

TrauDich-Kultur im Oktober 2026



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

der Herbst erinnert uns daran, dass Veränderung zum Leben gehört. Wie die Blätter im warmen Oktoberlicht ihre Farben entfalten, bevor sie sich langsam lösen und zu Boden sinken, so bewegt sich auch Trauer zwischen Festhalten und Loslassen. Beides darf seinen Raum haben: die Schönheit der Erinnerung, die Wärme gemeinsamer Momente und die Stille, die entsteht, wenn jemand fehlt.

Wir möchten Sie auf Ihrem Trauerweg unterstützen und laden Sie herzlich zu unseren Angeboten ein!

Neues Angebot: WirSindDa – Bank

Ab Oktober jeden Dienstag, 10.00 bis 11.00 Uhr (während der Winterzeit)

Hauptfriedhof Landshut, Eingang Marschallstraße

Zwischen den Wegen des Hauptfriedhofs steht eine Bank. Dort warten unsere TrauerbegleiterInnen auf Sie – mit Zeit, mit Ruhe, mit Herz. Für Worte, die gesagt werden wollen. Für Stille, die geteilt werden darf. Kommen Sie vorbei und setzen Sie sich dazu.

Sonntagsfrühstück

Sonntag, 04. Oktober – 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!

Tanz doch mal drüber nach - Kreistanz & Texte mit Melanie

Montag, 05. Oktober – 18.00 bis 19.30 Uhr

Minimale Teilnehmerzahl: 4

Maximale Teilnehmerzahl: 12

Schon immer haben wir Menschen uns im Kreis (am Feuer) getroffen, um Freude und Leid miteinander zu teilen.

Erleben auch Sie die heilende Kraft von Gemeinschaft, eingebunden in Tänzen und Texten.

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

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

Donnerstag, 08. Oktober – 16.00 bis 17.30 Uhr

Zweigstelle Hospizverein: Haus der Vereine/VHS, 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!

Lebensrunde im Café Isartürl

Montag, 12. Oktober – 13.30 bis 15.30 Uhr

Ländgasse 118D, Eingang Isarpromenade, Landshut

Ungezwungener Treffpunkt zum Verabreden - keine angeleitete Trauergesprächsgruppe.

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

Dienstag, 13. Oktober – 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: "Vier minus drei: Wie ich nach dem Verlust meiner Familie zu einem neuen Leben fand" von Barbara Pacht-Eberhart

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

Meditativer Trauerspaziergang an der Isar

Donnerstag, 15. Oktober – **Neue Zeiten:** 14.00 bis 16.00 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!

Entdecke die Kraft des Qi Gong

Donnerstag, 15. Oktober – 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!

FreiRaum – Trauergruppe für junge Erwachsene (18 bis 30 Jahre)

Freitag, 16. Oktober – 18.00 bis 20.00 Uhr

Treffpunkt: Ländgasse 49a, 84028 Landshut

Ein Treffpunkt, um in vertrauensvoller Atmosphäre Gleichaltrigen zu begegnen. FreiRaum bietet Zeit und Raum für Gefühle, Erinnerungen und Stille.

Kreative Impulse und gemeinsame Aktionen unterstützen den Umgang mit der eigenen Trauer.

Gemeinsame Aktionen werden bei Anmeldung und über Instagram bekannt gegeben.

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

Wandern an der Isar mit der Trauer im Gepäck

Ein gemeinsames Angebot des Hospizvereins Landshut und der Hospizgruppe Freising.

Samstag, 17. Oktober 2026 – 8.00 bis 17.00 Uhr

Strecke: von Moosburg nach Freising

Länge: ca. 24 km

Dauer: ca. 6 Stunden Gehzeit + Pausen

Voraussetzung: Die Wanderung setzt eine körperliche Grundfitness voraus. Sie ist geeignet für Trauernde, deren Verlust 6 Monate oder länger her ist.

In der Natur fühlen wir Menschen uns geerdet. Die Natur bringt uns ins Gleichgewicht. In der Begegnung mit der Natur können wir Gefühle zulassen, sortieren und Trost finden.

Die 24 km lange Wanderung entlang der Isar lädt dazu ein, der eigenen Trauer Raum zu geben und gleichzeitig neue Kraft in der Natur zu schöpfen. In der Gemeinschaft gehen wir acht Stunden lang durch den abwechslungsreichen Auwald – so wie auch das Leben mit seinen Höhen und Tiefen stets Abwechslung bietet.

Ob in Stille oder im Gespräch, in Erinnerung oder im Hier und Jetzt: Alles darf seinen Platz haben – Trauer ebenso wie Freude. Die Bewegung in der Natur hilft, den eigenen Weg durch die Trauer zu finden. Auf diesem Weg unterstützt die Gemeinschaft der Wandergruppe sich gegenseitig. Der Erfahrungsaustausch beim Gehen oder in den Pausen ermöglicht neue Perspektiven; Lachen und geselliges Beisammensein machen den Weg leichter.

Geeignet für Männer und Frauen, die einen Verlust erlebt haben und sich in einem geschützten Rahmen auf den Weg machen möchten.

Leitung: Ralf Karmann, Irene Schauer (Hospiz- und TrauerbegleiterInnen)

Anmeldung & Infos: Klaus Darlau (Koordinator, Hospizverein Landshut, Tel. 0871/666 35)

TrauDich-Treff Kumhausen

Montag, 19. Oktober – 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!

EinTonDaneben(Ch)Ohr

Mittwoch, 21. Oktober – 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.

VORANKÜNDIGUNG:

Informationstreffen: Feste Trauergruppe – Landshut

Dienstag, 03. November – 18.00 bis 19.30 Uhr

Hospizbüro, Harnischgasse 35, Landshut

Wir machen uns als Gruppe mit sechs bis acht TeilnehmerInnen auf den Weg, um unsere Trauer besser zu verstehen und im Erfahrungsaustausch Unterstützung zu finden.

Wir treffen uns ab November sechs Mal, wobei jedes Treffen einen thematischen Schwerpunkt hat. Beendet wird die Gruppe mit einem Nachtreffen.

Eingeladen sind Trauernde,

- deren Todesfall mindestens 6 Monate zurückliegt;
- die bereit sind, sich auf eine Gruppe mit regelmäßigen Treffen einzulassen;
- die bereit sind, sich mit der eigenen Trauer auseinanderzusetzen.

Gruppentreffen:

07.11.26 – 15.00 bis 17.30 Uhr

21.11.26 – 15.00 bis 17.30 Uhr

05.12.26 – 15.00 bis 17.30 Uhr

12.12.26 – 15.00 bis 17.30 Uhr

09.01.27 – 15.00 bis 17.30 Uhr

30.01.27 – 15.00 bis 17.30 Uhr

Nachtreffen:

13.03.27 – 15.00 bis 17.30 Uhr

Das Angebot ist für Sie kostenlos. Voranmeldung bitte über das Hospizbüro.

Die verbindliche Anmeldung erfolgt beim Informationstreffen.

Herzliche Grüße!



Renate Clemens
Koordinatorin



Klaus Darlau
Koordinator

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