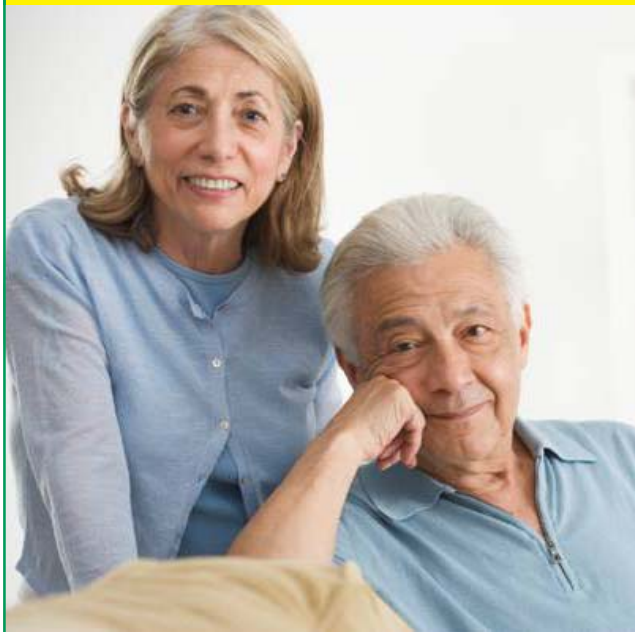


Glanhaus
stadtbibliothek kulturtreff

Älter werden



Ein Auswahlverzeichnis
der Stadtbibliothek Herten



Liebe Leserin, lieber Leser!

In diesem Verzeichnis zum Thema „Älter werden“ finden Sie eine Auswahl an aktuellen Ratgebern aus dem Bestand der Stadtbibliothek Herten.

Die Titel sind zur besseren Übersicht in sieben verschiedene Kategorien unterteilt, zum Beispiel „Körper & Gesundheit“ oder „Wohnen & Leben“.

Natürlich haben wir noch viele weitere Titel zum Thema „Älter werden“ für Sie in unserem Bestand. Kommen Sie doch einfach zum Stöbern vorbei!

1 Finanzen & Recht

Rente und Steuern

Konz, Franz:

Konz: Das Arbeitsbuch zur Steuererklärung für Rentner und Pensionäre.

Knauer, 2009.

Sachgruppe Q / bQd 1 Kon

Lange, Peter:

Gesetzliche Rente: Voraussetzungen, Rentenbescheid, Rechtsschutz.

Verbraucherzentrale, 2007.

Sachgruppe R / mRm Lan



Geld und Beruf

Marburger, Horst:

Hinzuverdienen als Rentner: Alle Rentenansprüche erhalten trotz zusätzlicher Einkünfte. Hinzuverdienstgrenzen optimal ausschöpfen.

Walhalla und Praetoria, 2007.

Sachgruppe R / mRm Mar

Seyfried, Anke:

Fünfzig plus und jetzt arbeitslos: Von der Kündigung bis zum beruflichen Neustart.

Verbraucherzentrale NRW, 2008.

Sachgruppe P / fPo Sey

Testament

Schultze-Melling, Jan:

Nachlassplanung: Testament, Erbvertrag, Schenkung.

Düsseldorf: Verbraucherzentrale, 2009.

Sachgruppe R / kRn Schu



2 Freizeit & Hobby

Musik

Bengston-Opitz, Elisabeth:

Anti-Aging für die Stimme: ein Handbuch für gesunde und glockenreine Stimmen.

Timon, 2008.

Sachgruppe K / jK Ben

Hartogh, Theo:

Musizieren im Alter: Arbeitsfelder und Methoden.

Schott Music, 2008.

Sachgruppe K / dK Har

Reisen & Alltag

Haas, Hannegret:

Den Jahren mehr Leben geben: fantasievoll älter werden.

Freiburg im Breisgau: Herder Freiburg, 2008.

Sachgruppe P / cPI Haa

Lott, Sylvia:

Jetzt oder nie! Best agers gesund auf Reisen.

Ullstein Buchverlage, 2005

Sachgruppe B / eB Lot

Sport

Herdmann, Alan:

Pilates 50 plus: das Übungsbuch für

Späteinsteiger. Südwest Verlag, 2005.

Sachgruppe Y / bYc Her

Konopka, Peter:

Fit in der Lebensmitte: das Gesundheitsprogramm für Ihre Bestform.

Econ Verlag, 2005.

Sachgruppe bYa / Kon

3 Körper & Gesundheit

Blitz, Erika:

**Wenn die Seele aus dem Takt gerät:
Depressionen im höheren Lebensalter
bewältigen.**

dgvt-Verl., 2008.
Sachgruppe X / bXc 1 Bli

Buijssen, Huub:

**Demenz und Alzheimer verstehen: Erleben -
Hilfe - Pflege: ein praktischer Ratgeber.**

Beltz, 2008.
Sachgruppe X / bXc 1 Bui

**Ratgeber für die richtige Ernährung bei
Demenz: Appetit wecken, Essen und Trinken
genießen.**

Reinhardt, 2006.
Sachgruppe X / bXc 1 Rat

4 Mittleres Lebensalter

Allgemeine Ratgeber

Brodersen, Ingke:

Werden Sie wesentlich!: die Frau um 50.

