

L'aïllament social pot tenir un efecte negatiu sobre la salut.

# No t'aïllis!

1. No parles amb els altres tant com voldries?



2. Et sents sol o sola?



3. No surts tant com t'agradaria?



## Programa Prescripció Social i Salut

Reforça el que et fa sentir bé i participa en activitats a la teva comunitat per augmentar el teu benestar físic i emocional.

La participació social és un poderós factor protector de la salut.

Demana informació sobre el **Programa de Prescripció Social i Salut als professionals** de la salut del teu Centre d'Atenció Primària.

