



TuWas! – HERBST-TREFF

Gesundheitstreff
TuWas! Wir versenden
europaweit!

10%
RABATT
auf

BAUCH-HELFIS!
Gültig im September und Oktober 2023

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

mit Freude und Dankbarkeit lade ich Sie zum **TuWas! – HERBST-TREFF** ein. Lernen Sie unsere **BAUCH-HELFIS** kennen. Sie helfen, Ihr inneres Dreieck (Leber, Galle, Bauchspeicheldrüse) zu stützen und Ihren Magen und Darm zu stärken. So haben Sie ein gutes Bauchgefühl. Um Ihr Bauchgefühl weiter zu verbessern, gibt es im September und Oktober 2023 **10 % Rabatt auf die BAUCH-HELFIS** Produkte.

Viele von Ihnen fragten seit Monaten wieder nach Veranstaltungen im Gesundheitstreff TuWas!. Ihrem Ruf folgen wir gerne. Im Oktober starten wir wieder mit **GESUNDHEITS-TREFFEN** im TuWas! – Seminarraum. Dort treffen Sie live die **BAUCH-HELFIS** und lernen, wie Sie diese in Ihren Alltag integrieren. Unsere Seminar- und Kochkurseangebote sind mit den Themen im TuWas! Kalender 2023 identisch.

Ischia Gesundheits-Urlaubs-Seminar

Vom **16. – 30. September 2023** leite ich **zusammen mit Dorit Beutel** das nächste Gesundheits-Urlaubs-Seminar **auf Ischia**. Falls Sie in 2024 auch dabei sein wollen, die **Termine für 2024** sind: **18.05. – 01.06.** und **14.09. – 28.09.** Wir freuen uns auf Sie und helfen jedem, der dabei ist, sein Leben geistig-seelisch und mit der Ernährung neu zu ordnen. **Infos, Preise für 2024 stehen bald unter: gesundheitstreff-tuwas.de/tuwas-gesundheits-urlaubs-seminar-auf-ischia/**

AKTUELLES

Neues zu Naturleben (Nachfolgefirma von Conlei):

Mit großer Freude teilen wir Ihnen mit, dass der **Verkaufsstart** der ersten Produkte am **28.08.2023** gestartet ist. Der Verkauf beginnt mit den **ersten Produkten der Nahrungsergänzungsmitteln**. Das bewährte **Melaleukaöl** ist ebenso **ab sofort zu bestellen**. Die **Preisliste der ersten Produkte** finden Sie im **aktuellen Bestellschein**. So geht es weiter, Schritt für Schritt.

Unser Tipp: Melden Sie sich zu unserem kostenlosen Newsletter an. Durch ihn können wir Sie schnell und zeitnah über die weiteren Schritte der Liefertermine informieren.

tuwas-shop.de/newsletter

Juhu, es geht weiter, wir freuen uns und sind sehr dankbar darüber.

Persönliche Beratung:

Kommen Sie mit einem **Gesundheitsthema** ins stocken, brauchen Sie einen neuen, **roten Faden, wollen Sie neu beginnen?** Wiederholen sich Ihre Probleme? Gerne leite, begleite und motiviere ich Sie zu Ihren individuellen Gesundheitsthemen. Kontaktieren Sie mich bitte, ich helfe Ihnen weiter. Ich gebe Ihnen die Hilfe, die Sie brauchen, im persönlichen Gespräch, am Telefon 07142 773452 oder hier im Gesundheitstreff TuWas! in Ingersheim.



Gertrud Lehner-Laiß

WASSER2000 – die geniale Wasservitalisierung mit Kalkumwandlung

Möchten auch Sie Wasser trinken, das wie frisch aus der Quelle schmeckt?

Gerne empfehle ich Ihnen das WASSER2000 Gerät. So erleben Sie live kalkfreie Rohre und vitalisiertes Wasser aus dem Wasserhahn, statt den täglichen Flaschenwahn. Sie schleppen keine Wasserkisten mehr nach Hause und verbessern Ihren ökologischen Fußabdruck. Der Kalk lässt sich leicht abwischen. Mit WASSER2000 haben Sie Freude auf allen Ebenen, einfach herrlich. Gerne beraten wir Sie!

