



**ALTZAGAKO BIBLIOTEKAN**  
**ASTRABUDUKO BIBLIOTEKAN**  
**BIBLIOTEKA BIETAN**

**INFORMAZIO OROKORRA**  
**INFORMACIÓN GENERAL**

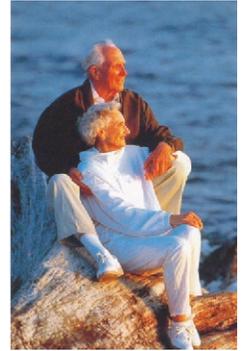
- **Envejecer es vivir / Loles Díaz Aledo**
- **Envejecer con los demás / Rocío Fernández-Ballesteros**
- **Envejecer bien : qué es y como lograrlo / Rocío Fernández**
- **Saber envejecer : cómo, más y mejor / F.J. Flórez Tascón**
- **La aventura de envejecer : del mito de la menopausia al deterioro físico / Margarita Rivière**
- **La vejez / Simone de Beauvoir**
- **La vejez / Alicia Mederos**
- **La vejez y sus mitos / Jesús Sánchez-Caro**
- **Disfrutar de la vejez / B.F. Skinner**
- **Mujeres mayores**
- **La edad dorada : guía para entender y disfrutar la vejez / Alex Comfort**
- **Atención a las personas en situación de dependencia en España : Libro blanco**
- **Tercera edad y calidad de vida, aprender a envejecer / Luis M<sup>a</sup> Gonzalo**



**EN LA BIBLIOTECA DE ALTZAGA**  
**EN LA BIBLIOTECA DE ASTRABUDUA**  
**EN LAS DOS BIBLIOTECAS**

**SEXUALITATERA**  
**SEXUALIDAD**

- **Afectividad y sexualidad en la ancianidad**
- **Sexualidad en la vejez / Félix López Sánchez**



**PSIKOLOGIA**  
**PSICOLOGÍA**

- **Cuide su mente / Rocío Fernández-Ballesteros**
- **Pasión por la vida : crecimiento psicológico y espiritual a lo largo de la vida / Anne Brennan**
- **Violencia en Casa / Pedro de Torres**
- **El poder gris : una nueva forma de entender la vejez / Félix López Sánchez**
- **La fuerza de la experiencia / Alfonso García**

**HELDUAK LITERATURAN**  
**LOS MAYORES EN LA LITERATURA**

- **La sonrisa etrusca / José Luis Sampedro**
- **Falta alma / Javier García Sánchez**
- **SPrako tranvia / Unai Elorriaga**
- **Un tranvia en SP / Unai Elorriaga**

**ALTZAGAKO BIBLIOTEKAN**  
**ASTRABUDUKO BIBLIOTEKAN**  
**BIBLIOTEKA BIETAN**



**HELDUAK HEZKUNTZAN**  
**EDUCACIÓN PARA MAYORES**

- ¡Las cosas del tráfico! / *Mª Cruz García*

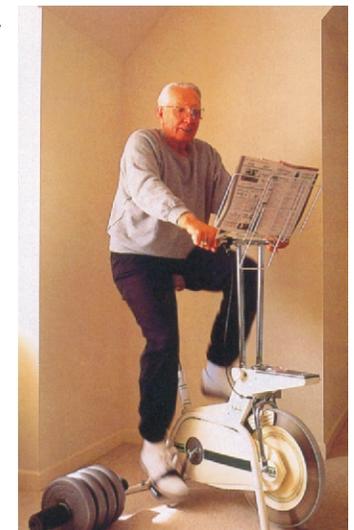
**HELDUAK GIZARTEAN**  
**LOS MAYORES EN LA SOCIEDAD**

- Grupos de apoyo en la vejez / *Imanol Ormaza*
- Los problemas legales más frecuentes sobre la tutela, asistencia y protección de personas mayores / *Rosa María de Couto Gálvez*
- El edadismo contra “jóvenes” y “viejos” : la discriminación universal / *Martín Sagrera*
- Jóvenes de corazón : la utilidad de la vejez / *Antonio Álvarez Solís*
- El anciano en casa : guía de cuidados para familiares, auxiliares a domicilio, voluntariado y ancianos solos / *S. Gurpide*
- Viva la jubilación : reflexiones para comprender y vivir mejor la jubilación / *Lourdes Bermejo*
- Intervención social en gerontología : manual práctico
- El abuelo Andrés : cuando la convivencia se vuelve difícil / *Mª Jesús González Suazo*
- Hogar, dulce hogar / *Lourdes Bermejo*

**EN LA BIBLIOTECA DE ALTZAGA**  
**EN LA BIBLIOTECA DE ASTRABUDUA**  
**EN LAS DOS BIBLIOTECAS**

**KULTURA ETA KIROLA**  
**CULTURA Y DEPORTE**

- Actividades físicas para mayores: las razones para hacer ejercicio / *A. Meléndez*
- Gimnasia para la osteoporosis / *Mia Schmidt*
- Cuide su cuerpo / *Rocío Fernández-Ballesteros*
- La actividad física en en la tercera edad : gimnasia en grupos, juegos y cuidados activos con ejercicios / *Martha Sharll*
- Fichas de ejercicios para la tercera edad / *Annick Louvard*
- Movimiento creativo con personas mayores / *Pilar Pont*
- Actividades de animación para la tercera eda / *Stella Choque*
- Ejercicios para combatir la artritis / *Dava Sobel*



**ALTZAGAKO BIBLIOTEKAN**  
**ASTRABUDUKO BIBLIOTEKAN**  
**BIBLIOTEKA BIETAN**

**OSASUNA**  
**SALUD**

- Manual del técnico auxiliar de geriatría / *Luis F. Rodríguez*
- Enfermería geriátrica
- Cómo cuidar de tus padres cuando envejecen / *Donna Cohen*
- Comer bien para vivir mejor / *Mª José Roselló*
- Y cuando ocurre lo inevitable / *Rocío Fernández-Ballesteros*
- Los segundos 50 años : promover la salud y prevenir la incapacidad / *Robert L. Berg*
- La alimentación saludable en el mayor / *Luis Miguel Luengo*
- La picadura del Tábano : Lamujer frente a los cambios de la edad / *Elena Arnedo*
- La menopausia / *Pilar Martínez Ten*
- La incontinencia de orina : saber afrontar este impedimento físico / *Ingo Füsgen*



**EN LA BIBLIOTECA DE ALTZAGA**  
**EN LA BIBLIOTECA DE ASTRABUDUA**  
**EN LAS DOS BIBLIOTECAS**

**OSASUNA**  
**SALUD**



- La enfermedad de Parkinson / *John M.S. Pearce*
- La menopausia: el pasaje silencioso / *Gail Sheehy*
- Geriatría clínica / *Robert L. Kane*
- Ante la enfermedad de Alzheimer / *Marga Nieto*
- Enfermedad de Alzheimer y demencias afines
- Lo “ suyo “ tiene solución: los problemas de la incontinencia urinaria / *Dr. Bermejo*
- La enfermedad de Alzheimer / *Elena F. Ochoa*
- ¿Dónde están mis zapatos? : el camino de mi padre a través del Alzheimer / *Brenda Avadian*
- Miedo a la osteoporosis: cómo prevenir y tratar con éxito la pérdida de masa ósea / *Reiner Bartl*