

# Caritas

PfarrCaritas  
und Nächstenhilfe



## Kontaktstelle Trauer

Angebote • Informationen  
Herbst/Winter 2022/23

# Kontaktstelle Trauer

Trauer ist die Reaktion auf einen bedeutsamen Verlust, der den Menschen in seiner Ganzheit betrifft.

Trauer ist ein aktiver Anpassungsprozess an eine neue Lebenssituation.

Trauer ist ein natürlicher Vorgang, der neben großer Belastung auch positive Erfahrung zulässt.

Trauer dauert länger und fühlt sich intensiver an, als allgemein angenommen wird.

## **Die Kontaktstelle Trauer der Caritas der Erzdiözese Wien**

- ist ein multidisziplinäres Team aus haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen
- bietet Beratungsgespräche für Menschen an, die vom Tod eines nahestehenden Menschen betroffen sind
- begleitet Menschen in ihrer Trauer
- bietet für Pfarren und Organisationen Unterstützung in der Begleitung von trauernden Menschen an
- ist Gründungsmitglied der Bundesarbeitsgemeinschaft Trauerbegleitung

## **Unsere Angebote für die Begleitung trauernder Menschen**

- Einführungsseminar in die Trauerbegleitung
- Lehrgang für Trauerbegleitung
- Vernetzungs- und Austauschtreffen für Trauerbegleiter\*innen

## **Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen**

Menschlich, kompetent und fachlich ausgebildet begleiten sie in Einzelgesprächen, Trauergruppen, Wandertagen und nach Bedarf.

Es gibt nur eine Brücke,  
die Leben und Tod verbindet –  
die Liebe.

# Anmeldung & Information für alle Angebote

## Kontaktstelle Trauer

Stephansplatz 6/1/2, 1010 Wien  
01-51 552-3099

[kontaktstelletrauer@caritas-wien.at](mailto:kontaktstelletrauer@caritas-wien.at)

[www.caritas-wien.at/](http://www.caritas-wien.at/)

[kontaktstelletrauer](mailto:kontaktstelletrauer@caritas-wien.at)



## Kathrin Unterhofer

Teamleitung  
0664-842 76 34  
[kathrin.unterhofer@caritas-wien.at](mailto:kathrin.unterhofer@caritas-wien.at)



## Hannelore Trauner-Pröstler

Trauerbegleitung  
und Koordination  
0664-842 94 74  
[hannelore.trauner-proestler@caritas-wien.at](mailto:hannelore.trauner-proestler@caritas-wien.at)



## Martina Schürz

Trauerbegleitung  
und Koordination  
0676-555 40 31  
[martina.schuerz@caritas-wien.at](mailto:martina.schuerz@caritas-wien.at)



## Violeta Gale

Administration  
01-51 552 30 94  
[violeta.gale@caritas-wien.at](mailto:violeta.gale@caritas-wien.at)

# Einzelbegleitung



Im Gespräch werden Sie einfühlsam und vertraulich ein Stück durch Ihre Trauer begleitet. Das Angebot ist kostenlos, Spenden sind erbeten.

## Ort

In den Räumen der Kontaktstelle Trauer

## Termine

Nach Vereinbarung unter 01-51 552-3099  
bzw. [kontaktstelletrauer@caritas-wien.at](mailto:kontaktstelletrauer@caritas-wien.at)



# Wandertage für trauernde Menschen

- in der Natur, in Gemeinschaft, in Bewegung sein
- an Verstorbene denken
- Erfahrungen der Trauer teilen

**Bitte festes Schuhwerk und Regenschutz mitnehmen!** Die Caritas der Erzdiözese Wien kommt für Schäden nicht auf und übernimmt keine Haftung

## Begleiter\*innen

Sonja Riehs, Martin Niel  
(Ansprechperson für Fragen am Wandertag)  
Handy-Nr. 0676-473 50 51

## Orte & Termine

### **Samstag, 3.9.2022 – Hagenbachklamm**

Gehzeit 4 Stunden, 300 Höhenmeter, 12 km  
Treffpunkt: **9 Uhr** Klosterneuburg-Kierling Bhf., Bussteig B, Linie 406 (ab 9.09 Uhr)  
Ende: Kierling (Bus 400 nach Klosterneuburg und Heiligenstadt alle 30 min)

