

# Caritas

PfarrCaritas  
und Nächstenhilfe



## Kontaktstelle Trauer

Angebote • Informationen  
Frühjahr 2024

# 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. Auch Begleitungen in digitaler Form sind möglich.

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, Wetterschutz und Proviant mitnehmen!** Eine Einkehr ist nach Möglichkeit vorgesehen, jedoch nicht gesichert. Die Caritas der ED Wien kommt für Schäden nicht auf und übernimmt keine Haftung – die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Da Fahrplanänderungen möglich sind, erkundigen Sie sich bitte vor der Teilnahme, ob die angegebenen Zeiten stimmen. Tel. 0676-473 50 51

## Begleiter\*innen

Mathilde Ackermann, Martin Niel

## Orte & Termine

### Samstag, 24.2. – Donau-Au und Kraftwerk Greifenstein

Wegstrecke: Spillern – Greifenstein – Kritzendorf (11 km, 50 hm); **Treffpunkt: 9.10 Uhr**, Bhf. Floridsdorf bei Lift zu Bahnsteig 3; gemeinsame Fahrt nach Spillern (ab 9.18 Uhr); Ende: Bhf. Kritzendorf

### Samstag, 6.4. – 1. Wiener Wasserleitungsweg

Baden – Gumpoldskirchen – Mödling (13 km, 90 hm); **Treffpunkt: 9.20 Uhr**, Bhf. Meidling bei Zugang zu Bahnsteig 2; gemeinsame Fahrt nach Baden (ab 9.35 Uhr); Ende: Bhf. Baden

### Samstag, 11.5. – Kreuttaler Wald

Ulrichskirchen – Unterrolberndorf – Schleimbach (11 km, 200 hm); **Treffpunkt: 9.20 Uhr**, Bhf. Floridsdorf bei Lift zu Bahnsteig 3; gemeinsame Fahrt nach Ulrichskirchen (ab 9.35 Uhr); Ende: Bhf. Schleimbach

### Samstag 15.6. – Schutzengelberg

Salmansdorf – Untermauerbach (10 km, 350 hm); **Treffpunkt: 9.25 Uhr**, Hans-Leinkauf-Platz, 1170 Wien, Hst. Bus 43A, gemeinsame Fahrt nach Obere Waldandacht (ab 9.32 Uhr); Ende: Hst. Mauerbach / Steinbachstraße (Bus 450)

### Samstag, 13.7. – Naturpark Eichenhain

Mauerbach – Scheiblingstein – Kierling (13 km, 360 hm); **Treffpunkt: 9.30 Uhr**, Bahnhofsvorplatz Hütteldorf, Bussteig 1 (Bus 450), gemeinsame Fahrt nach Mauerbach (ab 9.35 Uhr); Ende: Hst. Kierling / Volksschule (Bus 400)



# Spaziergänge für trauernde Menschen

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

Die Begleiterinnen 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.

## **Begleiterinnen**

Sonja Riehs,  
Hannelore Trauner-Pröstler  
Tel. 0664-842 94 74

## **Orte & Termine**

### **Freitag, 15.3. – Augarten**

**Treffpunkt: 14 Uhr**, U2 Taborstraße – Aufgang Richtung Taborstraße oben. Wir spazieren gemeinsam durch den Augarten.

### **Freitag, 26.4. – Türkenschanzpark**

**Treffpunkt: 14 Uhr**, Linie 41 – Station Türkenschanzplatz. Wir spazieren gemütlich durch den Türkenschanzpark.

### **Freitag, 14.6. – Dechantlacke**

**Treffpunkt: 14.10 Uhr**, U2 Donaustadtbrücke – bei der Station 92B. Wir fahren gemeinsam mit dem Autobus 92B bis Raffineriestraße/Biberhaufenweg und spazieren durch das Augebiet rund um die Dechantlacke.

### **Freitag, 19.7. – Lainzer Tiergarten**

**Treffpunkt: 14 Uhr**, U4 Hietzing – bei den Fahrscheinautomaten in der Bahnhofshalle. Mit Linie 60 und 60B fahren wir zum Lainzer Tor. Von dort aus spazieren wir Richtung Hermesvilla.



# Trauergruppen für An- und Zugehörige

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

**Freiwilliger Unkostenbeitrag:**  
€ 7,- pro Abend und Nachmittag.

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

## Geschlossene Trauergruppe

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

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

### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum  
wird bei Anmeldung bekanntgegeben

### Termine

jeweils Dienstag 16.30 – 18 Uhr:  
27.2., 12.3., 26.3., 9.4., 23.4., 7.5.,  
21.5. und 18.6.2024

### Ort

Stephansplatz 6, Stiege 1, DG, 1010 Wien

### Termine

jeweils Mittwoch 16 – 17.30 Uhr:  
14.2., 13.3., 10.4., 8.5., 12.6. und  
10.7.2024

### Termine

jeweils Mittwoch 17 – 18.30 Uhr:  
21.2. und 17.4.2024

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

## 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 Mittwoch 18 – 19.30 Uhr:  
28.2., 27.3., 24.4., 22.5. und 26.6.2024

### Gruppe II

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum wird bei Anmeldung bekanntgegeben

#### Termine

jeweils Donnerstag 17 – 18.30 Uhr:  
22.2., 21.3., 18.4., 16.5. und 20.6.2024

## 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:  
12.2., 11.3., 15.4., 6.5. und 10.6.2024

### Gruppe II

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum wird bei Anmeldung bekanntgegeben

#### Termine

jeweils Mittwoch 17 – 18.30 Uhr:  
21.2., 20.3., 17.4., 15.5. und 19.6.2024

## Kreativnachmittage für trauernde Menschen

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


Möglichkeit, mit verschiedenen Materialien zu arbeiten. Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Gerne auch eigene kreative Ideen mitehmen. **Jeder Nachmittag kann einzeln besucht werden.**

#### Ort

Stephansplatz 6, 1010 Wien, Raum wird bei Anmeldung bekanntgegeben

#### Termine

jeweils Freitag 15 – 17.30 Uhr:  
8.3. und 12.4.2024



Herzliche Einladung  
ZUR  
Gedenkfeier  
für Menschen,  
die an Suizid verstorben  
sind

Dienstag, 10. September 2024  
18 Uhr

Ruprechtskirche  
1010 Wien, Ruprechtsplatz 1



telefonseelsorge@edw.or.at  
www.telefonseelsorge.at  
Tel. 142 (Notruf)



kontaktstelletrauer@caritas-wien.at  
www.caritas-wien.at/kontaktstelletrauer  
Tel. 01-51 522 3099



gespraechsinsel@edw.or.at  
www.gespraechsinself.at  
Tel. 0664-610 12 67

**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 unplash, © Severin Candrian unplash, © Diana Polekhina unplash; Wien, Dezember 2023