



Dia mundial sense tabac – Propostes per parlar-ne amb joves

Type: [1]

Author: [Clotet Massana, Montserrat](#) [2]

Creation: Published by [Montserrat Clotet Massana](#) [2] on 28/04/2017 - 13:14 | Last modification: 31/05/2023 - 09:31

Categories: Materials per al treball amb joves

Tags: recursos



El 31 de maig és el Dia Mundial sense tabac. Aquest 2023 amb el lema: "Conrea aliments, no tabac", fent focus que el que necessitem és aliments, no tabac.

Oferim recursos per parlar amb joves sobre la importància de promoure hàbits de vida saludables.



[3]

Efemèride
Dia mundial sense tabac
Tema
Recursos per conscienciar als i les joves sobre les conseqüències del consum de tabac
Vídeos
Teens. Campanya de la British Heart Foundation adreçada als joves en el No Smoking Day [canal Gurchetan Singh, 1:03]
¿FUMAS? Quizás no sepas esto. Experiment casolà realitzat per un jove on mostra els efectes del fum d'una cigarreta [canal AndreiGal14, 6:02]
Fumar queda bé? Vídeo d'animació on s'explica el negoci que suposa el tabac. [canal girprevencio, 3:17]

La industria tabacalera busca una nueva generación de clientes. Campanya de l'Organització Mundial de la Salut on s'expliquen les estratègies per captar joves. [canal WHO, 1:37]

Smoking KID - BEST OF #OGILVYCANNES 2012 / #CANNESLIONS . Campanya antitabac plantejada com un experiment. [canal ogilvy, 2:37]

El tabac t'atrapa i et mata #ElTabacoAtayteMata. El resultat és el mateix, sigui quina sigui la forma com es fuma [canal Ministerio de Sanidad, 0:20]



[4]

[#esfumat](#) [4], cinquè taller de la guia [#socsaludable](#) [5], dedicada al reconeixement dels hàbits saludables a la vida quotidiana, on tractem dels riscos associats al consum de tabac.

Objectius del taller: conèixer les conseqüències del consum de tabac, prendre consciència de la pressió exercida pel grup d'iguals i afavorir el procés de reflexió crítica davant el consum de tabac.

Documents

[Fumes perquè vols?](#) [6] Activitat de sensibilització adreçada als i les joves. Agència de Salut Pública de Barcelona.

Prevenició del consum de tabac. [Tu decideixes!](#) [7] Tríptic per a la prevenició del consum de tabac entre els i les joves. Servei de Salut Pública de la Diputació de Barcelona.

Recursos web

[Jove.cat](#) [8]- informació adreçada a joves per a prendre consciència dels riscos i decidir quina actitud prendre davant del tabac.

[ElPep.info](#) [9]- adreçat a joves d'entre 14 i 17 anys per potenciar la difusió dels missatges preventius i reduir comportaments de risc entre el jovent.

[Tu punto](#) [10] - programa dirigit a estudiants universitaris que facilita la informació sobre els riscos derivats del consum de diverses substàncies i suggereix estratègies d'autocontrol.

[Tabac](#) [11]. Informació sobre el tabac i consells i recursos per deixar de fumar. Salut. Generalitat de Catalunya.

[Beneficis si deixes de fumar](#) [12]. Hospital Vall d'Hebron.

[Prevenició del consum del tabac, tu decideixes!](#) [13] Vols tenir bons motius per a no fumar? Recull d'idees clau per reforçar aquesta decisió. Servei de Salut Pública de la Diputació de Barcelona.

[El tabac al descobert](#) [14] Vols saber que s'amaga darrere del consum de tabac? Informació per conèixer millor el tabac i tot el que l'envolta. Servei de Salut Pública de la Diputació de Barcelona.



[Recursos per deixar de fumar](#) [15]. Més de 100 raons per deixar de fumar: Ús de la intel·ligència artificial per adoptar un estil de vida més saludable. OMS.

[Dia Mundial sin Tabaco 2023](#) [16]. Pàgina oficial del Dia. OMS.

Recull elaborat amb el suport del [Servei de Salut Pública](#) [17] de la Diputació de Barcelona.

[Accés a altres recursos](#) [18]

Categories: Materials per al treball amb joves

Tags: recursos

- [19]

Source URL: <https://joventut.diba.cat/en/documents/dia-mundial-sense-tabac-propostes-per-treballar-amb-joves>

Links:

- [1] <https://joventut.diba.cat/en>
- [2] <https://joventut.diba.cat/en/members/clotetmm>
- [3] <https://www.diba.cat/web/ods/salut-i-benestar>
- [4] <https://www.diba.cat/web/fem-tec/esfumat>
- [5] <https://www.diba.cat/web/fem-tec/-socsaludable-guia-10>
- [6] <https://centredocumentacioap.diba.cat/cgi-bin/koha/opac-retrieve-file.pl?id=5f56a8b5c06420e56ac73f935e8f8dd8>
- [7] <https://www.diba.cat/documents/713456/4904706/Prevenci%C3%B3%20consum+tabac+2014+-+Tr%C3%ADptic.pdf/e7596e4e-6cc0-4a97-b265-9f2230b731c4>
- [8] <https://jovecat.gencat.cat/ca/temes/salut/drogues-i-addiccions/tabac/>
- [9] <https://www.elpep.info/el-tabac/>
- [10] <http://www.tupunto.org/tabac>
- [11] <https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/t/tabac/>
- [12] <https://hospital.vallhebron.com/assistencia/salut-i-benestar/beneficis-si-deixes-de-fumar>
- [13] https://www.diba.cat/documents/713456/71398285/2020_PrevencioConsumTabac_triptic_web.pdf/53312289-4e2b-0270-5a9f-b921bd3e424b?t=1601902102562
- [14] <https://eltabacaldescobert.diba.cat/>
- [15] <https://www.who.int/es/campaigns/world-no-tobacco-day/world-no-tobacco-day-2021/quitting-toolkit>
- [16] <https://www.who.int/es/campaigns/world-no-tobacco-day/2023>
- [17] <https://www.diba.cat/web/salutpublica/presentacio>
- [18] <https://www.diba.cat/web/joventut/recursos-mensuals-per-al-treball-amb-joves>
- [19] <https://joventut.diba.cat/node/3538>