

ARGE HOSPIZ

Bündnis für ambulante Hospiz-
und Palliativarbeit im Landkreis München

„Trauer hat viele Gesichter“

...denn Trauer
ist so vielfältig
wie das Leben

AKTIONSWOCHE

18.04. bis 03.05.2026



Liebe Bürgerinnen und Bürger,

Trauer gehört zum Leben – und doch trifft sie uns oft unvermittelt. Sie zeigt sich in vielen Formen: in Abschieden, in Veränderungen, im Verlust eines geliebten Menschen oder eines vertrauten Wegbegleiters. Manchmal bleibt sie leise, manchmal nimmt sie uns den Atem. Doch sie erinnert uns immer daran, wie tief wir verbunden sind.

Im Landkreis München können wir auf ein starkes Netzwerk an Unterstützung zurückgreifen: Die 15 Hospizdienste der ARGE Hospiz sowie weitere engagierte Einrichtungen der Trauerbegleitung stehen Menschen jeden Alters mit Zeit, Erfahrung und offenen Ohren zur Seite. Sie machen deutlich, dass niemand mit seiner Trauer allein bleiben muss.

Mit der Aktionswoche „Trauer hat viele Gesichter“ lädt der Arbeitskreis Trauer bereits zum dritten Mal dazu ein, dieses oft zurückhaltend behandelte Thema in den Blick zu nehmen. Mit vielfältigen Veranstaltungen für unterschiedliche Ziel- und Altersgruppen entstehen Räume für Austausch, Verständnis und Orientierung.

Ich möchte Sie herzlich einladen, an den Angeboten teilzunehmen, mit den Fachkräften ins Gespräch zu kommen und die wertvolle Arbeit kennenzulernen, die hier im Landkreis München geleistet wird.

Herzlichst, Ihr

Christoph Göbel

Landrat

„Trauer hat viele Gesichter“

...denn Trauer ist so vielfältig wie das Leben

AKTIONSWOCHE 18.04. bis 03.05.2026

Hospizkreis Ottobrunn e.V.

Samstag, 18.04.2026

10:00-13:00 Uhr

**Geschäftsstelle Hospizkreis
Ottobrunn e.V., Friedenstraße 21,
3. OG, 85521 Ottobrunn**



Tag der offenen Tür zum Thema Trauer – Trauerbegleitung-Umgang mit Trauer

Haupt- und Ehrenamtliche Mitarbeitende stellen die Angebote des Hospizkreises vor: Trost Café, Trauerwanderungen, Trauersprechstunde, Einzeltrauerbegleitung

Zielgruppe: Informationen und Angebote von Gesprächen für an- und zugehörige Trauernde

Kostenfrei, Spenden erwünscht

→ Anmeldung erforderlich unter:

info@hospizkreis-ottobrunn.de oder Telefon: 089-66 55 76 70

**Stiftung Ambulantes
Kinderhospiz München**

Samstag, 18.04.2026

10.00 - 16.00 Uhr

Blutenburgstraße 68, 80636 München



Workshop „Trauer in jungen Familien“

Wie trauern junge Familien, wenn ein Kind oder Elternteil stirbt?
Welche Unterstützung ist für sie hilfreich?

Teilnehmerzahl: maximal 15 Teilnehmer,

→ Anmeldung erforderlich unter:

marion.geppert@kinderhospiz-muenchen.de

Hospizkreis Haar e.V.

Samstag, 18.04.2026

14.00 – 17.00 Uhr

**Büro Hospizkreis Haar,
St. Konrad-Straße 2, 85540 Haar**



Workshop – interaktives Trauerbegleitungsgespräch

Wir möchten den Besuchern die Möglichkeit bieten, sich interaktiv an einem Gespräch einer Trauerbegleitung zu beteiligen und im Anschluss die Vorgehensweise bzw. auch die Emotionen und Gefühle mit den Interessierten besprechen.

