

**Diese Neuigkeiten vom TuWas!  
sind wie funkelnde Sterne, die vom Himmel fallen.  
Fangen Sie sie wie Sterntaler auf und erleben  
Sie den TuWas!-Sternenzauber.**

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

in diesem Jahr 2025 war und ist vieles in Bewegung.  
Veränderung, Wandlung und Neubeginn.  
Heute schreibe ich meinen herzlichen Dank  
für jegliche Hilfe in diesem Jahr.

**Danke**



**Telefonzeiten:**

Montag, Dienstag und Donnerstag, Freitag  
10 – 12 Uhr und 16 – 18 Uhr



**Gesundheitstreff TuWas!**

Gertrud Theresia Lehner-Laiß  
Bietigheimer Straße 16 • 74379 Ingersheim  
Telefon 07142 773452 • Fax 07142 919874  
Web [www.gesundheitstreff-tuwas.de](http://www.gesundheitstreff-tuwas.de)  
E-Mail [info@gesundheitstreff-tuwas.de](mailto:info@gesundheitstreff-tuwas.de)

Dezember 2025

- ★ für Ihre/Eure große Hilfe beim Abverkauf im TuWas!-Laden und TuWas!-Versand,
- ★ für Ihre/Eure guten Wünsche für den Neubeginn meiner Arbeit,
- ★ für Ihre/Eure Treue, jetzt mit Bestellungen  
von HN-Naturleben®-Produkten, Fleckenschreck, Biovalere, Rechtsregulat ...,
- ★ für Ihr Interesse an unseren Gesundheitsratgebern, die Sie bei mir  
oder über den Bücher-Shop des Bahnmayr Verlags bestellen können,
- ★ fürs Nachfragen nach Nüsse-Buch und TuWas!-Kalender 2026,
- ★ für die Teilnahme an den **GESUNDHEITS-TREFFEN**, hier im Hause oder unterwegs.



Inzwischen bin ich in „**meinem neuen Leben**“ mit der Seminar-, Vortrags- und Beratungsarbeit gut angekommen. Ja, und ich freue mich über jeden Anruf von Ihnen/Euch, über jede E-Mail, jede Anmeldung und jede Bestellung. So sind wir gut miteinander in Verbindung. Mit großer Freude, Hingabe und Dankbarkeit bin ich weiter für Sie/Euch da.

**Drei Punkte sind mir besonders wichtig:**

**1. Beratungen am Telefon oder hier im Hause**

... ich fühle, ich bin – ohne zu übertreiben – die geborene Beraterin und Referentin. Ob in Gesundheits-, Ernährungs-, Lebens- oder beruflichen Neuorientierungsfragen ... Buchen Sie Ihren Beratungstermin und lassen Sie sich in Ihr neues Leben begleiten.

**2. TuWas!-Kalender 2026 – Mein Jahr in Balance**

... freuen Sie sich auf diesen Kalender und meine Jahresbegleitung.

**Weihnachtspreis NUR 16,00 € | Regulärpreis 17,50 €**

**Nüsse-Buch – Nüsse, Kerne, Saaten pur ...**

... wir vollenden es jetzt, Ende Januar ist es da.

Natürlich können Sie ab sofort dieses neue Werk vorbestellen.

**Einführungspreis NUR 25,00 € | Regulärpreis 27,00 €**

Ich wünsche Ihnen von Herzen eine schöne Vorweihnachtszeit, besinnliche und ruhige Weihnachtstage und ein gesegnetes 2026!

