

# El fum ben lluny

## Objectius

Evitar o retardar l'inici de fumar i/o vapejar. Reforçar la posició de no consumir i mantenir-la davant de la pressió de grup. Fomentar actituds i comportaments positius i saludables.

## Continguts

- ✓ **Principals components** del tabac, cigarretes electròniques, tabac de liar i els seus efectes per a la salut.
- ✓ Els **perills** de l'ús de les cigarretes electròniques, i el tabac de cargolar com maneres alternatives de fumar al tabac tradicional.
- ✓ **Dependència, addicció**, dificultat per deixar de fumar i/o vapejar.
- ✓ **Factors de risc i factors protectors**.
- ✓ **Habilitats socials** per no cedir a la pressió del grup.
- ✓ **Estratègies publicitàries** de les indústries per captar nous clients.



**Primària i Secundària**  
(6è de primària i 1r i 2n d'ESO)



**1 h 30 min**

## Equipament necessari

- Aula del centre educatiu amb espai suficient per a la part pràctica.
- Projector i pantalla.

## Material complementari

- Tríptic "[Prevençió del consum de tabac, tu decideixes!](#)"
- Postal "[I tu, què fas davant del tabac?](#)"
- Cartell "[Altres maneres de fumar](#)"