Zielgruppe: Alle

Kosten: Spenden sind erwünscht

Teilnehmerzahl: 10 – 15 Personen

→ Anmeldung unter mail@hospizkreis-haar.de

Ambulanter Kinder- und Jugend- hospizdienst der Malteser und Gemeindebücherei Gräfelfing

Montag, 20.04.-30.04.2026

zu den Öffnungszeiten der Bücherei

**Gemeindebücherei Gräfelfing,
Stefanusstr. 8 (Eingang Schmidbauerstr.), 82166 Gräfelfing**



Büchertisch, hilfreiche Bücherlisten und Trostkoffer

Kinder- und Jugendliteratur zu Themen rund um Verlust und Trauer
Öffnungszeiten der Bücherei

→ siehe <https://bibliothek.graefelfing.de/>

Garchinger Hospizkreis, Nachbarschaftshilfe Garching

Montag, 20.04.2026

18:30 Uhr (ca. 1,5h)

**Familienzentrum,
Nachbarschaftshilfe Garching,
Telschowstraße 5, Zimmer F1.02,
85748 Garching**



Trauergruppe: Wenn Worte fehlen – gemeinsam durch die Trauer. Ein Abend für Menschen, die jemanden verloren haben.

Der Garchinger Hospizkreis lädt zu einer neuen Trauergruppe ein.

Wir möchten einen behutsamen Raum eröffnen, in dem Erinnerungen geteilt, Gefühle ausgesprochen und neue Schritte gewagt werden dürfen. Die Gruppe trifft sich einmal im Monat – insgesamt an fünf weiteren Terminen.

Kostenfrei - Spenden für den Hospizkreis Garching erwünscht

Teilnehmerzahl: bis zu 10 Teilnehmer*Innen

→ Anmeldung unter: hospizkreis@nbh-garching.de,
Tel. 0176 4563 4863

Hospizverein Isartal e.V.

Dienstag, 21.04.2026

17.00 – 19.00 Uhr

**in den Räumen des Hospizvereins
Isartal e. V., Münchener Straße 9a,
82049 Pullach im Isartal**



Praxisabend: Der Trostkoffer – Kinder in ihrer Trauer begleiten.

Die Trostkoffer enthalten ausgewählte Bücher und kreative Materialien und können kostenlos ausgeliehen werden. Nach einer kurzen fachlichen Einführung sind Sie eingeladen, die Koffer zu entdecken, sich auszutauschen und Ihre Fragen einzubringen.

→ Anmeldung per E-Mail: trostkoffer@posteo.de

Hospizverein Würmtal e.V.

Dienstag, 21.04.2026

19.00 Uhr

**VHS im Würmtal,
Am Marktplatz 10a, 82152 Planegg**



Filmabend

„Ich sterbe. Kommst du?“

Filmvorführung mit Gelegenheit zum Austausch

Der Film erzählt die letzten zwei Lebenswochen der 38jährigen

Nadine, die mit Krebs im Endstadium ins Hospiz kommt und lernen muss, ihre Wut auf die Welt loszulassen, sich von ihrem kleinen Sohn zu verabschieden und mit sich und ihrem kurzen Leben Frieden zu schließen.

Eintritt frei, um Spenden wird gebeten

Teilnehmerzahl: maximal 45 Teilnehmer

→ Anmeldung erforderlich online unter

<https://www.vhs-wuermtal.de/p/654-C-J1080>,

oder 089 277 805 149 oder per Mail an info@vhs-wuermtal.de

Hospizkreis Ismaning

Mittwoch, 22.04.2026

19:00 Uhr

**Cinema & Talk, VHS Ismaning „Blackbox“,
Mühlenstr. 15, 85737 Ismaning**



„THE FATHER“ Film mit Anthony Hopkins und Olivia Colman mit 2 Oskars prämiert

Film: Der 80-jährige Anthony glaubt felsenfest, gut klarzukommen. Die Londoner Wohnung möchte er nicht verlassen, aber die Demenz bringt ihn und seine Tochter Anne zunehmend an ihre Belastbarkeitsgrenzen.

