



# **GRAZ – ENTSPANNT GENIESSEN**

Der praktische WC-Stadtplan für Graz

## ENTSPANNT UND UNBESCHWERT GENIEßEN!

Es ist leider immer noch ein Tabuthema, obwohl mindestens 1 Million Menschen allein in Österreich darunter leiden: Inkontinenz. Von der sehr häufigen Harninkontinenz, oft als ‚Blasenschwäche‘ verharmlost, sind schätzungsweise jede 4. Frau und jeder 10. Mann im Laufe des Lebens betroffen.

Allen Betroffenen raubt diese Störung oft nicht nur den Schlaf, sondern auch ein Stück Lebensqualität: Viele ‚mauern‘ sich ein und wenn sie ihre Wohnung überhaupt verlassen, kreisen die Gedanken immer um die Frage, ob schnell genug ein WC erreichbar ist. Ausflüge werden vielfach gar nicht erst geplant – aus Sorge, am Ziel lange und womöglich vergeblich nach einem ‚stillen Ort‘ suchen zu müssen.

Der Verzicht auf Spaziergänge, Stadtwanderungen und Einkaufstouren ist auch deshalb bedauerlich, weil es gerade in Graz so viele bemerkenswerte Sehenswürdigkeiten gibt: prächtige Schlösser, imposante Kirchen, großartige Museen, berühmte Kunst- und Kulturschätze sowie schöne Landschaften.

Um auch Menschen, die an Inkontinenz leiden, ein Stück Lebensqualität zurückzugeben, haben wir diesen speziellen Stadtplan zusammengestellt – in dem öffentliche WCs eingezeichnet sind. So kann jeder Ausflug zu einem entspannten und unbeschwertem Erlebnis werden.

Ein großer Teil der von Inkontinenz betroffenen Menschen schweigt übrigens aus Scham – oder weil die Blasenschwäche immer noch als unabwendbare Folge des natürlichen Alterungsprozesses und als nicht heilbare Krankheit angesehen wird. Das ist falsch! Denn in rund 90 Prozent aller Fälle ist eine Heilung oder zumindest deutliche Besserung möglich.

Einige Informationen dazu finden Sie auf der Rückseite dieses Wegweisers.

Weitere Exemplare dieses WC-Stadtplans können sie unter [www.blasengesundheit.at](http://www.blasengesundheit.at) bestellen oder im Service-Bereich downloaden.

Werden Sie aktiv! Wir wünschen Ihnen viele schöne und unbeschwerte Erkundungswege durch Graz.

