

**LES BIBLIOTHEQUES ET CUIDEN**

*Recomanacions  
de llibres infantils*

**SALUT MENTAL**

**I BENESTAR**

**EMOCIONAL**



**biblioteques de l'anoia**



# LES BIBLIOTEQUES ET CUIDEN

**EL 10 D'OCTUBRE ÉS EL DIA MUNDIAL DE LA SALUT MENTAL** i les biblioteques de l'Anoia, un any més, se sumen a la iniciativa de fer comunitat i ajudar a les persones a tenir cura de la seva salut.











Enguany, hem fet una selecció de contes que tracten problemes de salut mental i promouen el benestar emocional dels infants i les famílies. I és que un conte és la manera més fàcil i bonica d'explicar-ho als nostres fills i filles.

Tots els contes recomanats els podreu trobar a la vostra biblioteca pública més propera.

Bones lectures!

Biblioteques de l'Anoia, octubre 2023

## **Codi de colors i biblioteques**

 Biblioteca Central d'Igualada	 Biblioteca de Masquefa
 Biblioteca Mont-Àgora, de Santa Margarida de Montbui	 Biblioteca de Piera
 Biblioteca de Vilanova del Camí	 Biblioteca Verge de Montserrat, d'El Bruc
 Biblioteca l'Atzavara, d'Òdena	 Bibliobús Montserrat
 Biblioteca el Safareig, de Capellades	 Bibliobús Serra de Rubió

# ADDICCIÓ A LES PANTALLES



## CONTES FINS A 6 ANYS



BRENNAN, Ilan;  
BONILLA, Rocio  
**Juguem?**

Animallibres, 2017



CARRILHO, André  
**La nena dels  
ulls atrafegats**

Thule, 2021



DOCHERTY, Helen  
**La cruspi-  
pantalles**

Maeve Young, 2021



JAVAUX, Amélie;  
MASSON, Annick  
**Una família  
desconnectada**

Símbol, 2022



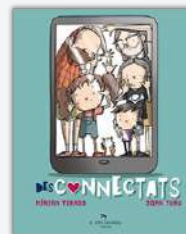
LEPETIT, Emmanuelle  
**Un dia sense  
pantalles**

Panini Books, 2022



Till the cat;  
HINDER, Carine  
**Martí i les  
pantalles**

La Galera, 2021



TIRADO TORRAS, Míriam  
**Desconnectats**

El Cep i la Nansa, 2020



## CONTES A PARTIR DE 7 ANYS



ROCA, Elisenda  
**On-off: un conte  
per aprendre a  
desconnectar**

Bambú, 2017



## CONTES FINS A 6 ANYS



ALLOWAY, Tracy Packiam  
**L'Aina i el problema del pati:**  
 un llibre sobre l'ansietat  
 Cruïlla, 2020



AVERISS, Corrinne  
**El fil invisible de l'amor**  
 Estrella Polar, 2022



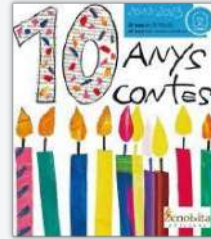
## CONTES FINS A 6 ANYS



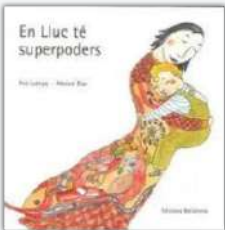
GÓMEZ DOMÍNGUEZ, David  
**El Leo no és cap extraterrestre**  
 Libre Albedrío, 2020



## CONTES A PARTIR DE 7 ANYS



**10 anys, 10 contes**  
 Centre de Recursos en Trastorn de l'Espectre Austista de la Catalunya Central, 2023



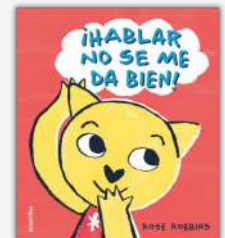
LUENGO, Ana;  
 DÍAZ, Marisol  
**En Lluc té superpoders**  
 Bellaterra, 2018



