



# Monolog – Dialog – Trialog

Gesprächsreihe zur psychischen Gesundheit



Für Betroffene, Angehörige,  
Fachpersonen.  
Jede Stimme zählt.

Der Trialog bringt Betroffene, Angehörige und Fachpersonen auf Augenhöhe ins Gespräch. So werden unterschiedliche Perspektiven sichtbar, Verständnis wächst und Stigmatisierung wird abgebaut. Das Format ist offen, dialogorientiert und niederschwellig.

Ein Raum für ehrlichen, sicheren und gleichberechtigten Austausch über psychische Gesundheit.

---

**Zeit:** jeweils 3. Donnerstag im Monat  
von 19:00 – 20:30 Uhr

**Ort:** Amt für soziale Dienste,  
Postplatz 2, 9494 Schaan

**Kosten:** Kostenlos (freiwillige Spenden  
willkommen)

**Teilnahme:** Keine Anmeldung nötig |  
Einstieg jederzeit möglich



# Termine und Themen

21.05.2026	Auftakt: Affektive Störungen
18.06.2026	Angehörige
20.08.2026	Krisen und Emotionen
17.09.2026	Arbeitswelt und psychische Gesundheit
19.11.2026	Medikamente und Alternativen
17.12.2026	Beziehungen

Hinweis: Im Juli und Oktober finden keine Termine statt.

---

**Wichtig:** Wir achten auf einen respektvollen Umgang und Vertraulichkeit.

**Moderation:** Verein

SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung

**Kontakt / Infos:**

[sonnenstern.empowerment@gmail.com](mailto:sonnenstern.empowerment@gmail.com)

+41 78 935 91 81

[www.sonnenstern.li](http://www.sonnenstern.li)



## SonnenStern:Persönlichkeitsentwicklung

Psychische Belastungen betreffen viele Menschen und doch wird oft zu wenig darüber gesprochen. SonnenStern setzt sich in Liechtenstein und der Region dafür ein, dass psychische Gesundheit sichtbar wird, kein Tabuthema mehr ist und Gespräche ermöglicht werden. Wir unterstützen Betroffene durch Gemeinschaft und Selbsthilfe und fördern Verständnis in der Öffentlichkeit – respektvoll und auf Augenhöhe.

Für das Projekt „Durch die Wand – Jugend und Kunst“, das mentale Gesundheit sichtbar macht und Entstigmatisierung fördert, erhielt SonnenStern 2025 einen Anerkennungspreis im Rahmen des Chancengleichheitspreises Liechtenstein.