*in Bundeslich*  
Univ.-Prof. Dr. Max Wunderlich FRCS  
Präsident der MKÖ





**A**



**XIII. GÖSTING**

**Hubertus-Höhe**  
582 ▲  
Kernstock-Warte

Frachtenbahnhof

4,5

6

Unterand

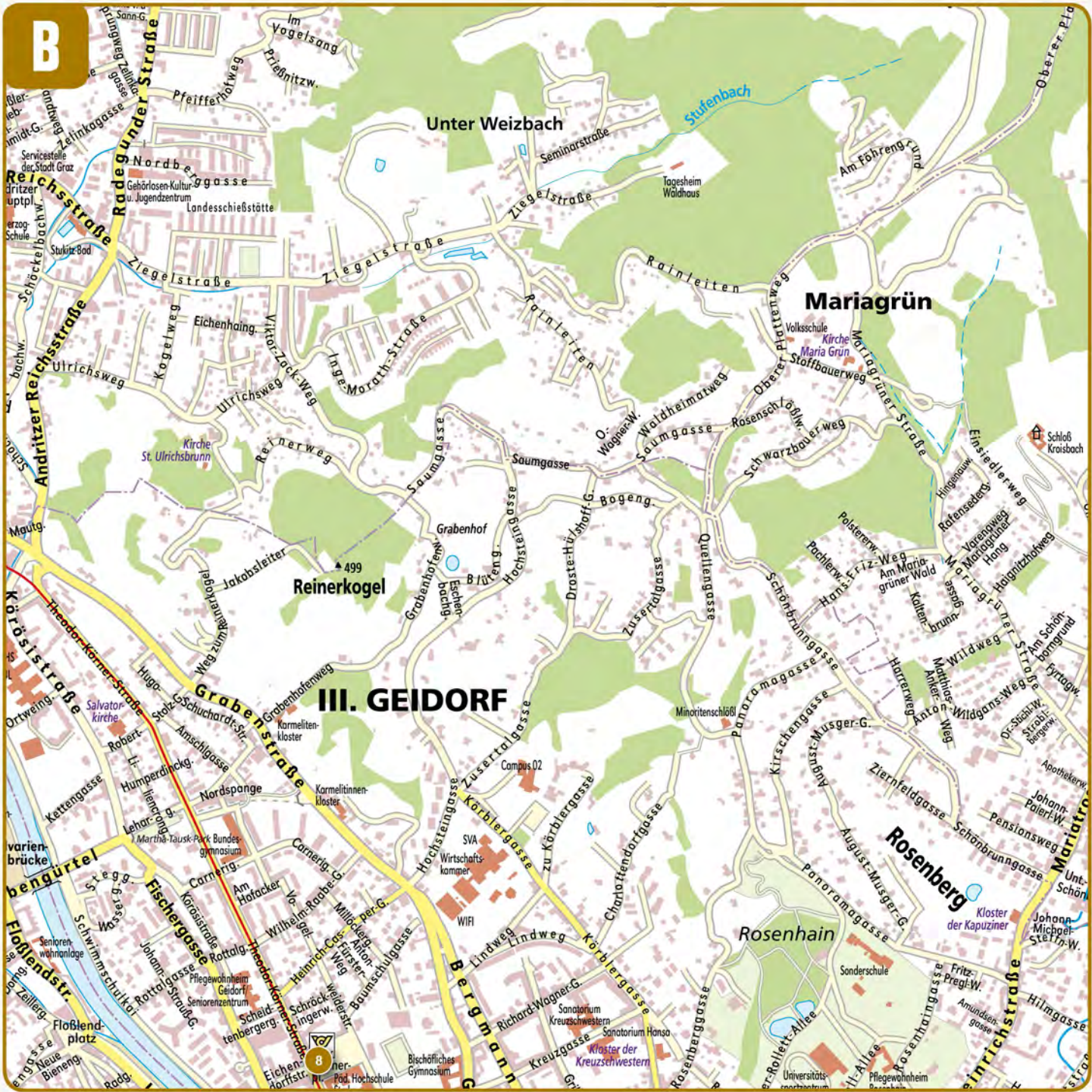
Gösting

Andritz

Kalvarienberg

Am Stadlgrund

5



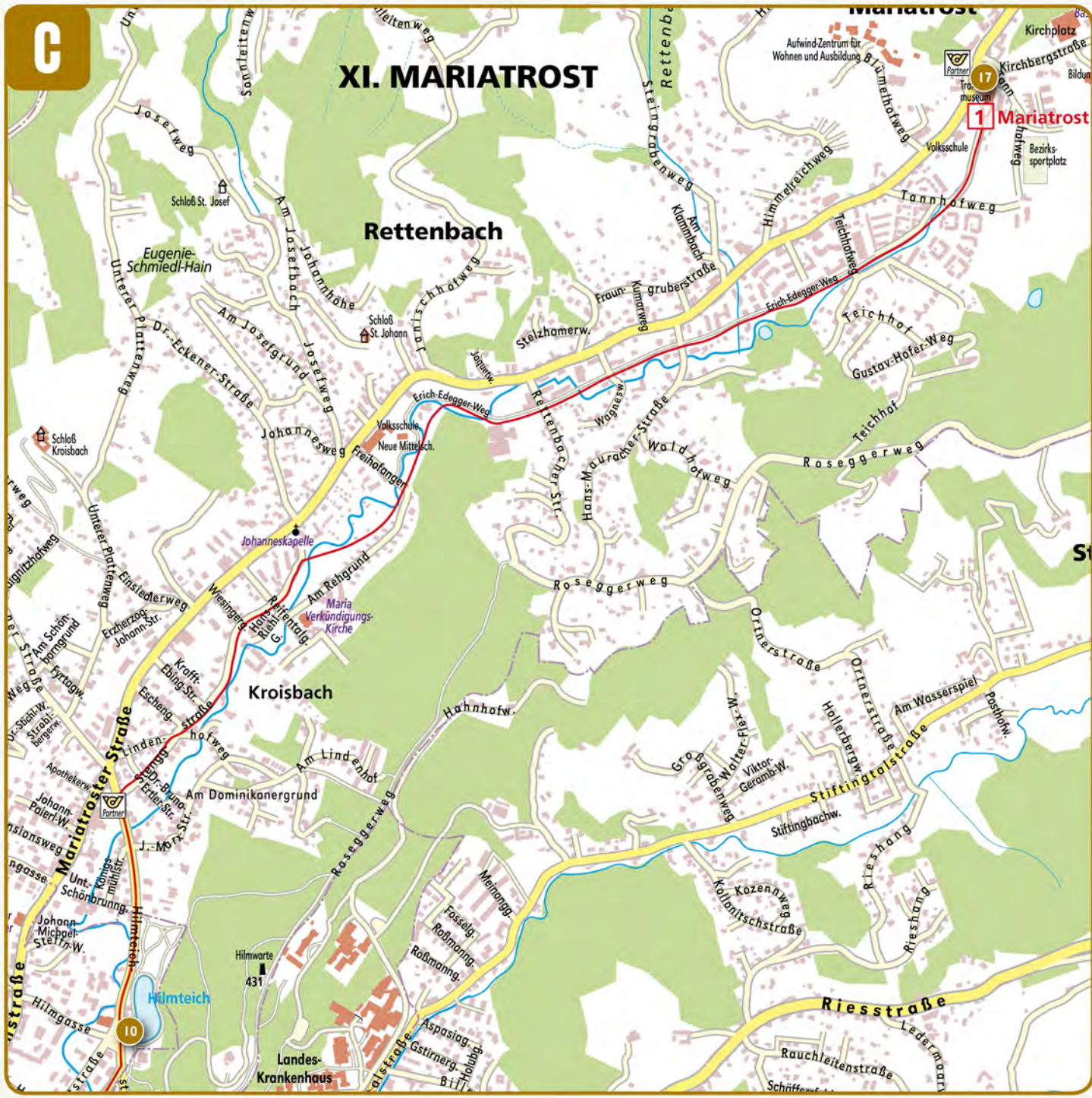
G

# XI. MARIATROST

## Rettenbach

## Kroisbach

**1** Mariatrost



D



