



Vortragsreihe  
„Psychisch gesund und stark“

## Resilienz – Hype oder Superkraft in einer unsicher gewordenen Welt?

Manche Menschen scheint nichts aus der Bahn zu werfen. Trotz widrigster Umstände bewahren sie Lebensmut – „Resilienz“ nennen Forscherinnen und Forscher diesen Wesenszug, auf Krisen mit Zuversicht zu reagieren. Was unterscheidet diese Menschen von denjenigen, die mit Schicksalsschlägen hadern oder daran zerbrechen? Erfahren Sie, wie Resilienz Ihnen helfen kann, Herausforderungen souverän zu bewältigen und gestärkt aus schwierigen Zeiten hervorzugehen.

**Dienstag, 14. Oktober 2025,  
18.30 Uhr**

**Im Schützengarten, Lustenau**

**Referentin:**

Karina Hansen-Steiner, Psychologin,  
Psychotherapeutin,  
pro mente Vorarlberg

Der Eintritt ist frei.