

Sie werden begleitet von:



**Bernhard Pletz**  
(Trauerspaziergänge, Trauergruppe)  
Seelsorger, Diakon für Arme und Benachteiligte  
Tel. 0676/8742-2782  
bernhard.pletz@graz-seckau.at



**Maria Pieberl-Hatz**  
(Trauergruppe)  
Pastoralreferentin und Seelsorgerin,  
Lebensberaterin  
Tel. 0664/2658190  
pieberlhatz@gmx.at

Für ein persönliches Gespräch und Informationen über weitere Angebote für Trauernde stehen wir gerne zur Verfügung.



## Weihnachten ohne dich – aber mit euch!

Segensfeier mit Trauernden  
Fr, 17. Dezember 2021, 18 Uhr  
Pfarrkirche Graz-Hl. Schutzengel  
Pfarrgasse 25, 8020 Graz

## TERMINE & ORTE

## Meine Trauer leben

|                          |                               |                                |
|--------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
| Do, 16.9.2021<br>16 Uhr  | Trauerspaziergang             | Eggenberger<br>Schlosspark     |
| Mi, 22.9.2021<br>18 Uhr  | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Mo, 11.10.2021<br>16 Uhr | Trauerspaziergang             | FriedWald<br>in Kumberg        |
| Mi, 13.10.2021<br>18 Uhr | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Mi, 27.10.2021<br>16 Uhr | Trauerspaziergang             | Friedhof<br>St. Leonhard       |
| Do, 28.10.2021<br>16 Uhr | Trauerspaziergang             | Zentralfriedhof                |
| Mi, 10.11.2021<br>18 Uhr | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Mi, 15.12.2021<br>18 Uhr | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Fr, 17.12.2021<br>18 Uhr | Segensfeier<br>mit Trauernden | Pfarrkirche<br>Hl. Schutzengel |
| Mi, 12.1.2022<br>18 Uhr  | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Mi, 9.2.2022<br>18 Uhr   | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Mi, 9.3.2022<br>18 Uhr   | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Mo, 21.3.2022<br>16 Uhr  | Trauerspaziergang             | FriedWald<br>in Kumberg        |
| Mi, 6.4.2022<br>18 Uhr   | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Fr, 22.4.2022<br>16 Uhr  | Trauerspaziergang             | Eggenberger<br>Schlosspark     |
| Mi, 11.5.2022<br>18 Uhr  | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Mo, 16.5.2022<br>16 Uhr  | Trauerspaziergang             | FriedWald<br>in Kumberg        |
| Mi, 8.6.2022<br>18 Uhr   | Trauergruppe                  | Stadtpfarre<br>zum Hl. Blut    |
| Do, 30.6.2022<br>16 Uhr  | Trauerspaziergang             | Eggenberger<br>Schlosspark     |
| Mo, 18.7.2022<br>16 Uhr  | Trauerspaziergang             | FriedWald<br>in Kumberg        |
| Do, 18.8.2022<br>16 Uhr  | Trauerspaziergang             | Eggenberger<br>Schlosspark     |

Hilfe bei Verlust  
und Tod



# Meine Trauer leben



Offene Trauergruppe  
Trauerspaziergänge

2021/2022



## Die Trauergruppe und die Trauer-spaziergänge – Orte des Austauschs, der Zuwendung und der Hoffnung

Wenn Sie um einen lieben Menschen trauern, sind Sie herzlich zu unserer Trauergruppe und den Trauerspaziergängen eingeladen.

### Offene Trauergruppe

Der Verlust eines geliebten Menschen und der damit verbundene Schmerz braucht viel Ausdruck, Raum und auch Zeit. Die Trauer darf auf die je eigene Art gelebt werden. Dadurch wird die Heilung von Wunden ermöglicht und es kann eine neue Lebensfreude wachsen.

Im geschützten Raum einer Gruppe von Menschen mit ähnlichen Erfahrungen besteht die Möglichkeit, sich untereinander auszutauschen und Wege für den Umgang mit der Trauer kennen zu lernen.