**Eggenberg/UKH**

**IV. LEND**

**Algersdorf**

**EGGENBERG**

**Laudongasse**

**Baierdorf**

**Reininghaus**

**Wetzelsdorf**

**V. GRIES**

**Wetzelsdorfer Str.**

**Wetzelsdorfer Straße**

**Kärntner Straße**

**Hauptbahnhof**

**Europa-Platz**

**Annenstraße**

**Köflacher Bahnhof**

**31**

**1**

**3,6**

**7**

**Nahverkehrsknoten**



E



I. INNERE STADT

II. ST. LEONHARD

67b

14

18

20

21

22

23

30

32

33

7

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

1

2

3

4

5

6

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

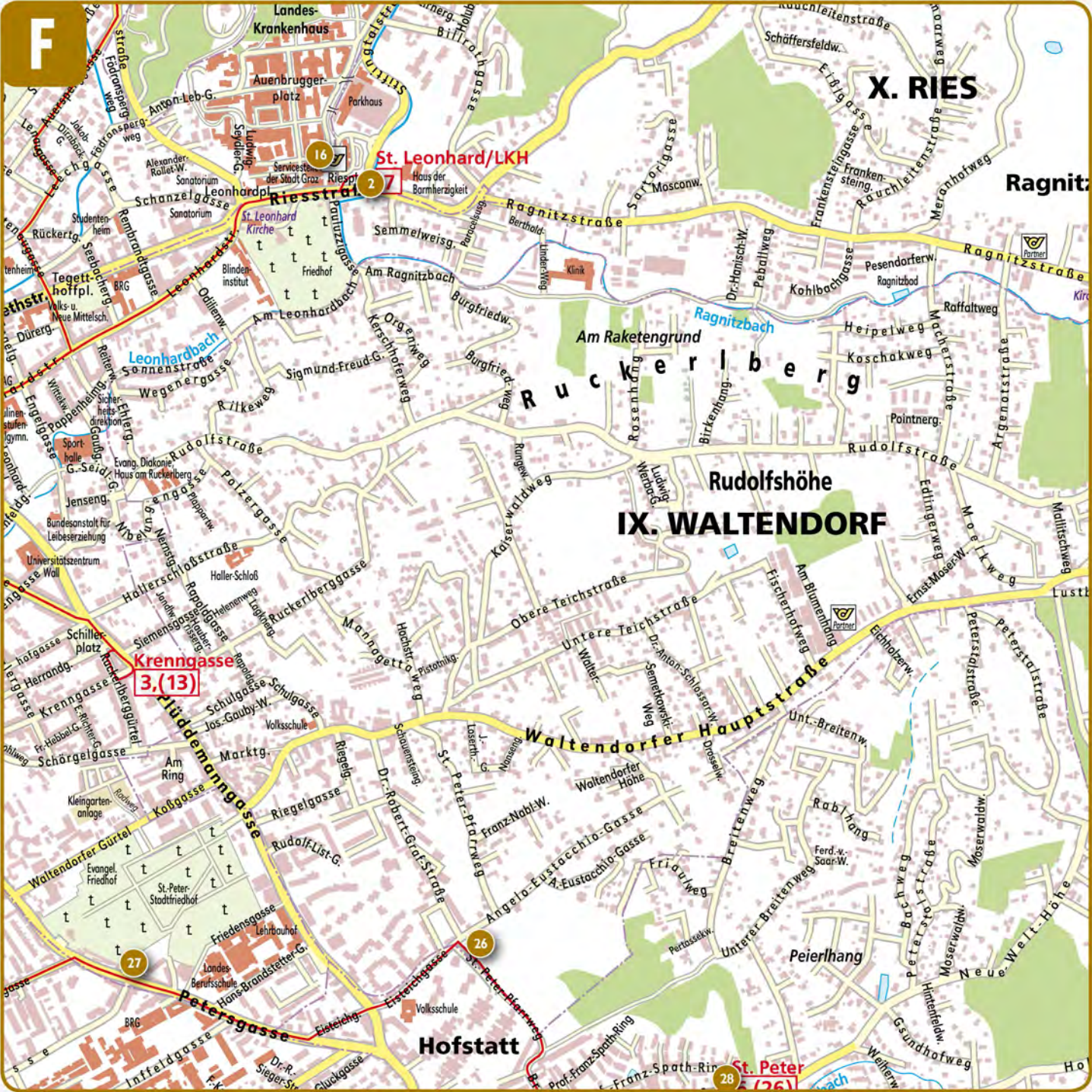
30

31

32

33

F



X. RIES

Ragnitz

St. Leonhard/LKH

IX. WALTENDORF

Rudolfshöhe

Waltendorfer Hauptstraße

Krenngasse  
3.(13)

Riedmangasse

Hofstatt

St. Peter  
28 (26)

