

TrauerRaum zu Allerheiligen in Graz

Trauer braucht Raum, Zeit und Ausdruck

Mo, 30. Oktober 2023, 10–20 Uhr

Di, 31. Oktober 2023, 10–20 Uhr

Ort: Stadtpfarrkirche, Innenhof, Stadtpfarrhof

Der TrauerRaum soll ermöglichen, die eigene Trauer wahrzunehmen und dieser in vielfältiger Weise Ausdruck zu geben. So kann aus Trauer neue Kraft und Lebensfreude wachsen. Schenken Sie Ihrer Trauer Raum, um Trost zu finden. Sie können selbständig und in Stille verweilen, Ihres Verstorbenen gedenken, aber auch Zeichen setzen oder mit anderen ins Gespräch kommen.

Im TrauerRaum können Sie...

- ... Ihren Kummer einer Klagemauer anvertrauen,
- ... eine Kerze für Ihre Bitte, Ihren Dank entzünden,
- ... mit Trauerbegleiter:innen oder anderen Betroffenen ins Gespräch kommen,
- ... oder die Kraft der Stille genießen...

Eintritt frei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Was bei Trauer gut tut

Museumsführung in der Alten Galerie
im Schloss Eggenberg

Di, 31. Oktober 2023, 16 Uhr
mit Diakon Bernhard Pletz

Gemeinsam die heilsamen Botschaften in den Kunstwerken der Alten Galerie entdecken. Eine ganz andere Art der Kunstführung mit persönlichem Austausch zum Thema Trauerbewältigung.

Kosten: € 3,-/Person (+ Eintritt in Galerie)

Anmeldung: bernhard.pletz@graz-seckau.at

Segensfeier mit Trauernden

Fr, 22. Dezember 2023, 18 Uhr

Pfarrkirche Graz-HL. Schutzengel

Pfarrgasse 25, 8020 Graz

Alle aktuellen Veranstaltungen und Termine:
www.katholische-kirche-steiermark.at/trauer

TERMINE & ORTE

Meine Trauer leben

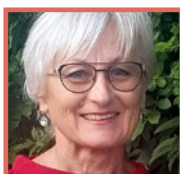
Mi, 6.9.23 18 Uhr	Trauergruppe	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Mo, 25.9. 16 Uhr	Trauerspaziergang	Eggenberger Schlosspark
Mi, 4.10. 18 Uhr	Trauergruppe	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Mo, 16.10. 16 Uhr	Trauerspaziergang	Eggenberger Schlosspark
Mo, 23.10. 16 Uhr	Trauerspaziergang	FriedWald in Kumberg
Mo, 30.10. Di, 31.10.	TrauerRaum	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Di, 31.10. 16 Uhr	Museumsführung – „Was bei Trauer guttut“	Alte Galerie im Schloss Eggenberg
Mi, 8.11. 18 Uhr	Trauergruppe	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Mi, 22.11. 18 Uhr	Herzkreis	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Mi, 6.12. 18 Uhr	Trauergruppe	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Mi, 13.12. 18 Uhr	Herzkreis	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Fr, 22.12. 18 Uhr	Segensfeier mit Trauernden	Pfarrkirche Graz-HL. Schutzengel
Mi, 10.1.24 18 Uhr	Trauergruppe	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Mi, 24.1. 18 Uhr	Herzkreis	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Mi, 7.2. 18 Uhr	Trauergruppe	Stadtpfarre, Herrengasse 23
Mi, 21.2. 18 Uhr	Herzkreis	Stadtpfarre, Herrengasse 23

Sie werden begleitet von:



Bernhard Pletz

Seelsorger, Diakon für Arme
und Benachteiligte
Tel. 0676/8742-2782
bernhard.pletz@graz-seckau.at



Maria Rissner

Sozial- und Lebensberaterin
Tel. 0676/8749-5051
maria.rissner@gmx.at

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

Hilfe bei Verlust
und Tod



Meine Trauer leben

Offene Trauergruppe
Trauerspaziergänge
TrauerRaum

Herbst/Winter 2023/2024

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.

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, Eingang im Hof
Grazlinien, Haltestelle Jakominiplatz oder Hauptplatz

Termine: Mi, 6.9., 4.10., 8.11., 6.12.2023 und
10.1., 7.2.2024; Zeit: 18.00–19.30 Uhr

HerzKreis – Bewegungen, die bei Trauer gut tun

Der HerzKreis ist ein Kreis von 12 wohltuenden Bewegungen mit den Armen, verbunden mit 12 inspirierenden Sätzen, die Ruhe schenken und die Lebensfreude stärkt. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Teilnahme kostenlos.

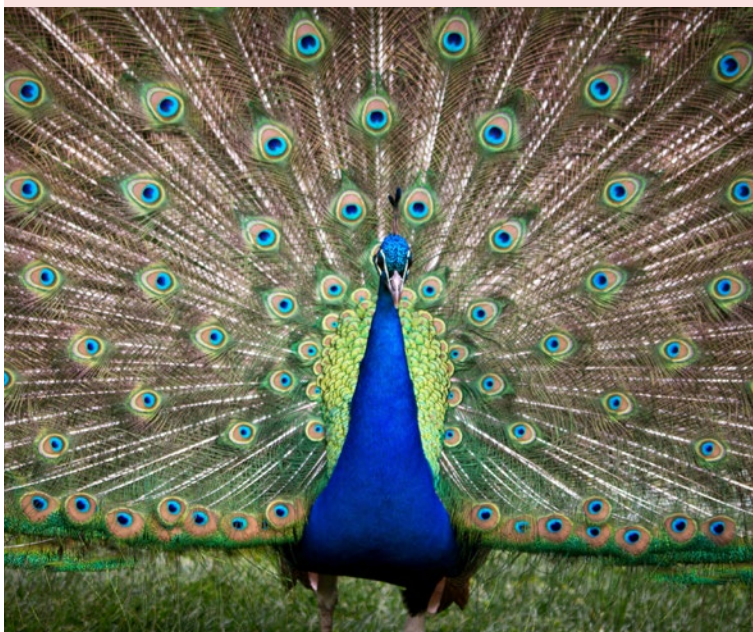
Mit Andrea Perl, Energetikerin,
0680/1200 503

Ort: Stadtpfarre zum Hl. Blut
Herrengasse 23, 8010 Graz, Saal im 2. Stock

Termine: 22.11., 13.12.2023, 24.1., 21.2.2024

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.**



- 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 Trauerbegleiter:innen begleitet. Keine Kosten. Keine Anmeldung erforderlich. Bei jeder Witterung.

Orte & Termine:
Eggenberger Schlosspark:
Mo, 25.9., 16.10.2023

FriedWald in Kumberg:
Mo, 23.10.2023

Zeit: jeweils 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 2023