

TEMPS DE PANDÈMIA



La por, la preocupació i l'estrès són respostes normals en moments en els quals ens enfrontem a la incertesa, o al desconegut o a situacions de canvis o crisis. Així que és normal i comprensible que la gent experimenti aquests sentiments en el context de la pandèmia COVID-19.

Des de la Biblioteca de Viladecans us oferim les novetats que ens han arribat per entendre i gestionar emocionalment tota aquesta situació.

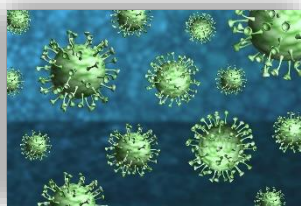
COVID-19

Johnson, Steven. *El Mapa fantasma : la epidemia que canvià la ciencia, las ciudades y el mundo moderno*. Madrid : Capitán Swing, [2020]. 616.9 Joh

Kucharski, Adam. *Las Reglas del contagio : cómo surgen, se propagan y desaparecen las epidemias*. Madrid : Capitán Swing, [2020]. 614.4 Kuc

López-Borrull, Alexandre. *Bulos científicos : de la tierra plana al coronavirus*. Madrid : Oberon, [2020]. 001 Lop

MacKenzie, Debora. *COVID-19 : la pandemia que no debería haber sucedido jamás, y cómo detener la siguiente*. Barcelona : RBA, 2020. 616.9 Mac



Miguel Fernández, Sonia de. *Coronavirus : prevención, pandemia y contención*. Madrid : Los Libros de la Catarata, 2020. 614.4 Mig

Osterholm, Michael. *La Amenaza más letal : nuestra guerra contra las pandemias y cómo evitar la próxima*. Barcelona : Editorial Planeta, 2020. 338.97 Ost

Ruiz-Domènec, José Enrique. *El Día después de las grandes epidemias : de la peste bubónica al coronavirus*. Barcelona : Taurus, 2020. 614.4 Rui

Torres López, Juan. *El Crash de la COVID-19 : análisis de una crisis diferente a todas las demás, entendiéndolo sus efectos, sus remedios y lo que puede venir*. Madrid : Pirámide, [2020]. 338.97 Tor

Zizek, Slavoj. *Pandèmia : la covid-19 traspasa el món*. Barcelona : Editorial Anagrama, 2020. 1(Ziz)

DOL

Brackett, Marc. **Permiso para sentir : educación emocional para mayores y pequeños con el método RULER.**

Barcelona : Diana, 2020. 152 Bra

Nevado Rey, Manuel. **El Duelo : crecer en la pérdida.** Barcelona : RBA, 2020. 128 Nev

Padilla Bernáldez, Javier. **¿A quién vamos a dejar morir? : sanidad pública, crisis y la importancia de lo político.**

Madrid : Capitán Swing, [2019]. 362.1 Pad

Torrallba Roselló, Francesc. **Paraules de consol : en la mort d'un ésser estimat.** Barcelona : Angle Editorial, 2020.

128 Tor



OPORTUNITATS

Amat Salas, Oriol. **L'Ampolla mig plena : aprendre de les crisis i dels que ho fan millor.** Barcelona : Pòrtic, 2020. 339 Ama

Bertoni, Federico. **La Escuela vaciada : la enseñanza en la época pospandémica.** [Madrid] : Alatamaqrea, 2020. 371 Ber

Bufill, Enric. **Per què som creatius? : gens, cultura i ment humana.**

Barcelona : Edicions de la Universitat de Barcelona, 2020. 153 Buf

Congost, Silvia. **A soles : descobreix el plaer d'estar amb tu mateix.**

Barcelona : Angle Editorial, 2020. 155 Con

El Empleo en la era digital : cómo cambiará nuestro trabajo tras el COVID-19. [A Coruña] : Ediciones Almuzara, 2020. 331 Emp

Marin, Claire. **Rupturas : cómo superar el desgarró que produce una experiencia dolorosa.** Barcelona : Alienta Editorial, 2020. 152 Mar

Muiño, Luis. **La Mente del futuro : psicología para después de una cuarentena.** Barcelona : RBA, 2020. 155 Mir

Pretty and Olé. **Tengo un cuerpo serrano : sé feliz en cada talla.** Madrid : Oberon, [2021]. 155 Pre

Teletrabajo : vivir y trabajar mejor. [Barcelona] : Profit Editorial, mayo 2020. 331 Tel Tizón, Jorge L. **Salud emocional en tiempos de crisis : reflexiones desde una pandemia.** Barcelona : Herder, [2020]. 152 Tiz

Tenenbaum, Tamara. **El Fin del amor : amar y follar en el siglo XXI.** Barcelona : Seix Barral, 2021. 177.6 Ten

Vázquez Seguí, Nika. **Te quiero ¿y ahora qué? : claves para construir el amor y crecer en pareja.** Rubí, Barcelona, España : Ediciones Obelisco, 2020. 158 Vaz

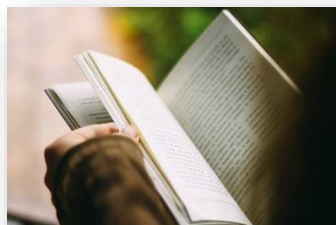


RELAX

Davis, Martha. *Cuaderno antiestrés : ejercicios para calmar el cuerpo y la mente y acabar con el estrés del día a día*. Barcelona : Kitsune Books, 2020. 613.7 Dav

Haas, Scott. *¿Por qué ser feliz? : el camino japonés de la aceptación*. Barcelona : RBA, 2020. 155 Haa

Hasson, Gill. *Practica la autoconfianza : ejercicios para vivir con más confianza en ti mismo*. Madrid : Terapias Verdes, 2020. 155 Has



Hasson, Gill. *Practica el pensamiento positivo : ejercicios para disfrutar de una vida feliz y próspera*. Madrid : Terapias Verdes, 2020. 155 Has

Hernàndez, Gaspar. *La Llibertat interior*. Barcelona : Columna Edicions, 2020. 155 Her

Kohan, Silvia Adela. *Escribir para sanar : con 135 ejercicios inspiradores para conocerte mejor y creer en ti*. [Barcelona?] : Terapias Verdes, 2020. 80.8 Koh

Muñoz Lasa, Susana. *La Cadena de la salud : 10 pasos para mejorar tu bienestar*. Madrid : Sumatra, 2018. 613 Mun

Sánchez Hernández, Óscar. *¡Quédate en casa! : resiliencia y bienestar : psicología aplicada en tiempos de pandemia*. Barcelona : Editorial UOC, 2020. 155 San

BIBLIOTECA DE VILADECANS

Avda. Josep Tarradellas, 16

08840 VILADECANS

937 077 294

b.viladecans@diba.cat



Diputació
Barcelona

Xarxa de Biblioteques Municipals



Viladecans
som poble, soc ciutat.

[viladecans.cat](https://www.viladecans.cat)



Generalitat
de Catalunya
Departament
de Cultura