G

# XV. WETZELSDORF

Hst. Wetzelsdorf

Krottendorf

St. Martin

Hart

Sigmund-Freud-Klinik

Center West

P+R





H

# VI. JAKOMINI

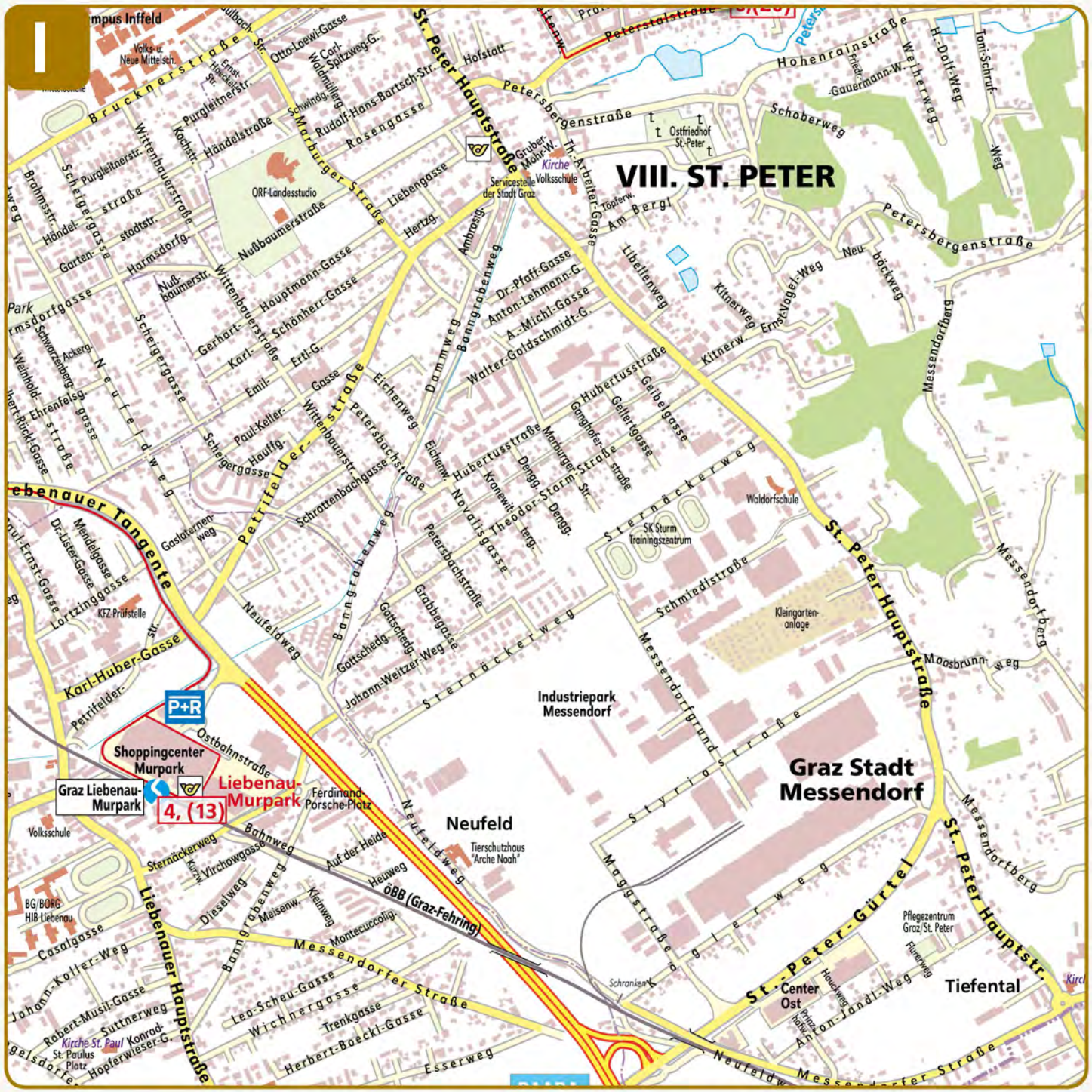
Messepl. Stadthalle  
Messehalle 1  
Messeparkplatz  
Servicestelle der Stadt Graz  
Ostbhf.