Zielgruppe: Interessierte Bürger*innen

→ Kostenfrei, Spenden erbeten

Hospizverein Isartal e.V.

Donnerstag, 23.04.2026

15.00 - 17.00Uhr

**Hospizverein Isartal e.V.,
Münchener Str. 9a, 82049 Pullach**



Workshop „Gemeinsam einen Blumengruß gestalten“

Sie haben einen Ihnen nahestehenden Menschen verloren oder einen Verlust zu bewältigen und wünschen sich Unterstützung in Ihrer Trauer. Mit dem gemeinsam gestalteten Blumengruß können Sie das Grab oder einen Gedenkort des geliebten Menschen schmücken, um den Sie trauern.

Kosten: Für Material fallen Kosten von € 5,00 an.

→ Anmeldung bis 16.04.2026 beim Hospizverein Isartal e.V.,
Tel. 0171 609 82 29 oder kontakt@hospizverein-isartal.de

**Garchinger Hospizkreis,
Nachbarschaftshilfe Garching**

Donnerstag, 23.04.2026

18:00 (ca. 1,5h)

**Königsgarten, Mühlfeldweg 2,
85748 Garching**



Gesprächsrunde zum Thema: Sterben, Tod, Trauer

Der Garchinger Hospizkreis lädt zu einer offenen Gesprächsrunde ein.

Wir lesen gemeinsam kurze literarische Texte, die uns zum Nachdenken anregen. Anschließend tauschen wir in vertrauensvoller Runde aus, welche Gedanken und Gefühle sie in uns bewegen.

Teilnehmerzahl: bis zu 20 Teilnehmer*Innen

→ Kostenfrei - Spenden für den Hospizkreis Garching erwünscht

Hospizkreis Ottobrunn e.V.

Samstag, 25.04.2026

Treffpunkt 10:30 - ca. 13:00 Uhr,
Gesamtzeit mit Einkehr ca. 3-4 Stunden

Anfahrt Bahn/Bus/Auto: S-Bahnhof
Höhenkirchen-Siegertsbrunn, Parkmöglichkeiten, dann Fußweg ca. 1,1 km oder
eingeschränkt Parkplätze bei der Kapelle

Wallfahrtskapelle St. Leonhard in Siegertsbrunn



Trauerwanderung in Höhenkirchen-Siegertsbrunn mit Einkehr „Alter Wirt“ in Siegertsbrunn

Im Wandern den gemeinsamen Austausch mit Teilnehmenden erfahren. Es begleiten Sie ehrenamtliche TrauerbegleiterInnen.

Die Wanderung richtet sich an Menschen, die einen Verlust, gleich welcher Art, erlitten haben. Ziel einer solchen Wanderung ist es, in der Natur die Ruhe, Entspannung und Ausgeglichenheit zu finden, die Trauernde sowohl körperlich als auch seelisch in dieser Zeit benötigen.

Zielgruppe: Für Wandernde und Spaziergänger. Festes Schuhwerk und ggf. Stecken. Diese Wanderung eignet sich nicht für Menschen mit starken Geheinschränkungen und mit Rollator.

Kosten: Fahrtkosten sowie Kosten bei der Einkehr sind selbst zu tragen.
Spenden für die Trauerarbeit werden gern angenommen
Teilnehmerzahl: 20-30 Personen

→ Um Anmeldung wird bis zum 18.04.2026 gebeten:
info@hospizkreis-ottobrunn.de oder Telefon: 089-66 55 76 70

**Ambulanter Kinder- und
Jugendhospizdienst der Malteser
und Gemeindebücherei Gräfelfing**



Samstag, 25.4.2026

15.00 – 16.30 Uhr

**Gemeindebücherei Gräfelfing EG, Stefanusstr. 8 (Eingang
Schmidbauerstr.), 82166 Gräfelfing**

**Trauern - eine Fähigkeit
mit der wir geboren werden**

Kurzvortrag und Präsentation des Trostkoffers. Kinder- und Jugendliche bei der Bewältigung von Verlust unterstützen und begleiten.