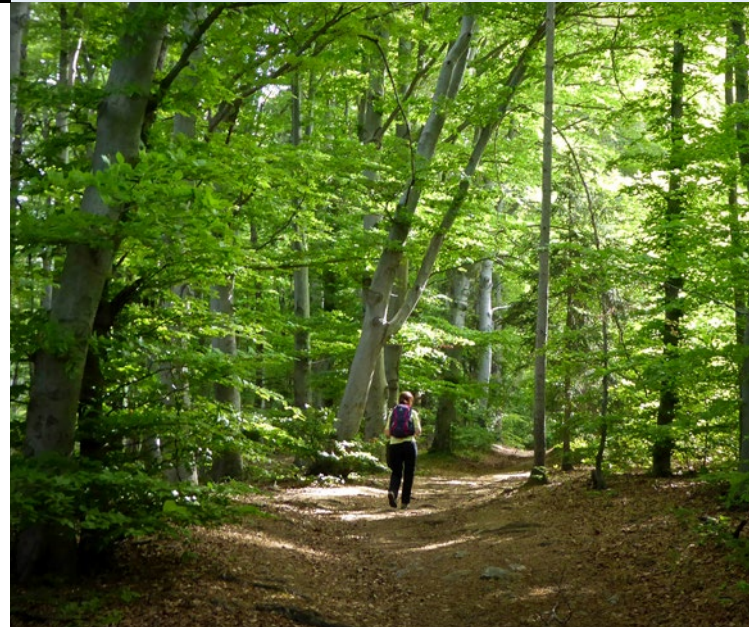
Die Trauergruppe ist ein überpfarrliches Angebot der Katholischen Stadtkirche Graz und steht allen Frauen und Männern offen, die in der Zeit der Trauer durch eine Gruppe begleitet werden möchten.

Wir sind eine offene Trauergruppe, in der jederzeit ein- bzw. ausgestiegen werden kann. Es ist keine Anmeldung erforderlich, und die Teilnahme ist kostenlos. Therapeutische Angebote werden nicht ersetzt.

**Ort:** Stadtpfarre zum Hl. Blut, Herrengasse 23, 8010 Graz, 1. Stock (Eingang im Hof)  
Grazlinien, Haltestelle Jakominiplatz oder Hauptplatz

**Termine:** 22.9., 13.10., 10.11., 15.12.2021;  
12.1., 9.2., 9.3., 6.4., 11.5., 8.6.2022

Zeit: 18.00–19.30 Uhr



- Über den Verlust eines geliebten Menschen mit anderen sprechen.
- Mit Trauernden die Gefühle teilen.
- Durch die Nähe und das Verständnis in der Gruppe neue Kraft schöpfen.
- Die eigenen Kraftquellen entdecken und aufsuchen.
- Aus der biblischen Botschaft neue Hoffnung gewinnen und die Nähe Gottes erfahren.
- In Trauer Ritualen des christlichen Glaubens zu einer neuen Beziehung über den Tod hinausgelangen.
- Eine neue Nähe zum Verstorbenen entdecken.

## Spaziergänge für trauernde Menschen

Wir laden Trauernde zu einem gemeinsamen Spaziergang ein – ein offenes Angebot, die Natur in „geschützter Atmosphäre“ zu erleben und über die eigene Trauer und den verstorbenen Menschen zu reden.

Spaziergehen bedeutet: zu ruhiger Bewegung finden, die Lebenskraft der Natur wahrnehmen, der Seele eine Atempause geben, miteinander ins Gespräch kommen, jemanden an der Seite haben, der einem zuhört. Trauer-Spaziergänge sind für Menschen, die einen geliebten Angehörigen oder Freund durch Tod verloren haben, ihre Trauer mit anderen teilen möchten und in moderatem Tempo unterwegs sein wollen.

Die reine Gehzeit der Spaziergänge beträgt 1 ½ Stunden. Abschließen werden wir den gemeinsamen Weg im gemütlichen Rahmen. Die ganze Veranstaltung wird von ausgebildeten TrauerbegleiterInnen begleitet. Keine Kosten. Keine Anmeldung erforderlich. Bei jeder Witterung.

### Orte & Termine:

Eggenberger Schlosspark:

16.9.2021; 22.4., 30.6., 18.8.2022

FriedWald in Kumberg:

11.10.2021; 21.3., 16.5., 18.7.2022

Graz-Zentralfriedhof: 28.10.2021

Graz-St.Leonhard-Friedhof: 27.10.2021

Zeit: 16.00–17.30 Uhr

Impressum: Hrsg. Katholische Stadtkirche Graz  
F.d.I.v.: Bernhard Pletz; Fotos: Bernhard Pletz  
Layout: Franz Pietro/DigiCorner  
Druck: druck.at – © Graz 2021