# Harmsdorf

# LIEBENAU

# VII. LIEBENAU

Graz L



# VIII. ST. PETER

mpus Inffeld

Shoppingcenter Murpark

4, (13)

Liebenau-Murpark

Neufeld

Graz Stadt Messendorf

Tiefental

Industriepark Messendorf

Center Ost

öBB (Graz-Fehring)

Tierschutzhaus Arche Noah

Pflegezentrum Graz St. Peter

Ferdinand Porsche Platz

Schranken

Graz Liebenau-Murpark

Volkschule

Bahnweg

Auf der Heide

Neufeldweg

Maggstraße

Styriastraße

Messendorfer Straße

Messendorfer Straße

Messendorfer Straße

Volkschule

Sternmackerweg

Kurz Virchowgasse

Heuweg

Montecuccolig.

Flurweg

Anton-Jandi-Weg

Flurweg

Flurweg

BG/BORG HIB Liebenau

Dieselweg

Melsenu.

Kleinweg

Leo-Scheu-Gasse

Haushweg

Prinzenweg

Prinzenweg

Prinzenweg

Casalgasse

Banngrabenweg

Wichergasse

Trenkgasse

Herbert-Boeckl-Gasse

Esserweg

Esserweg

Esserweg

Esserweg

Johann-Koller-Weg

Robert-Musil-Gasse

Suttnerweg

Conrad St. Paulus Platz

Hopferwieser-G.