Zielgruppe: Pädagog*innen, Erzieher*innen, Eltern, Großeltern, alle die mit Kindern leben beruflich oder privat zu tun haben

Kosten: Kostenfrei, über eine kleine Spende freuen wir uns

→ Anmeldung erwünscht unter:
info@bibliothek.graefelfing.de oder 089-85821073

Hospizverein Würmtal e.V.

Sonntag, 26.04.2026

14.00 Uhr

**Treffpunkt am Parkplatz Waldheim,
Geigerstraße 33, 82166 Gräfelfing**



**Trauerwanderung
mit ausgebildeten Trauerbegleiterinnen**

Eine Gelegenheit sich mit anderen Betroffenen auszutauschen. Im Gehen, in der Bewegung fällt das Reden leichter.

Dauer ca. 2 Stunden

Kosten: Keine Kosten, um Spenden wird gebeten

Teilnehmerzahl: max. 8 Personen

→ Anmeldung erforderlich unter: Hospizverein Würmtal e.V.,
0151 5355 0007, info@hospizvereinwuermtal.de

**Garchinger Hospizkreis,
Nachbarschaftshilfe Garching**

Montag, 27.04.2026

18:30 Uhr (ca. 1,5h)

**Familienzentrum,
Nachbarschaftshilfe Garching,
Telschowstraße 5, 85748 Garching**



**Mit der positiven
Klopfakupressur zurück ins Leben!**

Der Garchinger Hospizkreis lädt herzlich dazu ein.

Mit einer sanften Methode möchten wir Trauernde dabei unterstützen, wohltuende Gefühle wie Ruhe, Vertrauen und Zuversicht wieder bewusster wahrzunehmen. Durch die regelmäßige Anwendung kann Schritt für Schritt neue innere Stärke entstehen – und Ausgeglichenheit in den Alltag zurückkehren.

Kosten: Kostenfrei - Spenden für den Hospizkreis Garching erwünscht
Teilnehmerzahl: bis zu 10 Teilnehmer*Innen

→ Anmeldung unter: begleitung@silviaheigl.de, Tel. 0176 92 22 54 34

**Arbeitskreis Hospiz Schule,
Hospizverein Isartal e.V.**

Montag, 27.04.2026

19.00 - 20.30 Uhr

Hospizverein Isartal e.V., Münchener Straße 9a, 82049 Pullach



**Workshop „Hospiz und Schule“,
„Trauer und Trost“ - Bewältigungsstrategien
bei Kindern und Jugendlichen im Schulleben“**

Vorstellung der Projektarbeit „Hospiz Schule“, Trauer – Trost für Grund- und weiterführende Schulen: Durchführung, Ziele und Erfahrungen, Klassenstufen 3-4 bzw. 9-12

Zielgruppe: interessierte Lehrer, Erzieher, Hort-Mitarbeiter, Tagesmütter, Schulpsychologen und Eltern

Teilnehmerzahl: 6-20

→ Anmeldung erforderlich unter:

kontakt@hospizverein-isartal.de oder bergmann.erb@t-online.de

Hospizkreis Ismaning

Dienstag, 28.04.2026

18:00 Uhr

Hospizkreis Ismaning



Workshop Mit ätherischen Ölen durch die Trauer

Einführung in die Aromapflege und wie sie uns im Alltag unterstützen kann. Kosten: 5 € plus evtl. Materialkosten,

Teilnehmerzahl: maximal 10 Personen

→ Anmeldung erforderlich unter 0176/ 1031 7992

Malteser Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst Gräfelfing

Dienstag, 28. April 2026

18:00-20:00 Uhr

**Malteser Hilfsdienst e.V., Lehrsaal,
Bahnhofstr 3a, 82166 Gräfelfing**



Workshop zur Gestaltung einer persönlichen Trauerkarte

„Ein Todesfall im näheren Umfeld. Wie finde ich die richtigen Worte, um meiner Trauer Ausdruck zu geben? Was gilt es zu vermeiden?“

Kostenfrei, Spenden erwünscht

Teilnehmerzahl: max. 15 Teilnehmer

→ Anmeldung erforderlich unter: 089 858080940

Hospizkreis Ismaning

Mittwoch, 29.04.2026

18:00 Uhr

Hospizkreis Ismaning



Darf ich dich berühren?