Infos: gesundheitstreff-tuwas.de/wir-bieten/wasservitalisierung/



NEU GESUNDHEITS-TREFFEN

MI. 18.10.2023 | 19 – 21 Uhr | SEMINAR-ABEND | 25 €

Thema: Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse = inneres Dreieck!

Sie bilden das Fundament des Stoffwechsels und der Verdauungsarbeit. Diese Einheit erledigt lebenswichtige Aufgaben, ohne sie geht nichts. An diesem Abend erkennen Sie neu, was Sie seelisch und physisch tun, lassen, ändern können, sollen, um eine gute Verdauung, ein gutes Bauchgefühl, mehr Vitalität, Leistungskraft und Energie zu haben. Welche Rolle spielen Bitterstoffe? Welche Zuckerarten sind für die Bauchspeicheldrüse von Bedeutung?

MI. 25.10.2023 | 19 – 21 Uhr | KOCHIMPULS-ABEND | 35 € inkl. Essen

Thema: Leber, Galle und Bauchspeicheldrüse – wie bereite ich was zu?

Worauf kommt es an? Wie kann ich was im Alltag umsetzen? Was ist besonders wichtig für ein gutes Bauchgefühl? Wir zaubern Getränke und eine Mahlzeit für die zentralen Bauchorgane, die wir gemeinsam genießen. Ja, es wird gekocht, gegessen, probiert, gestaunt, gelacht und und und ...

SA. 04.11.2023 | 15 – 17 Uhr | SEMINAR-NACHMITTAG | 25 €

Thema: Die Gesundheit beginnt im Magen und im Darm!

Je präziser der Magen verdaut und den gut vorbereiteten Nahrungsbrei an den Darm weiterleitet, desto leichter kann der Darm verdauen. Jeder Darmabschnitt hat seine Aufgaben: Zwölffinger-, Dünn-, Dick- und Mastdarm, alle arbeiten in höchster Präzision. Wir besprechen z.B. über Blähungen, Völlegefühl, Sodbrennen, Reizdarm, Verstopfung, Durchfall, Darmsanierung, Enzyme, seelische Zusammenhänge, alles, was zählt.

SA. 11.11.2023 | 15 – 17 Uhr | KOCHIMPULS-NACHMITTAG | 35 € inkl. Essen

Thema: Magen-Darmgesundheit – praktische Impulse und Genuss!

Wie kann ich im Alltag das Bestmögliche für Magen u. Darm tun? Womit beginne ich? Was ist besonders wichtig? Sie erlernen mein Schritt-Schritt Programm und das Setzen der Prioritäten. Wir kochen zum Wohle unseres Magen-Darmes, probieren, erkennen & freuen uns auf Gesundheits-Neuigkeiten. Wir besprechen seelische Zusammenhänge, diese sind die Grundlagen.



auf ausgewählte **BAUCH-HELFIS!**

Gültig im September und Oktober 2023

Unsere Bauchorgane Leber, Gallenblase, Bauchspeicheldrüse, Magen und Darm stehen in diesen beiden Monaten im Mittelpunkt.



LEBERGALLE-HELFI!

Art.-Nr.	Artikel	Einheit	Angebot
3012 / 4150	Heidelberger Bitterpulver Dose wild	100 g / 250 g	11,10 € / 24,10 €
4202 / 4218	Heidelberger Bitterpulver Dose bio	100 g / 250 g	14,30 € / 31,30 €
4109 / 4105	Pflanzensaft Artischocke / Löwenzahn	200 ml	8,00 €
4246 / 4247	Artischockenkraut gemahlen bio	100 g / 250 g	4,60 € / 10,65 €
7323 / 7812	Mariendistelsamen gemahlen bio	250 g / 500 g	7,20 € / 13,50 €
4253	Löwenzahnwurzel gemahlen bio	150 g	8,80 €
4186	Bittrio Artischocke+Löwenzahn	250 ml	15,15 €
4144 / 7020	Bittersterntropfen	10 ml / 50 ml	6,80 € / 17,50 €

BAUCHSPEICHELDRÜSE-HELFI!

