

# TrauDich-Kultur im Mai 2025



Liebe Interessierte an unseren TrauDich-Kultur-Angeboten,

wie die Natur, die sich im Mai erneuert und aufblüht, erleben wir auch in Zeiten der Trauer eine Phase der inneren Einkehr und des Wandels. Trauer und Mai teilen die Gemeinsamkeit, dass sie beide Prozesse des Loslassens und der Erneuerung darstellen. Während die Natur im Mai alte Blätter abwirft und neues Leben hervorbringt, durchlaufen wir in der Trauer einen ähnlichen Prozess des Abschieds und der inneren Erneuerung. Ein Spaziergang durch die blühenden Rapsfelder kann uns daran erinnern, dass nach jedem Winter ein Frühling kommt, und dass auch in Zeiten der Trauer Hoffnung und neues Leben entstehen können. Wenn wir auf einer Bank sitzen und die Schönheit des Frühlings genießen, können wir gleichzeitig die Tiefe unserer Erinnerungen würdigen.

Auch im Mai haben wir wieder verschieden Angebote für Sie zusammengestellt.

Wir heißen Sie dazu herzlich willkommen!

## **Geschenksboxen gestalten: Raffinierte Verpackungen für jeden Anlass**

Samstag, 03. Mai – 13.00 bis 16.00 Uhr  
Hospizbüro, Harnischgasse 35, Landshut

*Wer freut sich nicht über eine persönliche und etwas andere Geschenkverpackung? Wenn Sie Freude am Falzen und Falten haben, sich einen netten Nachmittag mit Ratsch bei Kaffee und Kuchen gönnen möchten, dann sind Sie hier genau richtig! Lisa Hinrainer, Hospiz- und Trauerbegleiterin, führt Sie in die Kunst des Geschenkboxen-Gestaltens ein.*

*Mitbringen müssen Sie nichts, es ist alles vorhanden, was wir brauchen.*

Eine Anmeldung bis zum 30. April ist erforderlich.

### **Sonntagsfrühstück**

Sonntag, 04. Mai – 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!

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

Montag, 05. Mai – 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.*

### **Lichtpunkt**

Donnerstag, 08. Mai – 19.00 bis 20.00 Uhr  
Christuskirche, Martin-Luther-Platz 1, Landshut

*Harfenmusik, Klangschalen und aufbauende Texte wechseln sich ab als Wohltat für die Seele.*

### **Lebensrunde im Café Isartürl**

Montag, 12. Mai – 13.30 bis 15.30 Uhr  
Ländgasse 118D, Eingang Isarpromenade, Landshut

*Ungezwungener Treffpunkt zum Verabreden - keine angeleitete Trauergesprächsgruppe.*

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

Donnerstag, 15. Mai – 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!

### **Entdecke die Kraft des Qi Gong**

Donnerstag, 15. Mai – 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!

### **TrauDich-Treff Kumhausen**

Montag, 19. Mai – 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- entfällt im Mai!**

Nächster Termin: Mittwoch, 18. Juni – 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.*

### **TrauDich-Runde Rottenburg**

Freitag, 23. Mai – 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!

### **Wandern an der Isar mit der Trauer im Gepäck**

Ein gemeinsames Projekt des Hospizvereins Landshut und der Hospizgruppe Freising.

Samstag, 24. Mai – 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, Barbara Bucksch (TrauerbegleiterInnen)

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

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

Herzliche Grüße!



**Renate Clemens**  
Koordinatorin



**Klaus Darlau**  
Koordinator