Wir legen uns gegenseitig achtsam die Hände auf.

Kosten: 5 €

Teilnehmerzahl: maximal 14

→ Anmeldung erforderlich unter 0176/ 1031 7992

Arbeitskreis Hospiz Schule, Hospizverein Isartal e.V.

Mittwoch, 29.04.2026

nach dem Schulunterricht

oder nach Absprache eigener Termin



Für den Workshop kommen wir auf Anfrage in die Schulen

SchILf – Wie kann sich eine Schule auf Trauerfälle/Akutfall vorbereiten?

1. Die Haltung der Schule zum Thema Sterben, Tod, Trauer, Abschied nehmen, Trost und die Umsetzung im Schulalltag.
2. Präventionsarbeit. Vorstellung der Projektarbeit „Hospiz Schule“, Trauer – Trost für Grund – und weiterführende Schulen: Durchführung, Ziele und Erfahrungen.

Sich dem Thema zu stellen, erfordert Mut und gehört zum Leben dazu. Mit der Trauer werden Abschiede und Verluste bewältigt

Zielgruppe: interessierte Lehrer, Erzieher, Hort-Mitarbeiter, Tagesmütter, Schulpsychologen und Eltern

Teilnehmerzahl: 6-20

→ Anmeldung erforderlich unter:

kontakt@hospizverein-isartal.de oder bergmann.erb@t-online.de

Hospizverein Kirchheim e.V.

Freitag, 01.05.2026,

15 Uhr-17 Uhr

**Hospizverein Kirchheim e.V.,
Räterstr. 21, 85551 Kirchheim**



Begegnungsnachmittag

„Erinnerungssteine für unsere Sternenkinder“

Manche Kinder bleiben nicht bei uns. Und doch hinterlassen sie Spuren – leise, zart und kostbar. Ein Stein für jedes Kind – fest in der Hand, für immer im Herzen.

Wir möchten Angehörigen von Sternenkindern einen geschützten Raum schenken, um ihrer Kinder zu gedenken, sich auszutauschen und etwas Bleibendes zu gestalten. Gemeinsam wollen wir Erinnerungssteine bemalen – jeder Stein ein Symbol für Liebe, für Verbindung, für das, was bleibt.

Die Teilnahme ist unabhängig von Religion oder Weltanschauung.
Farben und Materialien stehen bereit.

Zielgruppe: Eingeladen sind alle, die ein Kind verloren haben – Eltern, Geschwister, Großeltern und FreundInnen. Auch Kinder sind herzlich willkommen.

Kosten: Spenden erwünscht

→ Anmeldung unbedingt erforderlich unter
info@hospizverein-kirchheim.de, Tel 089 90773955

-
- Die Veranstaltungsreihe „Trauer hat viele Gesichter“ ist eine Aktion der ARGE Hospiz im Landkreis München.
 - Trotz sorgfältiger Planung und Prüfung kann es kurzfristig zu Änderungen einzelner Programmpunkte kommen. Wir empfehlen Ihnen daher in jedem Fall sich zusätzlich über die geplanten Programmpunkte bei den jeweiligen Hospizdiensten zu informieren.
 - Für Fragen und weiterführende Informationen:
Landratsamt München, Hospiz- und Palliativkoordination
-

ARGE HOSPIZ

Bündnis für ambulante Hospiz-
und Palliativarbeit im Landkreis München

Landratsamt München
Hospiz- und Palliativkoordination

Melanie Hörl, Tel. 089 / 6221-1837
melanie.hoerl@lra-m.bayern.de

Gefördert durch



**Landkreis
München**

V.i.S.d.P. ARGE Hospiz, Arbeits-
kreis TRAUER, Andrea Ossimitz