



**Selbsthilfe  
Tirol**

**Lichtblick**  
Selbsthilfegruppe von Psychoseerfahrenen  
Margret Mayr  
6300 Wörgl  
Tel: 0664 / 1694724  
[www.selbsthilfe-tirol.at](http://www.selbsthilfe-tirol.at)



**hpe** HILFE FÜR ANGEHÖRIGE  
PSYCHISCH ERKRANKTER

**HPE Tirol**  
Hilfe für Angehörige psychisch Erkrankter  
Karl-Schönherr-Straße 3  
6020 Innsbruck  
Tel: 0699 / 17238060  
[hpe-tirol@hpe.at](mailto:hpe-tirol@hpe.at)  
[www.hpe.at](http://www.hpe.at)



Hilfe für Menschen mit psychischen  
Erkrankungen / Beeinträchtigungen

**Psychosozialer Pflegedienst**  
Bahnhofstraße 42 A  
6300 Wörgl  
Tel: 050 2210-2000  
[kontakt.woergl@psptirol.org](mailto:kontakt.woergl@psptirol.org)  
[www.psptirol.org](http://www.psptirol.org)



**EINLADUNG**

## **96. TRIALOG in Wörgl**

**Dienstag, 19. Mai 2026, 15:00 – 17:15 Uhr (mit Pause)  
im PSZ Unterland • KR-Martin-Pichler-Straße 21 in Wörgl**

### **Thema: „Gesunde Lebensführung“**

#### **Was ist TRIALOG?**

Trialog ist ein Gespräch zwischen

- ◆ Menschen mit psychischen Belastungen und Erkrankungen
- ◆ Angehörigen von Menschen mit psychischen Erkrankungen
- ◆ Personen aus psychosozialen und psychiatrischen Berufsfeldern
- ◆ interessierten Personen

#### **Wozu TRIALOG?**

- ◆ Mehr gegenseitiges Verständnis entwickeln
- ◆ Lernen von Erfahrungen und Sichtweisen anderer
- ◆ Wertschätzung des jeweiligen Expert:innentums

#### **Wie funktioniert TRIALOG?**

Die Teilnehmer:innen

- ◆ sprechen über ihre eigenen Erfahrungen zum Thema
- ◆ haben das Recht auf eine eigene Meinung
- ◆ fällen keine Werturteile.

Die Moderator:innen achten auf die Einhaltung der Gesprächsregeln und ein positives Gesprächsklima.

Themenvorschläge werden im Trialog besprochen, die Moderation wechselt

Absolute Vertraulichkeit: Alles, was gesagt wird, bleibt im Raum

**Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich!**