### **Samstag, 1.10.2022 – Rund um den Badner Lindkogel**

Gehzeit 3 Stunden, 300 Höhenmeter, 9 km  
Treffpunkt: **9.45 Uhr** Baden b. Wien, Promenadenweg, Parkplatz Hotel Sacher, Bushaltestelle Rauhenstein (Bus 306 von Bahnhof ab 9.32) Ende beim Ausgangspunkt (Bus zum Bahnhof alle 30 min)

### **Samstag, 5.11.2022 – Lobau**

Gehzeit 3 ½ Stunden, 40 Höhenmeter, 11 km, Treffpunkt: **9.30 Uhr**, Nationalparkhaus Wien-Lobau, Dechantweg 8, 1220 Wien (5 min zu Fuß von Bushaltestelle 92B Raffineriestraße/Bieberhaufenweg)  
Ende: Groß-Enzersdorf Busbahnhof (Linie 26A nach Kagran alle 10 min)



# Spaziergänge für trauernde Menschen

„Gehen wir spazieren!“, diese Redewendung steht für

- miteinander ins Gespräch kommen
- zu ruhiger Bewegung finden
- die Lebenskraft der Natur wahrnehmen
- der Seele eine Atempause geben.

**Trauerspaziergänge** sind für Menschen, die geliebte An- und Zugehörige durch Tod verloren haben und ihre Trauer mit anderen teilen möchten und gemütlich unterwegs sein wollen.

Die Gehzeit der Spaziergänge beträgt rund 1 ½ Stunden im gemütlichen Tempo ohne größere Steigungen. Wenn möglich (laut aktuellen Covid-19 Verordnungen) ist ein Abschluss mit Einkehr in einem Kaffeehaus geplant.

Die Caritas kommt für Schäden nicht auf und übernimmt keine Haftung – die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

## **Begleiter\*innen**

Asta Weidinger, Andreas Rettenbacher

## **Orte & Termine**

### **Freitag, 30.9.2022 – Pötzleinsdorfer**

**Schloßpark** Treffpunkt: **14 Uhr**, Schottentor unten bei der Haltestelle 41. Wir fahren mit der Linie 41 bis Pötzleinsdorf und spazieren durch den Schlosspark.

### **Freitag, 28.10.2022 – Donaukanal**

Treffpunkt: **14 Uhr**, Spittelau Bahnhofshalle vorm Ströck. Wir spazieren den Donaukanal entlang bis zum Schwedenplatz.

### **Freitag, 25.11.2022 – Zentralfriedhof Park der Ruhe und Kraft**

Treffpunkt: **13.30 Uhr**, Endstation U3 Simmering – bei den Fahrscheinautomaten. Wir fahren gemeinsam bis Zentralfriedhof 3. Tor und gehen durch den Park der Ruhe und Kraft.



# Trauergruppen für An- und Zugehörige

Die Gruppen werden von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen begleitet.

**Freiwilliger Unkostenbeitrag:**

€ 7,- pro Abend.

**Bitte um Anmeldung** unter 01-51 552-3099  
oder [kontaktstelletrauer@caritas-wien.at](mailto:kontaktstelletrauer@caritas-wien.at)

## **Geschlossene Gesprächsgruppe für trauernde An- und Zugehörige**

Diese Gruppe besteht aus einem fixen Personenkreis, der sich 14-tägig trifft. Dadurch entsteht ein vertrautes Miteinander. Themen, die den betroffenen Personen wichtig sind, werden ausgetauscht. Trauer, Schmerz und Sorgen bekommen Raum. Einstieg nur bei den ersten zwei Terminen möglich.

## **Trauercafé für trauernde An- und Zugehörige**

Das Trauercafé ist eine Einladung zum Austausch mit anderen trauernden Menschen. Einmal im Monat schaffen wir Raum und Zeit für Ihre Geschichte, Gefühle und Gedanken, bei einer Tasse Kaffee.

## **Online Trauergruppe**

Wir laden trauernde Menschen, die sich online austauschen wollen, herzlich dazu ein. Sie erhalten den Zugangslink einige Tage vor dem virtuellen Treffen zugesandt.

