

LES BIBLIOTHEQUES ET CUIDEN

Recomanacions  
de llibres infantils

SALUT MENTAL

I BENESTAR

EMOCIONAL





# 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



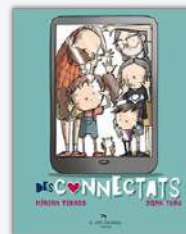
LEPETIT, Emmanuelle  
**Un dia sense  
pantalles**

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



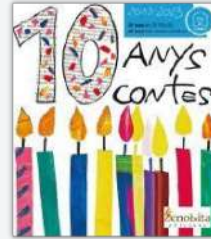
## CONTES FINS A 6 ANYS



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



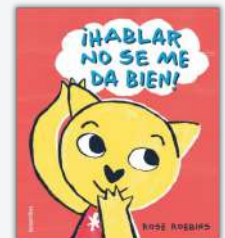
LUENGO, Ana;  
 DÍAZ, Marisol  
**En Lluc té superpoders**  
 Bellaterra, 2018



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

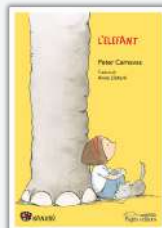
## CONTES FINS A 6 ANYS



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



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



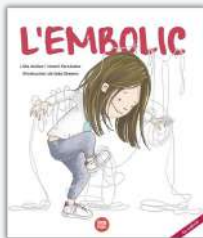
GUERRERO, Rafael;  
LAGUNA, Carolina  
**Missió detectius**  
Sentir, 2020



# 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



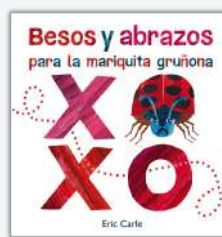
BRIGHT, Rachel  
**Dos esquiroles i una pinya**

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**  
Takataka, 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



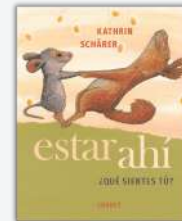
ROCA, Elisenda;  
CARRERAS, Salvador  
**El conte de les emocions**

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

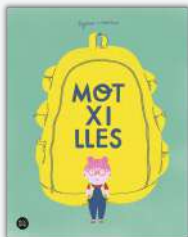


WOODWORTH, Rachel  
**Lluny, ben  
lluny d'aquí**  
Libros del Zorro Rojo, 2018



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 feliços: 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



Diputació  
Barcelona

Xarxa de Biblioteques Municipals