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße

St. Peter Hauptstraße



# XVI. STRASSGANG

VERTEILERKREIS  
WEBLING

# Straßgang

# Neuseiersberg

SEIERSBERG

Hst. Webling

Bhf. Straßgang

Shopping Center West

Shopping Center Seiersberg

Erholungszentrum Straßgang

Servicestelle der Stadt Graz



# XVI. STRASSGANG

VERTEILERKREIS  
WEBLING

# Straßgang

# Neuseiersberg

SEIERSBERG

Hst. Webling

Bhf. Straßgang

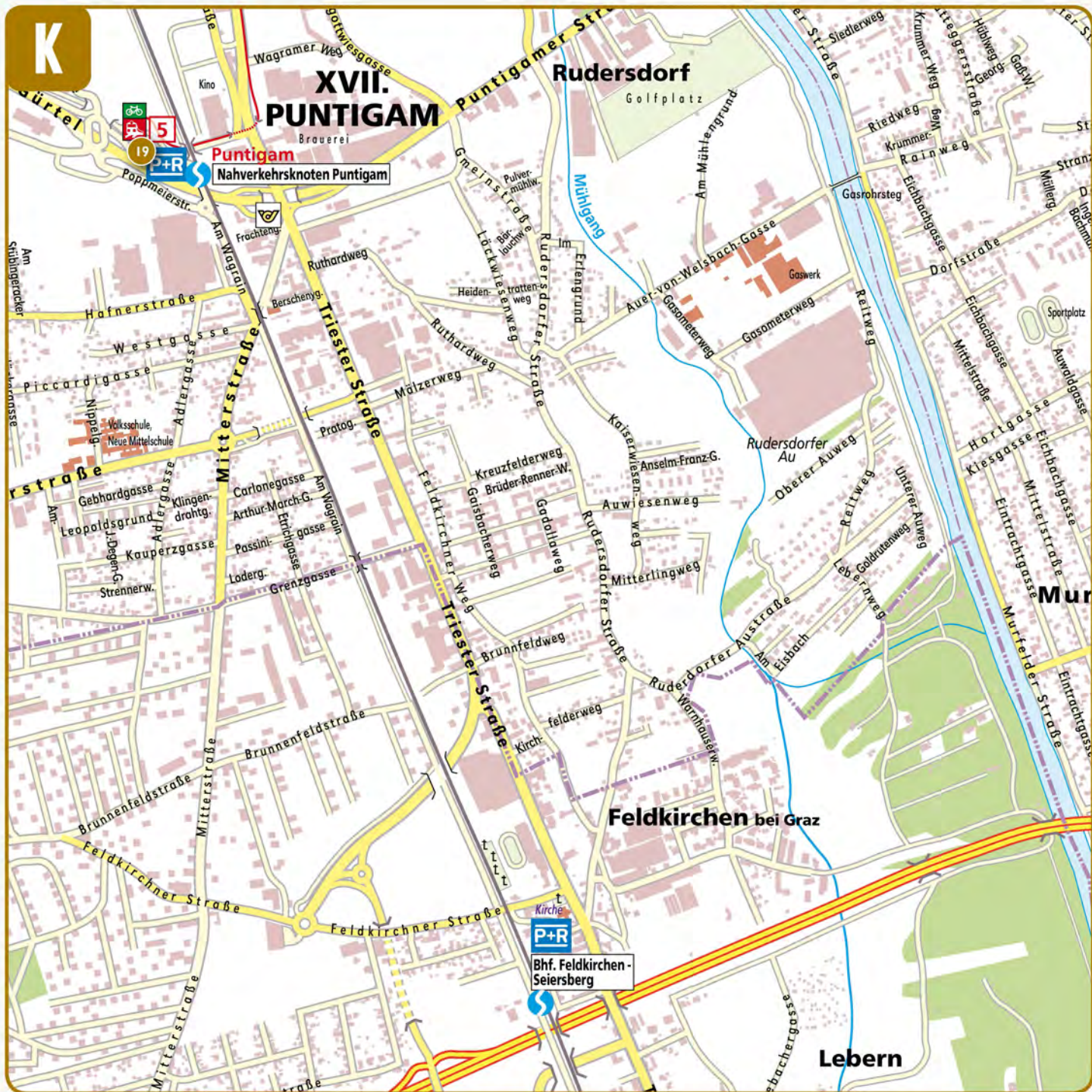
Shopping Center West

Shopping Center Seiersberg

Erholungszentrum Straßgang

Servicestelle der Stadt Graz

K



**XVII. PUNTIGAM**  
Brauerei

**Rudersdorf**  
Golfplatz

**Feldkirchen bei Graz**

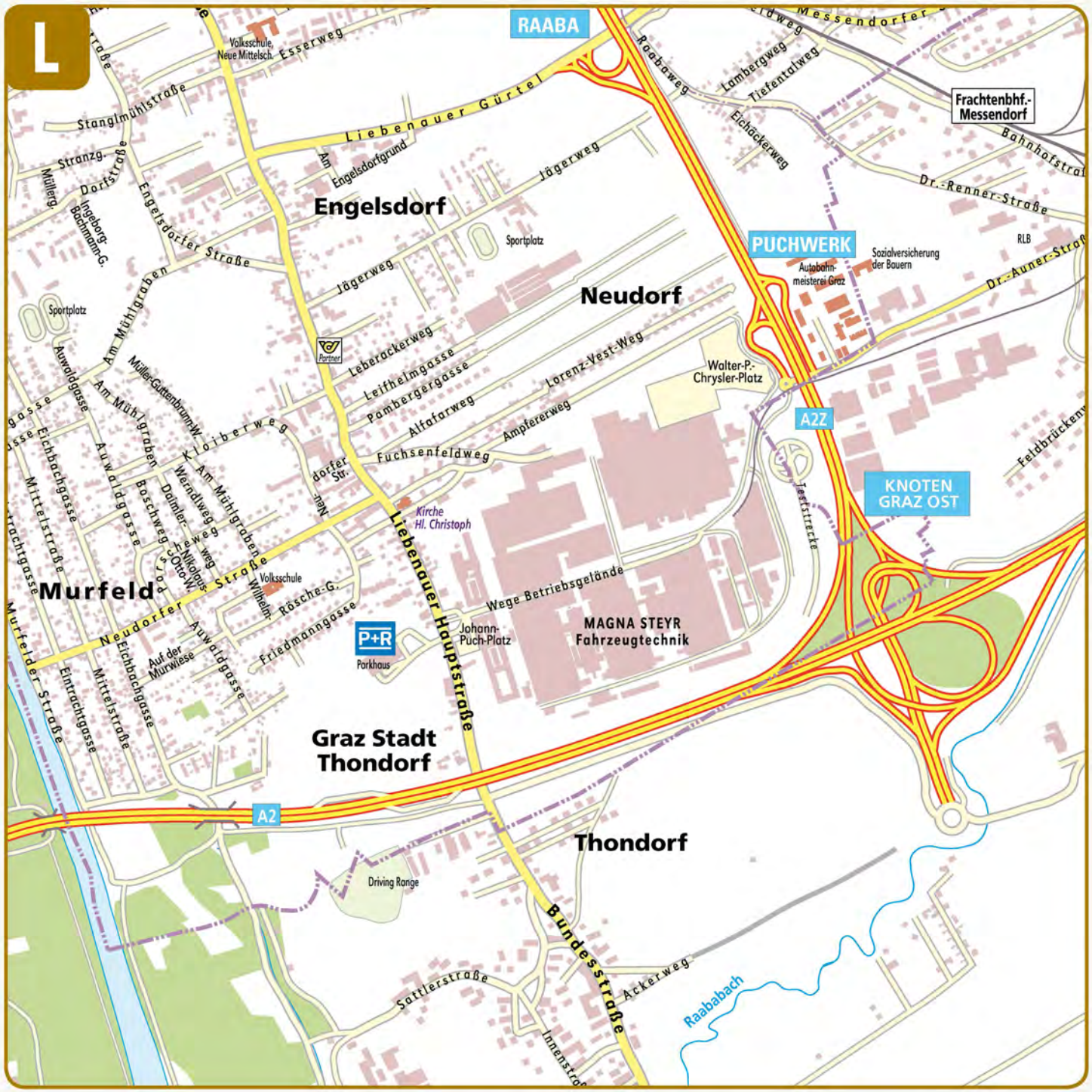
**Lebern**

19

P+R

Bhf. Feldkirchen-Seiersberg

Mur



RAABA

Engelsdorf

Neudorf

PUCHWERK

Murfeld

KNOTEN GRAZ OST

Graz Stadt Thondorf

Thondorf

MAGNA STEYR Fahrzeugtechnik

Frachtenbhf.-Messendorf

A2

A22

P+R Parkhaus

Raababach



## INFORMIEREN SIE SICH ÜBER INKONTINENZ!

Alles zum Thema Blase: aktuelle Themen, anonyme Experten-Fragestunden, Service-material, Selbsttest u.v.m.

[www.blasengesundheit.at](http://www.blasengesundheit.at)

## SPRECHEN SIE ÜBER INKONTINENZ!

Der erste und einer der wichtigsten Schritte zur Kontinenz: Aktiv Beratung und Hilfe suchen!

[www.kontinenzgesellschaft.at](http://www.kontinenzgesellschaft.at)

## NEHMEN SIE MIT UNS KONTAKT AUF

Die Hotline **0810 / 100 455** der Medizinischen Kontinenzgesellschaft steht Ihnen zum Ortstarif aus ganz Österreich für allgemeine Anfragen zur Verfügung.

Anfragen per E-Mail: [info@kontinenzgesellschaft.at](mailto:info@kontinenzgesellschaft.at)

## BERATUNGSSTELLE FÜR STEIERMARK:

Hotline: 0810 100 455