GRACIA OLIVA, Vicente;  
 SÁNCHEZ NADAL, Inés  
**Pàgines del diari d'en Simó**  
 Salòria, 2022



## CONTES A PARTIR DE 10 ANYS



ROBBINS, Rose  
**¡Hablar no se me da bien!**  
 Loqueleo, 2021



DOOLEY, Aoife  
**El món de la Frankie**  
 Maeva, 2023



# DEPRESSIÓ PSÍQUICA

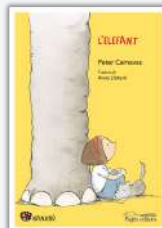
## CONTES FINS A 6 ANYS



REGOJO, José Luis  
**En Max i la  
seva ombra**  
Cànoves, 2012



## CONTES A PARTIR DE 7 ANYS



CARNAVAS, Peter  
**L'elefant**  
Pagès, 2021



## CONTES A PARTIR D'11 ANYS



JORDAHL, Jenny  
**¿Y a ti que te  
ha pasado?**  
Liana, 2021



# TRASTORNS ALIMENTARIS





# TRASTORN BIPOLAR

## CONTES A PARTIR DE 7 ANYS



MICALÓ REBAQUE, Dídac  
**El dimarts, el meu tiet i els extraterrestres**  
Tramuntana, 2016



## CONTES FINS A 6 ANYS



ALLOWAY, Tracy Packiam  
**La Laia i el misteri de la classe: un llibre sobre el TDAH**  
Cruïlla, 2020



## CONTES A PARTIR DE 7 ANYS



ÁLVAREZ, Blanca  
**Missió prehistòria**  
Sentir, 2021



COMPÁN FERNÁNDEZ, Isabel  
**En Pol no para quiet**  
Omnia Books, 2022



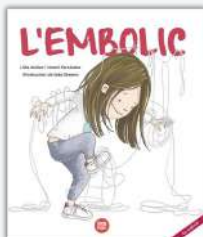
GUERRERO, Rafael;  
LAGUNA, Carolina  
**Missió detectius**  
Sentir, 2020



# TRASTORN PER DÉFICIT D'ATENCIÓ I HIPERACTIVITAT



## CONTES FINS A 6 ANYS



ÁLCAZAR, Lída  
**L'embolic**  
Bindi Books, 2021



ARMISÉN, Eva  
**Què m'està passant?**

Flamboyant, 2019



ALEMAGNA, Beatrice  
**Les coses que se'n van**

Combel, 2019



ARUMÍ, Ignasi  
**La forma de la felicitat**

Excellence, 2022



ALEMAGNA, Beatrice  
**Gisela de vidre**

Libros del Zorro Rojo, 2019



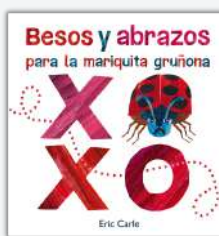
BRIGHT, Rachel  
**Dos esquiroles i una pinya**

Baula, 2018



ALVISI, Dario  
**Les capses de la Berta**

NubeOcho, 2020



CARLE, Eric  
**Besos y abrazos para la mariquita gruñona**

Kókinos, 2021



# BENESTAR EMOCIONAL



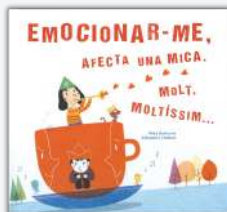
COUTURIER, Stéphanie  
**El llibre de les  
emocions de ...: un  
llibre interactiu ple  
de sorpreses!**

