

MANIFEST

les Franqueses del Vallès

SENSE FUM

1. Perquè volem fer de l'entorn esportiu, cultural i educatiu un entorn saludable.

2. Perquè volem protegir els infants del fum.

3. Perquè professors i professores, educadors i educadores, entrenadors i entrenadores, professionals dels equipaments i famílies som un model per als infants.

4. Perquè l'escola constitueix un dels principals escenaris d'aprenentatge dels infants.

5. Perquè educar per a la salut forma part de l'educació dels nostres fills i filles.

6. Perquè l'escola educa amb continguts però també amb l'entorn, el clima i les actituds.

7. Perquè quan fem esport, fem salut.

8. Perquè la combinació d'esforç físic i tabac posa en perill la salut.

9. Perquè l'esport ajuda a portar una vida activa i dona benestar físic i mental.

10. Perquè una vida saludable és una vida sense tabac.

11. Perquè la família hi juga un paper molt important.

Vetllem tots plegats perquè les entrades a les escoles i els espais culturals i esportius siguin entorns lliures de fum.



Biblioteca Municipal de les Franqueses del Vallès

Centre Cultural de Bellavista
Astúries, 1
08521 Les Franqueses del Vallès
Tel. 93 840 43 88

biblioteca.franqueses@lesfranqueses.cat
b.franqueses@diba.cat
www.lesfranqueses.cat
www.diba.cat/biblioteques

Horari

Matins: dimarts, dimecres i dissabtes
de 10 a 14h.
Tardes: de dilluns a divendres de 16 a
20.30h.



Les Franqueses del Vallès

Biblioteca Municipal



BIBLIOGRAFIA

- ABELLA i PONS, F. *Deixar de fumar pot ser divertit*. Lleida : Pagès, 2017. 64 p.
- BATLLORI, A. *El Consumo de drogas entre adolescentes : prevención en la escuela y en la familia*. Madrid : Narcea, DL 2016. 202 p.
- BECOÑA IGLESIAS, E. *Tratamiento del tabaquismo*. Madrid : Dykinson, 1998. 381 p.
- CARR, A. *Es fácil dejar de fumar para siempre*. Madrid : Espasa, cop. 2012. 209 p.
- CARR, A. *Es fácil dejar de fumar, si sabes cómo*. Madrid : Espasa Calpe, cop. 2000. 223 p.
- CARR, A. *És fàcil que les dones deixin de fumar*. Madrid : Espasa, 2004. 263 p.
- CARR, A.. *Es fácil dejar de fumar*. Dirigida por David Thompson. Barcelona : Manga, 2006. 1 disc òptic (DVD).

- KLEINMAN, L. *¿Dejar de fumar?.* México: Pearson Educación, 2001. 308 p.
- LUENGO, D. *Los Secretos de la ansiedad*. Barcelona: Paidós, 2015. 198 p.
- MARÍN TUYÀ, D. *Avui deixo de fumar : com aconseguir-ho superant l'ansietat*. Barcelona : Viena, 2005. 182 p.
- MORÓN, M. *Superar les addiccions : com evitar les dependències que minen la salut*. Barcelona : Pòrtic, 1997. 95 p.
- PARDELL i ALENTÀ, H. *Manual de diagnòstic i tractament del tabaquismo*. Madrid : Editorial Médica Panamericana, cop. 1996. 202 p.
- PÉREZ i CALVO, R. M. *Tabac, alcohol i altres drogues*. Barcelona : Columna, 1997. 140 p.

- *Quan als pares ens preocupa el tabac : guia per a pares*. Barcelona : Òrgan Tècnic de Drogodependències. Direcció General de Salut Pública, 2004. 24 p.
- RAMON TORRELL, J. M. *Los Exfumadores somos invencibles*. Barcelona : Roca, 2016. 205 p.
- REDOLAR RIPOLL, D. *Cerebro y adicción : neurobiología del refuerzo*. Barcelona : UOC, 2008. 566 p.

