augmenté ou diminué ?**

**4. Sélectionne la réponse appropriée. Lorsque nous avons des liens significatifs, nous sommes plus susceptibles de.. :**

- a) Manger plus sainement
- b) Faire moins d'exercice
- c) Dormir moins
- d) Vapoter plus

**5. Vrai ou faux : Les personnes disposant d'un réseau social solide sont moins exposées aux maladies cardiovasculaires, au diabète et à l'arthrite.**

**6. Cite une façon dont le bien-être social affecte la santé mentale.**

**7. L'engagement social réduit le risque de quelle maladie en vieillissant ?**