

# Caritas

PfarrCaritas  
und Nächstenhilfe



# Kontaktstelle Trauer

Angebote • Informationen  
Herbst/Winter 2024/25

# 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  
Tel. 01-51 552-3099

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

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

[kontaktstelletrauer](#)



## Kathrin Unterhofer

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



## Hannelore Trauner-Pröstler

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



## Christine Walter-Steininger

Trauerbegleitung und  
Koordination  
Tel. 0676-555 40 31  
[christine.walter-steininger@caritas-wien.at](mailto:christine.walter-steininger@caritas-wien.at)



## Violeta Gale

Administration  
Tel. 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: Tel. 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 rüsten Sie sich mit festem Schuhwerk und einem Wetterschutz aus. Nehmen sie auch Proviant**

mit, wir planen nach Möglichkeit eine Einkehr ein, können diese jedoch nicht garantieren. Die Caritas der Erzdiözese Wien haftet nicht für etwaige Schäden. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.

### **Begleiter\*innen**

Mathilde Ackermann,  
Martin Niel, Tel. 0676-473 50 51

### **Orte & Termine**

#### **Samstag 14. 9. 2024 Kulturwanderweg nach Baden**

**Treffpunkt: 8:50 Uhr am Bhf. Meidling** bei Zugang zu Bahnsteig 1, gemeinsame Fahrt per Bahn und Bus nach Heiligenkreuz (ab 9:07 Uhr)

**Ende:** Bhf. Baden bei Wien (ÖBB)

Heiligenkreuz – Siegenfeld – Baden bei Wien (12 km 300 hm)

#### **Samstag 5.10.2024 Bisamberg**

**Treffpunkt: 9:30 Uhr am Bhf. Floridsdorf Bussteig H1** (Bus 501 Richtung Großebersdorf) gemeinsame Fahrt nach Hagenbrunn (ab 9:45 Uhr)

**Ende:** Stammersdorf (Linien 30 und 31)

Hagenbrunn – Bisamberg – Stammersdorf (10 km, 200 hm)

#### **Samstag 9.11.2024 Braunsberg**

**Treffpunkt: 8:00 Uhr am Bhf. Wien Mittel-Landstraße** bei der Bäckerei „Der Mann“, gemeinsame Fahrt nach Hainburg a.d. Donau (ab 8:19 Uhr)

**Ende:** Hainburg a.d. Donau / Personenbahnhof (S7)

Runde von Hainburg a.d. Donau über den Braunsberg (10 km, 250 hm)

Da Fahrplanänderungen der öffentlichen Verkehrsmittel möglich sind, erkundigen Sie sich bitte vor der Teilnahme, ob die angegebene Zeit des Treffpunkts gleichgeblieben ist.  
Tel. 0676-473 50 51



# Spaziergänge für trauernde Menschen

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

Die Begleiter\*innen freuen sich bei jedem Wetter auf Ihr Kommen. Bei Schlechtwetter wird alles Weitere am Treffpunkt besprochen und beispielsweise der geplante Lokalbesuch vorgezogen.

Die Gehzeit der Spaziergänge beträgt rund 1 ½ Stunden im gemütlichen Tempo ohne größere Steigungen. Wenn möglich 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, Sonja Riehs  
Tel. 0676.469 61 29

## **Orte & Termine**

### **Freitag 20.9.2024 Mühlwasser**

**Treffpunkt: 14:00 Uhr an der U2 Station Hardeggasse**, unten in der Halle beim Ausgang.

Wir spazieren gemeinsam um das Mühlwasser.

### **Freitag 18.10.2024 Kurpark Oberlaa**

**Treffpunkt: 14:00 Uhr bei der Busstation 68A**, Kurpark Nordeingang.

Wir spazieren durch den Kurpark Oberlaa.

### **Freitag 22.11.2024 Zentralfriedhof: Park der Ruhe & Kraft**

**Treffpunkt: 13:30 Uhr an der Endstation U3 Simmering**, Aufgang Hasenleitengasse 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:**

€ 8,- pro Abend.

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

## Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien,  
Raum 603

## Termine

jeweils Dienstag 16.30 – 18 Uhr  
am 1.10., 8.10., 22.10., 5.11., 19.11.,  
3.12., 17.12. und 14.1.2025

Einstieg nur bis 8.10. möglich.

## Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum 604

## Termine

jeweils Mittwoch 16 – 17.30 Uhr am  
11.9., 2.10., 6.11., 4.12. und 8.1.2025

## Ort & Termine

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum 553,  
Mittwoch 30.10. und Donnerstag  
5.12.2024, jeweils 17 – 18.30 Uhr

eigenen – bietet Gelegenheit, sich auf  
kreative Weise mit der persönlichen  
Abschiedssituation zu beschäftigen.

## Geschlossene Gesprächsgruppe

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 ausge-  
tauscht. Trauer, Schmerz und Sorgen  
bekommen Raum.

## Trauercafé

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.

## Arbeiten mit Texten in der Trauer

In der Trauer fehlen einem nicht selten  
die Worte. Und das, obwohl es so vieles  
gäbe, was zum Ausdruck gebracht  
werden möchte. Die Arbeit mit Texten  
– je nach Geschmack fremden oder

## 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 601

#### Termine

jew. Mittwoch 18–19.30 Uhr am 25.9.,  
23.10., 13.11., 11.12. und 22.1.2025

### Gruppe II

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien,  
Raum 603

#### Termine

jew. Donnerstag 17–18.30 Uhr am 19.9.,  
17.10., 14.11., 12.12. und 9.1.2025

## 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.

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien,  
Raum 603

#### Termine

jeweils Montag 17–18.30 Uhr, am 23.9.,  
14.10., 18.11., 16.12. und 20.1.2025

## 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 603

#### Termine

jeweils Freitag 15–17.30 Uhr am  
27.9., 29.11. und 24.1.2025

# trauerraum

vertraulich. kostenlos. ohne Anmeldung.

In den Um- und Abbrüchen unseres Lebens nehmen wir uns oft zu wenig Zeit, um unserer Trauer Raum zu geben.

Der Trauerweg in der Romanischen Kapelle lädt deswegen zum Verweilen, Nachdenken und Zeichensetzen ein.

Ein erfahrenes Team von Gesprächsbegleiter:innen der Gesprächsinsel und Kontaktstelle Trauer begleitet den Weg und ist für Sie da!

Öffnungszeiten

Do. 31. Oktober bis

So. 03. November 2024 jeweils 11-18 Uhr



Freyung 6a, 1010 Wien

0664 610 12 67



gespraechsinsel.at @ f

Eine Einrichtung der Österreichischen Ordenskonferenz

**Caritas**

gesprächs  
insel

## Weihnachten ohne Dich

Herzliche Einladung  
zu einer Wortgottesdienstfeier  
für Trauernde

Sonntag, 22.12.2024  
um 16 Uhr

in der  
Pfarre Hl. Klaus von Flüe  
Machstraße 8-10,  
1020 Wien



Foto: freepik.com

### Impressum:

Für den Inhalt verantwortlich: PfarrCaritas und Nächstenhilfe, 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; Wien, Juni 2023