

TuWas! – Kalender  
2026

# Mein Jahr in Balance!

inkl. MONATS-IMPULSE  
mit QR-Code-Herz entdecken!

von Gertrud Theresia Lehner-Laiß

Zeit für neue Impulse? Infos auf der Rückseite!



Natürlich leben. Bewusst genießen. Dankbar wachsen.

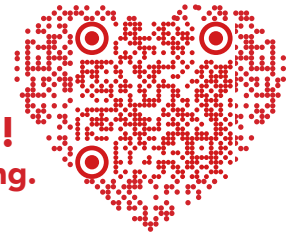


# JANUAR

Neubeginn mit Gott und mir

*„Ich schenke mir Zeit –  
höre, was Gott zu mir spricht!“*

**Scan das Herz!**  
**Spür die Verbindung.**



**Zugangswort: mein**

**unter: [gesundheitstreff-tuwas.de/mein-januar](https://gesundheitstreff-tuwas.de/mein-januar)**

| MO | DI | MI | DO | FR | SA | SO |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    |    |    | 1  | 2  | 3  | 4  |
| 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |    |

## TuWas Kalender 2026 – Mein Jahr in Balance

Ein inspirierender Jahresbegleiter für alle,  
die Körper, Seele und Alltag liebevoll stärken möchten.

Dieser besondere Tisch- und Wandkalender begleitet Sie  
mit stimmungsvollen Monatsbildern, kurzen motivierenden  
Impuls-Leitsätzen und sanften kleinen Schritten – hin zu  
mehr Gesundheit, Achtsamkeit und innerem Gleichgewicht.

Jeder Monat öffnet die Tür zu einem alltagsnahen Begleit-  
thema – von Wasser, Kräutern und Darmgesundheit über  
Dankbarkeit, Entschlacken und Achtsamkeit bis hin zur  
Beziehung zu Gott.

### Über das monatliche QR-Code-Herz erhalten

**Sie zusätzliche Impulse, z. B.:**

- kurze Erklärtexpte, spannende Videos oder Audios ✓
- praktische Tipps für den Alltag ✓
- leckere Rezeptimpulse ✓
- kleine Übungen zum Mitmachen ✓
- wertvolle Impulse aus Natur und Lebensschule ✓

**So scannen Sie das QR-Code-Herz mit Ihrem Smartphone:**

1. Öffnen Sie die Kamera Ihres Smartphones.
2. Halten Sie die Kamera ruhig über den QR-Code.
3. Es erscheint ein Hinweis, Tippen Sie einmal darauf.
4. Die Seite mit den Monatsimpulsen öffnet sich.
5. Geben Sie das Zugangswort vom Kalenderblatt ein.



Diese Themen  
werden Sie begleiten und motivieren –  
wie funkelnde Sterne, die vom Himmel fallen.  
Fangen Sie sie auf und machen Sie 2026 mit  
diesem Kalender zu einem unvergesslichen  
Jahr voller Inspiration und Lebensfreude.



*Gertrud Theresia Lehner-Laiß*