



München, 12.03.2026

„Trauer hat viele Gesichter“

Aktionswochen im Landkreis laden vom 18. April bis 3. Mai zu Begegnung und Austausch ein.

Trauer gehört zum Leben – und doch wird nur selten offen darüber gesprochen. Dabei kann gerade der Austausch helfen: Worte können entlasten, Begegnungen können stärken, und manchmal genügt schon das Gefühl, mit der eigenen Trauer nicht allein zu sein. Mit den Aktionswochen „Trauer hat viele Gesichter... denn Trauer ist so vielfältig wie das Leben“ schaffen die Hospizdienste im Landkreis München vom 18. April bis zum 3. Mai 2026 mit 20 Veranstaltungen Raum für eben diesen Austausch.

Alle Interessierten – ob Betroffene, Angehörige, Freundinnen und Freunde oder Menschen, die sich bewusst mit dem Thema beschäftigen möchten – sind eingeladen, sich in dieser Zeit mit den Themen Abschied, Verlust und Trauer auseinanderzusetzen. Die Veranstaltungen bieten Raum für Gespräche, für gemeinsames Erinnern und für neue Impulse im Umgang mit Trauer. Sie richten sich sowohl an Menschen, die selbst einen Verlust erlebt haben, als auch an Bürgerinnen und Bürger, die mehr über Möglichkeiten der Begleitung und Unterstützung erfahren oder sich mit anderen austauschen möchten.

Begegnungen, Gespräche und kreative Zugänge

Das Programm der Aktionswochen bietet unterschiedliche Zugänge zum Thema Trauer. Einige Hospizdienste im Landkreis öffnen ihre Türen und geben Einblicke in ihre Arbeit und ihre Angebote der Trauerbegleitung. Darüber hinaus laden unterschiedliche Workshops, Gesprächsangebote und kulturelle Veranstaltungen dazu ein, sich auszutauschen und neue Impulse mitzunehmen. So stehen beispielsweise Filmabende mit anschließendem Austausch auf dem Programm, etwa bei der Vorführung des Films „Ich sterbe. Kommst du?“ oder des preisgekrönten Dramas „The Father“. Auch Trauerwanderungen in der Natur bieten die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen Betroffenen ins Gespräch zu kommen und im Gehen neue Perspektiven zu gewinnen.

Weitere Veranstaltungen richten sich gezielt an Familien, pädagogische Fachkräfte oder Menschen, die andere in ihrer Trauer begleiten möchten. Dazu gehören unter anderem Workshops zur Trauerbegleitung von Kindern und kreative Angebote wie das Gestalten eines Blumengrußes zum Gedenken an Verstorbene.

Gemeinsam Aufmerksamkeit für das Thema Trauer schaffen

Organisiert werden die Aktionswochen von den Hospizdiensten des Arbeitskreises Trauer der ARGE Hospiz, dem Bündnis für ambulante Hospiz- und Palliativarbeit im Landkreis München, mit Unterstützung des Landkreises München.

E-Mail:
pressestelle@lra-m.bayern.de

Internet:
www.landkreis-muenchen.de

Landkreis München

Die beteiligten Hospizdienste begleiten schwerstkranke und sterbende Menschen sowie ihre Angehörigen und bieten darüber hinaus vielfältige Formen der Trauerbegleitung und Unterstützung für Hinterbliebene an. Mit den Aktionswochen möchten die Dienste dazu beitragen, Trauer sichtbarer zu machen und aufzeigen, dass es im Landkreis München zahlreiche Möglichkeiten der Begleitung und Unterstützung gibt.

Weitere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen sowie das ausführliche Programm erhalten Interessierte bei den Hospizdiensten der ARGE Hospiz unter <https://arge-hospiz.de/aktuelles/> oder per E-Mail bei der Hospiz- und Palliativkoordination im Landratsamt München unter melanie.hoerl@lra-m.bayern.de.