

# TrauDich-Kultur im April 2026



Liebe Interessierte an unseren Trau-Dich-Kultur-Angeboten,

der April bringt oft wechselhaftes Wetter mit sich: Momente hellen Lichts, gefolgt von plötzlicher Schwere. Ähnlich verhält es sich mit der Trauer. Auch sie kennt keine Geradlinigkeit, sondern bewegt sich in Wellen, mal sanft, mal überwältigend. Und doch zeigen uns die ersten Blüten an den Bäumen, dass selbst inmitten von Unbeständigkeit etwas Neues entstehen kann. Sie erinnern daran, dass zarte Hoffnung wachsen darf – leise, behutsam und in ihrem eigenen Tempo.

Wir laden Sie herzlich zu unseren Angeboten ein!

## Entdecke die Kraft des Qi Gong

Donnerstag, 02. April – 18.00 bis 19.30 Uhr

Hospizbüro, Harnischgasse 35, Landshut

*Qi Gong, eine jahrtausendealte chinesische Praxis, kann durch die sanften Bewegungen und Atemübungen zu innerer Ruhe und Wohlbefinden beitragen. Jeder ist willkommen, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittener. Ein Angebot für Trauernde und Ehrenamtliche.*

*Mitzubringen: Neugier, bequeme Kleidung.*

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

## Spaziergang für die Seele - Ein Angebot für Trauernde in Rottenburg und Umgebung

Donnerstag, 09. April – **NEUE ZEITEN**: 16.00 bis 17.30 Uhr

Zweigstelle Hospizverein: Georg-Pöschl-Str. 16, Rottenburg a.d. Laaber

Treffpunkt vor dem Eingang.

*Gemeinsam möchten wir Raum schaffen für stille Momente, achtsame Naturerfahrungen und Impulse, die den persönlichen Trauerprozess unterstützen. Durch kleine Übungen werden die Sinne angeregt und neue Perspektiven eröffnet.*

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

### **Sonntagsfrühstück**

Sonntag, 12. April – 10.00 bis 12.00 Uhr

Hospizbüro, Harnischgasse 35, Landshut

*Ein Treffpunkt zum gemeinsamen Sonntagsfrühstück für Menschen in Trauer. Es werden Brezen und Semmeln gereicht. Wer mag, darf gerne Eigenes für sich bzw. für die Gruppe mitbringen.*

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

### **Lebensrunde im Café Isartürl**

Montag, 13. April – 13.30 bis 15.30 Uhr

Ländgasse 118D, Eingang Isarpromenade, Landshut

*Ungezwungener Treffpunkt zum Verabreden - keine angeleitete Trauergesprächsgruppe.*

### **Tanzen (nicht nur) für Trauernde**

Montag, 13. April – 18.00 bis 20.00 Uhr

Hospizbüro, Harnischgasse 35, Landshut

*Tanzend kommen wir in Bewegung, erleben unsere Energie und unseren Körper. Keine tänzerische Begabung erforderlich, auch kein paarweises Erscheinen.*

### **EinTonDaneben(Ch)Ohr**

Mittwoch, 15. April – 18.00 bis 19.30 Uhr

Hospizbüro, Harnischgasse 35, Landshut

*Ein Treffpunkt zum gemeinsamen Singen aus Freude - kein Konzertchor! Es kommen Ehrenamtliche des Vereins, Trauernde, Interessierte zusammen – bunt gemischt.*

### **Meditativer Trauerspaziergang an der Isar**

Donnerstag, 16. April – **NEUE ZEITEN:** 16.00 bis 18.00 Uhr

Treffpunkt: Eishockeyspieler-Skulptur am Eisstadion, Gutenbergweg 32, Landshut

*Für Trauernde, die gerne ein Stück Weg zurücklegen möchten.*

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

### **Freiraum – Trauergruppe für junge Erwachsene (18 bis 30 Jahre)**

Freitag, 17. April – 18.00 bis 20.00 Uhr

Treffpunkt: Ländgasse 49a, Landshut

*Der Verlust eines geliebten Menschen verändert alles. Für junge Erwachsene ist Trauer oft besonders herausfordernd: Das Leben geht weiter, Erwartungen bleiben – doch die eigene Trauer findet nicht immer Raum.*

*FreiRaum bietet Dir einen geschützten Ort, um Deiner Trauer Ausdruck zu geben – egal, ob der Verlust frisch ist oder länger zurückliegt.*

*Was erwartet Dich?*

- *Offener Austausch in vertrauensvoller Atmosphäre*
- *Begegnung mit Gleichaltrigen*
- *Kreative Impulse & gemeinsame Aktionen*
- *Zeit für Gefühle, Erinnerungen und Stille*

*Die Gruppe trifft sich jeden dritten Freitag im Monat von 18 bis 20 Uhr.*

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

### **TrauDich-Treff Kumhausen**

Montag, 20. April – 18.00 bis 20.00 Uhr

Gemeinde Kumhausen, Rathausplatz 1, Kumhausen

*Offener Treff, bei dem Themen und Anliegen der TeilnehmerInnen besprochen werden.*

Eine Anmeldung erleichtert uns die Organisation, Interessierte sind aber auch spontan willkommen!

### **Was für eine Geschichte! - Ein Lesekreis (nicht nur) für Trauernde**

Donnerstag, 23. April – 18.00 bis 20.00 Uhr

Hospizbüro, Harnischgasse 35, Landshut

*Wir tauchen ein in die Welt eines Buches - erst jede und jeder für sich. Bei einem gemeinsamen Abend in gemütlicher Atmosphäre lassen wir uns gegenseitig teilhaben an unseren Lese-Erlebnissen und -Erkenntnissen. Zuweilen können wir sicher einen Bogen schlagen zu unserem eigenen Erleben und unseren Erfahrungen. Willkommen sind alle, die sich für Literatur interessieren, gerne lesen und keine Scheu haben, sich mit dem Thema "Abschied" zu befassen.*

Lektüre, die bis dahin gelesen werden soll: „Muna oder Die Hälfte des Lebens“ von Terézia Mora.

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

### **TrauDich-Runde Rottenburg**

Freitag, 24. April – 15.00 bis 17.00 Uhr

Zweigstelle Hospizverein: Georg-Pöschl-Straße 16, Rottenburg a. d. Laaber

*Offener Treff, bei dem Themen und Anliegen der TeilnehmerInnen besprochen werden.*

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!



**Renate Clemens**  
Kordinatorin



**Klaus Darlau**  
Kordinator

*Impressum:  
Hospizverein Landshut  
Harnischgasse 35  
84028 Landshut  
Tel.: 0871-666 35*