Piper, 2007.

Sachgruppe N / jNm Bro

Folkes, Erika:

**Generation 50 plus: Ratgeber für Menschen
in den besten Jahren.**

Springer, 2006.

Sachgruppe X / bXc 1 Fol



Wechseljahre und Midlife Crisis

Klimo, Kate:

**Midlife Power: durchstarten in die zweite
Lebenshälfte.**

Dt. Taschenbuch-Verl., 2007.

Sachgruppe N / jNI 22 Kli

Sator, Sigrid:

**Frühe Wechseljahre: was Frauen wissen
wollen.**

Patmos, 2007.

Sachgruppe X / bXc 1 Sat

5 Ratgeber für Angehörige

Allgemeine Ratgeber

Dobrick, Barbara:

**Wenn die alten Eltern sterben:
Das endgültige Ende der Kindheit.**

Kreuz-Verl., 2007.

Sachgruppe N / kNI Dob

Teusen, Gertrud:

**Höchste Zeit, darüber zu sprechen!
30 heikle Fragen, die Sie Ihren alten Eltern
schon lange mal stellen wollten.**

Kreuz-Verl., 2008.

Sachgruppe X / bXc 1 Teu



Pflege

Miske, Andrea:

**Pflegebedürftig ... und trotzdem gut betreut:
wie Sie die beste Betreuungsmög-lichkeit
finden, Missstände im Pflegeheim durchschau-
en, die Finanzierung sichern.**

TRIAS Verl. , 2008.

Sachgruppe X / bXc 1 Mis

Schöffler, Mona:

**Plötzlich pflegebedürftig: Was tun,
wenn Eltern oder Angehörige nicht mehr
selbstständig leben können.**

Kaufmann, 2008.

Sachgruppe X / bXc 1 Schö

6 Technik & Computer

Betriebssysteme und Internet

Brochhagen, Thomas:

Internet & E-Mail für Senioren.

Data Becker, 2008.

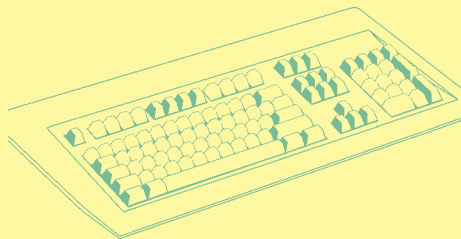
Sachgruppe U / pUc 3 Bro

Schäffer, Florian:

Microsoft Office Word 2007 für Oldies.

bhv, Redline GmbH, 2007.

Sachgruppe U / pUr Schä



Fotografie und PC- Ratgeber

Born, Günter:

Digitale Fotografie: leichter Einstieg für Senioren; schöne Aufnahmen, Bearbeitung am PC, tolle Diashow.

Markt + Technik Verlag, 2007

Sachgruppe U / gUa 2 Bor

Muir, Nancy:

Computer für Senioren für Dummies.

Wiley- VCH Verl., 2009.

Sachgruppe U / pUa Mui

7 Wohnen und Leben

**Autofahren für Aktive:
Tipps für die Generation 50 plus.**

Vogel, 2005.
Sachgruppe U / eUc 1 Aut

Holzamer, Hans-Herbert:
**Optimales Wohnen und Leben im Alter: alle
Wohnformen im Überblick; alle staatlichen
Förderungen; Checklisten und Adressen.**

Linde, 2008.
Sachgruppe P / cPI Hol

Sieck, Jörg-Rüdiger:
**Wohnen im Alter: zeitgemäße Alternativen für
einen neuen Lebensabschnitt.**

Humboldt, 2008.
Sachgruppe P / cPI Sie



Haben wir Ihr Interesse geweckt?

**Dann laden wir Sie herzlich ein,
unsere Angebote kennenzulernen.**

Sie erreichen uns im Glashaus



Glashaus Herten
Hermannstraße 16
45699 Herten

So erreichen Sie das Team der Stadtbibliothek im Glashaus

Stadtbibliothek
und Information: 02366/303650

Kinder- und
Jugendbibliothek: 02366/303660

Telefonischer
Verlängerungscomputer: 02366/303692

Fax : 02366/303667

E-Mail: stadtbibliothek@herten.de

Internet: <http://www.glashaus-herten.de>

Digibib: <http://www.kreisbib-re.de>

Anschrift: Glashaus
Stadtbibliothek Kulturtreff
Hermannstr. 16
45699 Herten

Öffnungszeiten: Dienstag: 10.00 - 18.00 Uhr

Mittwoch: 10.00 - 18.00 Uhr

Donnerstag: 10.00 - 20.30 Uhr

Freitag: 10.00 - 18.00 Uhr

Samstag: 10.00 - 13.00 Uhr

Sonntag und
Montag: geschlossen

