

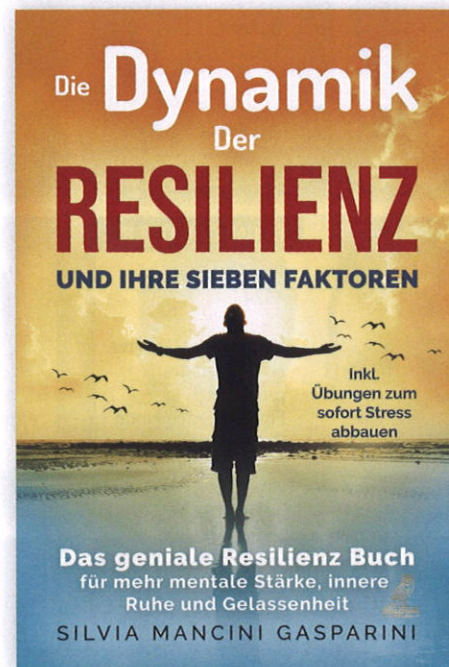
BÜCHER VON LIONS – SILVIA MANCINI GASPARINI (LC BADEN)

## Die Dynamik der Resilienz und ihre 7 Faktoren

Das Buch führt die Leser\*innen ein, in die spannende Welt der Resilienz und geht der Frage nach, was sie genau ist, was sie ausmacht und vor allem wie sie lern- und ausbaubar ist. Dabei werden die sieben Faktoren, welche Resilienz schlussendlich definieren, aus wissenschaftlicher Sicht näher beleuchtet und mittels vieler Übungen dazu dokumentiert. Die Autorin möchte Resilienz als etwas Lebendig-Dynamisches verstanden haben und vergleicht Resilienz mit der Dynamik eines Schwungrades, bei welchem es nur jeweils zu Beginn einer Antriebsenergie bedarf, um eine Bewegung zu erzielen. Wie beim Fahrradfahren braucht es – ist das Rad erst einmal in Bewegung – viel weniger Kraftaufwand, um das Rad am Laufen zu halten. Die These der Autorin ist: Wer erst einmal gelernt hat, die Dynamik der Resi-

lienz anzutreiben, benötigt jeweils in einer nächsten schwierigen Lebenssituation viel weniger Aufwand, um gute Wege hinauszufinden. Von der ersten Seite an wird man von der Autorin an die Hand genommen und Schritt für Schritt mittels einfacher Übungen, welche jederzeit im Alltag anwendbar sind, durch diese Lebenskunst geführt. Immer mit dem Ziel vor Augen, die nächste schwierige Lebenssituation spielerisch leicht zu bewältigen. Die liebevollen Illustrationen verführen die Leser\*innen ausserdem zum Schmunzeln, was der Autorin äusserst wichtig ist, denn mittels Humor – welcher immer für eine gewisse emotionale Distanz und somit für wohlthuende Entspannung sorgt – lebt es sich generell in jeder Lebensphase einfacher. ISBN 978-3-96967-134-4

SM



BÜCHER VON LIONS – MATTHIAS BAUMBERGER (LC WINTERTHUR)

## 25 Ideen für den industriellen Mittelstand

Nach dem Erfolg des «Manifests für den industriellen Mittelstand» lässt Herausgeber Matthias Baumberger in seinem Buch «25 Ideen für den industriellen Mittelstand» nach einem Vorwort von Bundesrat Ignazio Cassis 25 Entscheidungsträger und Meinungsführer aus Deutschland, Österreich, der Schweiz und Liechtenstein – unter anderem die Lions-Mitglieder Gerhard Pfister, Nationalrat und Präsident «die Mitte», und Hans Egloff, alt Nationalrat und Präsident HEV Schweiz – ihre Gedanken zur Zukunft des Wirtschafts- und Unternehmensstandorts im Herzen Europas unterbreiten.

In knapper und prägnanter Form berichten sie über ihre Erfahrungen, Wünsche und Sorgen. Dabei liefern sie Vorschläge, wie die gegenwärtigen Herausforderungen gemeistert werden können. Heraus-

gekommen ist ein Werk mit vielen unterschiedlichen Ideen und Perspektiven, welche jedoch ein gemeinsames Ziel vor Augen haben: eine ebenso prosperierende wie sozial- und umweltverträgliche Wirtschaft und eine Gesellschaft, welche die Industrie in grundlegenden Fragen unterstützt.

Das Buch erschien in Zusammenarbeit mit dem Verlag Orell Füssli am 23. August 2019 und ist in den führenden Buchhandlungen der Schweiz erhältlich. ISBN 978-3-280-05711-7

Sean Burgess

