

TrauDich-Kultur im Februar 2026



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

der Februar ist eine Zeit des Übergangs. Bei den Eiszapfen wird behutsam entnommen, was sich über lange Zeit gesammelt hat. Auch Trauer ist ein solcher Prozess: achtsam, schmerzhaft und dennoch Teil des Lebens. Unsere Angebote möchten Raum geben für Gedanken, Gefühle und leise Impulse in einer stillen Jahreszeit.

Wir heißen Sie herzlich willkommen!

Sonntagsfrühstück

Sonntag, 01. Februar – 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, 02. Februar – 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.

Entdecke die Kraft des Qi Gong

Donnerstag, 05. Februar – 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!

Lebensrunde im Café Isartürl

Montag, 09. Februar – 13.30 bis 15.30 Uhr

Ländgasse 118D, Eingang Isarpromenade, Landshut

Ungezwungener Treffpunkt zum Verabreden - keine angeleitete Trauergesprächsgruppe.

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

Donnerstag, 12. Februar – 15.00 bis 16.30 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!

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

Donnerstag, 12. Februar – 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: „Vom Ende der Einsamkeit“ von Benedict Wells.

Eine Anmeldung für dieses Angebot ist erforderlich!

Lichtpunkt

Donnerstag, 12. Februar – 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.

TrauDich-Treff Kumhausen

Montag, 16. Februar – 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, 18. Februar – 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, 19. Februar – 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!

NEU: Freiraum – Trauergruppe für junge Erwachsene (18 bis 30 Jahre)

Freitag, 20. Februar 2026 – 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-Runde Rottenburg

Freitag, 27. Februar – 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.

Herzliche Grüße



Renate Clemens
Koordinatorin



Klaus Darlau
Koordinator

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