Estrella Polar, 2018



ISOL  
**Petit, el monstre**

Takatuka, 2022



DUFRESNE, Rhéa  
**Emocionar-me,  
afecta una mica,  
molt, moltíssim...**

Tramuntana, 2019



LÉVY, Didier  
**Els sentiments  
d'en Fèlix**

Cruilla, 2018



ISERN, Susanna  
**L'esquiroleta  
no sap dir no**

NubeOcho, 2022



MARTORELL, Mariona  
**Esas cosas que  
nos pasan**

Duomo, 2021



ISERN, Susanna  
**El meu primer  
emocionòmetre**

Nubeocho, 2021



MONIZ, Madalena  
**Avui em  
sento...: de l'A  
a la Z**

Dimoni Pelut, 2022







OZIEWICZ, Tina  
**Què fan els sentiments?**

Meraki, 2023



PROUS, Noemí  
**Jo, Chloe**

El Cep i la Nansa, 2021



PENFOLD, Alexandra  
**Em sento...**

Alba, 2022



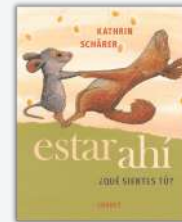
ROCA, Elisenda;  
CARRERAS, Salvador  
**El conte de les emocions**

Edebé, 2022



PERCIVAL, Tom  
**El riu**

Andana, 2021



SCHÄRER, Kathrin  
**¿Qué sientes tú?**

Lóguez, 2021



PINTADERA, Fran  
**Per què plorem?**

Akiara, 2018



TIRADO TORRAS, Míriam  
**El cercle**

El Cep i la Nansa, 2021



## CONTES A PARTIR DE 7 ANYS



TIRADO TORRAS, Míriam  
**La font amagada:  
el conte per  
retrobar-te**  
B de Blok, 2021



**Contes de la  
salut mental i  
el benestar  
emocional**

Mediterrània, 2022



VERDÚ, Irene  
**Una carta**  
Animallibres, 2022



IBARROLA, Begoña;  
MOREA, Marisa  
**Contes per a una nova  
realitat: gestionar les  
emocions, vèncer les  
pors i recuperar rutines**  
Estrella Polar, 2020



WIKET, Jo  
**Així és el meu  
somriure**  
Gobelet, 2022



LEVY, Ganit  
**Un dia con Sofía**  
Montena, 2023

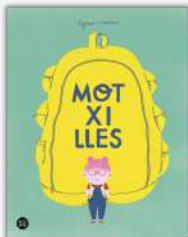


WOODWORTH, Rachel  
**Lluny, ben  
lluny d'aquí**  
Libros del Zorro Rojo, 2018



LIENAS, Gemma  
**Pequeños  
cuentos con  
grandes valores**  
B de Blok, 2020





LYONA, Marcus  
**Motxilles**

BaoBab, 2021



TIRADO TORRAS, Míriam  
**Sensibles: un  
conte per abraçar  
el que sentim**

B de Blok, 2022



NÚÑEZ PEREIRA, Cristina  
VALCÁRCEL, Rafael R.  
**Paraules  
màgiques per a  
moments difícils**

Palabras Aladas, 2021



VAIMBERG, Tali  
**El secret de la  
lluna**

Vicens Vives, 2020



ROVIRA CELMA, Àlex  
**Contes per a nenes i  
nens felços: 35  
històries amb valors  
per sembrar felicitat**

Estrella Polar, 2020



TABOADA, Bea  
**A vegades la  
mare té el cap  
ple de trons**

Animallibres, 2020



## CONTES A PARTIR D'11 ANYS



MANZANO, Eva  
**Receptes de les  
petiteses  
salvatges**

Thule, 2020



Biblioteca Central d'Igualada



Biblioteca  
mont-àgora



Biblio  
de Vilanova del Camí  
-teca



l'atzavara  
BIBLIOTECA MUNICIPAL D'ODENA



Biblioteca de Piera



BIBLIOTECA  
EL SAFAREIG DE CAPELLADES



BIBLIOTECA VERGE DE MONTSERRAT



Diputació  
Barcelona

Xarxa de Biblioteques Municipals