Ihre/Eure *Gertrud Theresia Lehner-Laiß*

**Scan den Weihnachtsbaum!  
Bestellschein gleich herunterladen.**

**Zugangswort: *bestell1225***

unter: [gesundheitstreff-tuwas.de/mein-bestellschein](http://gesundheitstreff-tuwas.de/mein-bestellschein)



**Psst ... besondere Veranstaltungstipps 2026 – Post wenden! →**



## Herzlich willkommen zu drei besonderen Veranstaltungstipps in 2026

20.  
Feb.

### **Wochenendseminar in Ottobeuren: Frieden im Herzen – Versöhnung mit mir selbst und mit Allem in meinem Leben**

**Freitag, 20. Februar – Sonntag, 22. Februar 2026**

Genau betrachtet wünscht sich jeder Mensch dieses wunderbare Gefühl von Frieden und Freude im Herzen. Doch, neue und alte Verletzungen tun manchmal noch so weh, Groll, Wut, Enttäuschung, Resignation, Frustration ..., was auch immer sich zeigt, den inneren Frieden nicht zu fühlen. Und wie ist das mit mir selbst? Bin ich mit mir selbst im Frieden, unabhängig von Anderen? Bin ich mit mir zufrieden, das Wort sagt es bereits. Während dieses Wochenendseminars lernen Sie goldene Schlüssel dafür kennen.

Wie finde ich meinen inneren Frieden? Kann und will ich mir selbst vergeben?

Wie vergebe ich mir? Warum ist das so wichtig? Nach dem Seminar beginnen Sie Ihr neues Leben. Freuen Sie sich darauf. **Referenten: Herbert Britz, Autor des Buches**

**„Gehe segnend und selbstvergebend durch den Tag“ und Gertrud Theresia Lehner-Laiß**

» **Fordern Sie den Flyer mit allen Einzelheiten bei mir per Telefon oder E-Mail an.**

13.  
März

### **Wochenendseminar in Memhölz bei Kempten: Was hat meine SICHTWEISE mit meiner LEBENSFREUDE und dem GLÜCKLICH-SEIN zu tun?**

**Freitag, 13. März – Sonntag, 15. März 2026**

Während diesem Wochenendseminar schauen wir auf unsere Sicht. Wie sehe ich mich, mein Leben? Wie sehe ich tägliche Erlebnisse, Ereignisse des Tages? Wie sehe ich meine Nächsten, Andere, Familie, Chef, Nachbarn, Autofahrer, die nicht blinken und ausscheren ...? Sehe ich ein Glas halb voll oder halb leer? Was hat meine Sichtweise mit meinem Leben, meiner Lebensfreude, ja, mit meinem Glücklich-Sein zu tun? Wo liegen hier die Verbindungen so nah beieinander? Wir besprechen auch praktische Tipps für die Verbesserung von Augen, Gehirn und Lebenskraft. Nach dem Seminar schauen Sie neu. Freuen Sie sich darauf. **Referentinnen: Maria Theresia Schneider (Seminarleiterin, Referentin, Heilpraktikerin) und Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Achtsamkeitexpertin, Gesundheits- und Ernährungsberaterin)**

» **Fordern Sie den Flyer mit allen Einzelheiten bei mir per Telefon oder E-Mail an.**

29.  
Mai

### **Gesundheits- und Urlaubsseminar auf der Insel Ischia: Gesünder, glücklicher werden, mich selbst erkennen, wertschätzen und lieben lernen, Sprache meiner Organe, Stimme meines Herzens besser wahrnehmen und meine Stimme stärken, denn meine Stimme ist meine persönliche Visitenkarte ...**

**Freitag, 29. Mai – Samstag, 13. Juni 2026**

Die Kombination ist es, die diese 2 Wochen zum neuen Juwel in Ihrem Leben werden lässt. Gesundheitliche und seelische Themen im Wechsel mit den täglichen Anwendungen auf der Insel, Vorträge, Gruppengespräche, und Spaziergänge, alles gehört zusammen. Der Austausch mit Gleichgesinnten, die Freude, das köstliche und gesunde Essen in unserem Hotel genießen zu dürfen, alles, was wir erleben, ist unbeschreiblich wertvoll. Schon allein der Aufenthalt auf der vulkanischen Insel Ischia ist eine Anwendung für sich.

» **Fordern Sie den Flyer mit allen Einzelheiten bei mir per Telefon oder E-Mail an.**

**Wenn Sie im Frühjahr nicht reisen können oder wollen, fragen Sie mich nach einem  
Termin im September, vielleicht reisen wir auch im September 2026, das zeigt sich noch.**



Herzliche Segensgrüße *Gertrud Theresia Lehner-Laiß*