



# Trialog-Forum Bergisch Gladbach

Das Gesprächsforum „rund um die Seele“ mit Krisenerfahrenen, Angehörigen, psychosozialen Mitarbeitenden und allen Interessierten.

Moderation: Petra Schmitz und Florian Young

## Themen für das 2. Quartal 2026:

<b>07.04.</b>	<b>Wie gehe ich mit Ängsten um?</b>
<b>05.05.</b>	<b>Selbstliebe &amp; Achtsamkeit</b>
<b>02.06.</b>	<b>Kommunikation</b>

**Die Themen des Trialogs werden zukünftig für jedes Quartal bekannt gegeben.**

**Ort:**

Die Kette e. V.  
Traumlädchen

Paffrather Str. 72, 51465 Bergisch Gladbach

**Zeit:**

16:00 - 18:00 Uhr

1. Dienstag im Monat (an Feiertagen der folgende Dienstag)

**Fragen / Kontakt:**

**Petra Schmitz**

Mobil: 0173 - 78 17 658

Mail: p.schmitz@die-kette.de

**Florian Young**

Mobil: 0162 - 77 61 799

Mail: florian.young@die-kette.de

**Online:**

[www.die-kette.de/  
angebote/trialog-forum-  
bergisch-gladbach](http://www.die-kette.de/angebote/trialog-forum-bergisch-gladbach)

[www.trialog-  
psychoseseminar.de](http://www.trialog-<br/>psychoseseminar.de)