

Caritas

PfarrCaritas
und Nächstenhilfe



Kontaktstelle Trauer

Angebote • Informationen
Herbst/Winter 2025/26

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 ...

... begleiten menschlich, kompetent und fachlich ausgebildet 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

[www.caritas-wien.at/
kontaktstelletrauer](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

Einzel- begleitung

Im Gespräch werden Sie einfühlsam und vertraulich ein Stück durch Ihre Trauer begleitet. Auch Begleitungen in digitaler Form sind möglich.

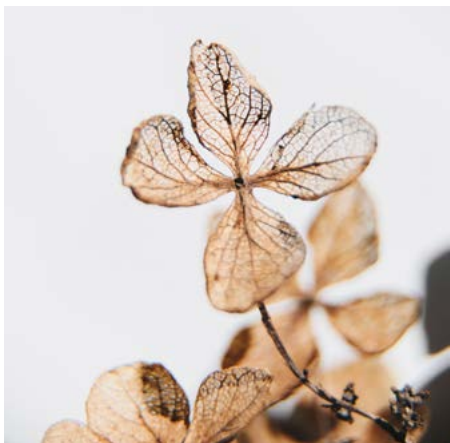
Das Angebot ist kostenlos,
Spenden sind erbeten.

Ort

In den Räumen der Kontaktstelle Trauer

Termine

Nach Vereinbarung unter 01-51 552-3099
bzw. kontaktstelletrauer@caritas-wien.at



Wandertage für trauernde Menschen

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

Bitte denken Sie daran, sich mit festem Schuhwerk auszurüsten und Wetterschutz und Proviant mitzunehmen.

Wir planen bei den Wanderungen nach Möglichkeit eine Einkehr ein, können diese jedoch nicht garantieren. Aufgrund möglicher Fahrplanänderungen empfehlen wir Ihnen, sich vor Ihrer Teilnahme zu vergewissern, ob der angegebene Treffpunkt und die Zeit noch aktuell sind.

Die Caritas der Erzdiözese Wien haftet nicht für etwaige Schäden. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko.

Begleiter*innen

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

Orte & Termine

Samstag 6.9.2025

Hoch über Wien

Kahlenbergerdorf – Jägerwiese – Sievering (9 km, 350 hm). **Treffpunkt: 9:20 Uhr**, Bhf. Heiligenstadt / Bussteig E (Bus 400); gemeinsame Fahrt nach Kahlenbergerdorf Ende: Sievering (Bus 39 A)

Samstag 4.10.2025

Lainzer Tiergarten

Laab im Walde – Lainzer Tiergarten – Lainzer Tor (10 km, 300 hm). **Treffpunkt: 9:00 Uhr**, Bhf. Wien Liesing / Bussteig J (Bus 253), gemeinsame Fahrt nach Laab im Walde. Ende: Lainzer Tor (Bus 56 B)

Samstag 8.11.2025

Nationalpark Donauauen

Panozzalacke – Kasernbrücklerl – Rohrwand – Napoleon Rundweg (12 km, 20 hm). **Treffpunkt: 9:00 Uhr**, Station Kaisermühlen VIC (U1); gemeinsame Fahrt zur Lobau (Bus 92 B). Ende: Hst. Lobgrundstraße (Bus 92 B)



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 in gemütlichem 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

Asta Weidinger, Sonja Riehs
Tel. 0676-469 61 29

Orte & Termine

Freitag 26.9.2025

**Lainzer Tiergarten,
Park um die Hermesvilla**

Treffpunkt: 14 Uhr, U4 Station Hietzing, bei den Fahrscheinautomaten

Freitag, 24.10.2025

Pötzleinsdorfer Schlosspark

Treffpunkt: 14 Uhr, Endstation
Straßenbahnlinie 41 Pötzleinsdorf

Freitag 21.11.2025

Zentralfriedhof

Treffpunkt: 13:30 Uhr, Endstation U3
Simmering, Ausgang Hasenleitengasse
bei den Fahrscheinautomaten, wir fahren
gemeinsam bis Zentralfriedhof 3. Tor



Trauergruppen für An- und Zugehörige

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

Freiwilliger Unkostenbeitrag:
€ 10,- pro Abend und Nachmittag.

Bitte um Anmeldung unter 01-51 552-3099
oder kontaktstelletrauer@caritas-wien.at

Der Raum wird bei Anmeldung
bekanntgegeben.

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. Einmal im Monat schaffen wir bei einer Tasse Kaffee Raum und Zeit für Ihre Geschichten, Gefühle und Gedanken.

Arbeiten mit Texten in der Trauer

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

Ort

Stephansplatz 6, Stiege 1, 1010 Wien

Termine

jeweils Dienstag 16:30 – 18 Uhr: 23.9.,
7.10., 21.10., 4.11., 18.11., 2.12., 16.12.,
20.1.2026

Ort

Stephansplatz 6, Stiege 1, 1010 Wien
Dachgeschoss

Termine

jeweils Mittwoch 16 – 17:30 Uhr: 3.9.,
1.10., 5.11., 3.12., 7.1.2026

Ort

Stephansplatz 6, Stiege 1, 1010 Wien

Termine

Donnerstag 23.10., Donnerstag 4.12.,
Mittwoch 14.1.2026, jew. 17 – 18:30 Uhr

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 Geschwister, 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, Stiege 1, 1010 Wien

Termine

jeweils Mittwoch 18–19:30 Uhr: 17.9., 15.10., 19.11., 17.12., 21.1.2026

Gruppe II

Ort

Stephansplatz 6, Stiege 1, 1010 Wien

Termine

jeweils Montag 17:30–19 Uhr: 8.9., 20.10., 10.11., 1.12., 19.1.2026

Trauergruppe für junge Erwachsene nach Partnerverlust

Diese Gruppe bietet allen jungen Menschen Raum, deren Lebenspartner*in verstorben ist.

In dieser Gruppe besteht die Möglichkeit sich auszutauschen, einander Halt zu geben und Freude und Leid zu teilen.

Ort

Stephansplatz 6, Stiege 1, 1010 Wien

Termine

jeweils Donnerstag 17–18:30 Uhr: 11.9., 16.10., 13.11., 11.12., 15.1.2026

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, Stiege 1, 1010 Wien

Termine

jeweils Montag 17–18:30 Uhr: 15.9., 27.10., 17.11., 15.12., 12.1.2026

Gruppe II

Ort

Stephansplatz 6, Stiege 1, 1010 Wien

Termine

jeweils Donnerstag 18:15–19:45 Uhr: 25.9., 30.10., 13.11., 11.12., 15.1.2026

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 mitnehmen. **Jeder Termin kann einzeln besucht werden.**

Ort: Stephansplatz 6, Stiege 1,
1010 Wien

Termine: jeweils Freitag 15 – 17:30 Uhr:
3.10., 28.11., 23.1.2026

Der Trauer:Raum

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 zum Verweilen, Nachdenken und Zeichensetzen ein.

Ein erfahrenes Team der Caritas Kontaktstelle Trauer und der Gesprächsinsel ist für Sie da!

Fr, 31. Oktober bis Mo, 3. November 2025
11 bis 18 Uhr

In Kooperation mit der Kontaktstelle Trauer der Caritas



1010, Freyung 6a
0664 610 12 67
gespraeachsinsel.at



Caritas

Eine Einrichtung der Österreichischen Ordenskonferenz

Weihnachten ohne Dich

Herzliche Einladung
zu einer Wortgottesdienstfeier
für Trauernde

Sonntag, 21.12.2025
um 16 Uhr

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



Foto: A50 Bildagentur / Tim Reckmann

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 2025