Art.-Nr.	Artikel	Einheit	Angebot
7369 / 4115	Topinamburpulver bio	100 g / 300 g	4,50 € / 12,15 €
7122 / 4119	Waldheidelbeersaft Muttersaft	0,33 l / 700 ml	6,40 € / 10,45 €
7766 / 7762	Schwarze Johannisbeere Muttersaft	250 ml / 500 ml	4,00 € / 6,75 €
3081	Holundersaft Wildfrucht bio	0,7 l	6,25 €
3039	Rote-Bete-Saft milchsauer demeter	0,7 l	3,10 €
4111	Biotta Breuss Gemüsesaft milchsauer bio	500 ml	3,80 €



MAGEN-HELFI!

Art.-Nr.	Artikel	Einheit	Angebot
4222	Karlsbader Salz	100 g	31,10 €
3090	Heilmoor Trinkkur	200 ml	32,50 €
4107	Pflanzensaft Kartoffel	200 ml	3,80 €
3003	Mineral Vital NaturSinn	100 g	17,80 €
2204 / 2160	Argilla Verde Heilerde (innen/außen)	200g / 1 kg	4,50€ / 8,55 €
7036	Leinsamen goldgelb bio	500 g	4,10 €
3012 / 4150	Heidelberger Bitterpulver Dose wild	100 g / 250 g	11,10 € / 24,10 €
4202 / 4218	Heidelberger Bitterpulver Dose bio	100 g / 250 g	14,30 € / 31,30 €
4151	PEP Basenpulver	250 g	20,65 €



DARM-HELFI!

Art.-Nr.	Artikel	Einheit	Angebot
3326 / 3363	Mifloran plus / intense	200 g	12,55 € / 20,20 €
4004	Biovalere + N	1 l	nur 29,00 €* ab 3 St. je 28,40 €* / ab 6 St. je 27,00 €*
3011	Rechtsregulat bio	350 ml	nur 49,00 €* ab 3 St. je 44,65 €* / ab 6 St. je 42,20 €*



*Die Staffelpreise sind immer im Angebot!



v. l. n. r. Monika Brückner, Gertrud Lehner-Laiß, Tanja Mertz, Uschi Lohrer, Theresia Nägele, Carmen Zehnder



TuWas! ... dann tut sich was! Ihr Gesundheitsladen in Ingersheim

Ihre Einkaufsadresse für Gesundheit, Ernährung, Geschenke, Bücher & Umweltschutz

Parkplätze, fragen Sie uns!

Gesundheitstreff TuWas!

Gertrud Lehner-Laiß
Bietigheimer Straße 16 74379 Ingersheim
Tel. 07142 773452 • Fax 07142 919874
Online-Shop: www.tuwas-shop.de
Webseite: www.gesundheitstreff-tuwas.de
E-Mail: info@gesundheitstreff-tuwas.de

Öffnungszeiten:

MO. – FR. 10 – 12 Uhr und 16 – 18 Uhr, **MI. geschlossen**, SA 10 – 13 Uhr

Geänderte Öffnungszeiten vom 15.09 – 04.10.2023:

Vom 18. – 23.09.2023 ist nur vormittags von 10 - 12 Uhr geöffnet, **MI. geschlossen, SA. 10 - 13 Uhr.** Mehr Infos auf unserer Webseite.

Impressum:

Ideen & Herausgeberin: Gertrud Lehner-Laiß | Gestaltung: Caren-Maraike und Sebastian Laiß
Druck: Bahnmayer GmbH, Schwäbisch Gmünd | Bilder: Adobe Stock, tuwas-shop.de
Irrtum und Druckfehler vorbehalten. Abgabe der Produkte nur in handelsüblichen Mengen / solange Vorrat reicht.