### **Ort**

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum  
wird bei Anmeldung bekanntgegeben

### **Termine**

jeweils Dienstag 16.30 – 18 Uhr:  
27.9., 11.10., 25.10., 08.11., 22.11.,  
6.12., 20.12. und 24.1.2023

### **Ort**

Quo Vadis, Stephansplatz 6, 1010 Wien

### **Termine**

jeweils Mittwoch 16 – 17.30 Uhr:  
14.9., 12.10., 9.11., 7.12. und 11.1.2023

### **Termine**

Jeweils Montag 17.30 – 19 Uhr:  
5.9., 10.10., 7.11., 12.12., 9.1.2023

## Offene Trauergruppe für junge Erwachsene

Auch wenn man bereits im eigenen Leben steht, verliert man mit dem Tod der Partner\*innen, Eltern, Großeltern, Freund\*innen wichtige Bezugspersonen. Vieles ist für immer verloren, anderes wird

uns als Schatz ein Leben lang begleiten. In der Gruppe können wir unsere Erfahrungen austauschen und unserer Trauer, unseren Erinnerungen Raum geben.

### Gruppe I

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum wird bei Anmeldung bekanntgegeben

#### Termine

jeweils Dienstag 18–19.30 Uhr: 13.9., 11.10., 8.11., 13.12. und 10.1.2023

### Gruppe II

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum wird bei Anmeldung bekanntgegeben

#### Termine

jeweils Donnerstag 17–18.30 Uhr: 22.9., 20.10., 17.11., 15.12. und 12.1.2023

## Offene Trauergruppe für Angehörige nach Suizid

Ein Suizid in der Familie, im Freundeskreis verändert das Leben grundlegend. Neben dem Schmerz des Verlustes stoßen Menschen auf ein großes Tabu in der Gesellschaft, Schuldzuweisungen bleiben nicht aus, die Frage nach dem

„Warum“ wiederholt sich quälend. Nach einer Weile ist es jedoch hilfreich zu erkennen, dass man nicht alleine betroffen ist. Wir wollen einander helfen, durch ehrliche Kommunikation und Erfahrungsaustausch die Last der Trauer zu tragen.

### Gruppe I

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum wird bei Anmeldung bekanntgegeben

#### Termine

jeweils Montag 17–18.30 Uhr: 19.9., 10.10., 14.11. und 19.12. und 16.1.2023

### Gruppe II

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum wird bei Anmeldung bekanntgegeben

#### Termine

jeweils Mittwoch 17–18.30 Uhr: 21.9., 19.10., 16.11., 14.12. und 18.1.2023

## Kreativnachmittage für trauernde Menschen

Durch kreatives Gestalten – wie z. B. Kerzen verzieren, Filzen, Erinnerungsbox gestalten oder Malen können wir der Trauer in einer besonderen Form Ausdruck geben. Dieser Nachmittag bietet die Möglichkeit mit verschiedenen Materialien

zu arbeiten. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Gerne können auch eigene kreative Ideen mitgenommen werden.

**Jeder Nachmittag kann einzeln besucht werden.**

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum wird bei Anmeldung bekanntgegeben

#### Termine

15–17.30 Uhr: 14. Oktober, 2. Dezember, 20. Jänner 2023



# Trauer-Raum

26. Oktober – 2. November  
11.00–18.00 Uhr

in der Romanischen Kapelle  
im Schottenstift  
1010 Wien, Freyung 6a



# Weihnachten ohne Dich

Herzliche Einladung zu einer  
Wortgottesdienstfeier für Trauernde

Sonntag, 18.12.2022 um 16 Uhr

in der Pfarre HI.Klaus von Flüe  
1020 Wien, Marchstraße 8-10



## IMPRESSUM:

Redaktion und Text: PfarrCaritas Kontaktstelle Trauer,  
Stephansplatz 6/1/2, 1010 Wien, kontaktstelletrauer@caritas-wien.at, Tel: 01-51 552-3099  
Fotos: Caritas, ©Annie Spratt unsplash, ©Severin Candrian unsplash, ©Diana Polekhina unsplash  
Layout: Natascha Berger  
Auflage: Juli 2022