



Antwortbogen 2025

– zum Neubeginn im Gesundheitstreff TuWas!

Der Umwelt zuliebe  auf recyceltem Papier gedruckt.

Ihre / Deine Vortrags- und Seminarwünsche sowie Ideen sind mir wichtig!

Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

mit der **Auflistung** der neuen **Bezugsquellen** für die TuWas!-Gesundheitsprodukte und dem Versand dieser TuWas!-Post ist **Schritt 2** in der Transformation vollendet. Dafür bin ich sehr dankbar. Jetzt folgt **Schritt 3**: die Planung und Vorbereitung der neuen **GESUNDHEITS-TREFFEN** (Veranstaltungen). Bitte unterstützen Sie mich bei der inhaltlichen Gestaltung – kreuzen Sie Ihre Wünsche an, notieren Sie Ihre Ideen, ich freue mich darauf!



Gertrud Theresia
Lehner-Laiß

Senden, mailen oder faxen Sie den Antwortbogen bitte bis Ende September 2025 zurück. So kann ich Ihre Wünsche und Anregungen für das Herbstprogramm einplanen.
Vielen herzlichen Dank!

Ganz nach Hermann Hesses Motto:
**...und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft, zu leben...**
beginne ich neu.

Gesundheitspflege für Körper, Geist und Seele ...

Der Mensch ist eine Einheit aus Körper, Geist und Seele. Unser Körper ist das Haus, die Wohnung unserer Seele. Es ist unsere lebenslange Aufgabe, dieses Haus durch tägliche, liebevolle Gesundheitspflege so rein wie möglich zu halten.

Lassen wir unseren Geist, unsere Gedanken durchdrungen sein von dem Wunsch, mehr in die Liebe zu uns selbst zu schwingen, uns mit Gott im Herzen zu verbinden, unseren Weg zu finden und diesen treu zu uns selbst, mit Freude und Leichtigkeit zu gehen.

Auf unserem Weg begegnet uns die ganze Bandbreite des Lebens: Schönes und Schweres, Leichtigkeit und Belastungen, Vertrauen und Angst, Fröhlichkeit und Trauer, Heilsames und Schmerzhaftes, Aufbauendes und Verletzendes ...

Alles, was wir erleben, dient unserer Weiterentwicklung.

Es kommt darauf an, wie wir die Dinge sehen und wie wir mit ihnen umgehen.

Gesund und voller Dankbarkeit – mein Weg

Als junge Frau ging es mir gesundheitlich bei Weitem nicht so gut wie heute – mit knapp 70 Jahren. Chronische Bronchitis, Arthrose, ständige Entzündungen, Rückenschmerzen und extreme Regelschmerzen bis hin zum Erbrechen – und vieles mehr – plagten mich.

„**Nein, so will ich nicht leben.**“ – das war mein innerstes Gefühl. Es wurde zur Motivation, einen Weg zu finden: einen Weg zu Gesundheit, Leistungsfähigkeit und einem Leben mit Freude und Leichtigkeit. Ich suchte – und ich fand 1983 diesen Weg. Sieben Jahre später entwickelte sich aus meinem Namen **Gertrud Lehner-Laiß** mein persönlicher Leitsatz: „**Gesund, leistungsfähig leben.**“ Mit großer Freude und Dankbarkeit bin ich diesen Weg in den letzten 42 Jahren gegangen. Und ich gehe ihn weiter, Tag für Tag. Seit vielen Jahren bin ich gesund. Die alten Krankheitsthemen sind längst ausgeheilt. Mein Körper hat sich gut aufgebaut, meine **Energie ist gestärkt.**

Dafür bin ich von Herzen dankbar.

Mit dem jetzigen **Neubeginn** spüre ich: Ich darf diesen Wandel, diesen Weg noch weiter vertiefen. So gehe ich heute ganz bewusst den nächsten Schritt – auf meinem persönlichen Weg zu mehr **ganzheitlicher Gesundheit**. Deshalb bin ich ab jetzt **Gertrud Theresia Lehner-Laiß**, mit meinem vollständigen Namen – verbunden mit meinem neuen Leitsatz: „**Gesundes tun, liebevoll leben.**“

So stehe ich ganz in meiner Kraft – und gebe das weiter, was mich trägt:

Ein Leben in Balance – körperlich, geistig und seelisch, also in ganzheitlicher Gesundheit.

Durch diese Erfahrungen kann ich meine Wissen an Sie weitergeben.

Bitte wenden und Ihre Wünsche ausfüllen! 

Lassen Sie sich durch meine **GESUNDHEITS-TREFFEN** neu inspirieren und motivieren.
Das ist meine aktuelle Themenauswahl:

Körperliche Gesundheit: Bauchspeicheldrüse (Diabetes) • Darm • Entzündungen – Ioderndes Feuer im Körper • Frauengesundheit (Wechseljahre) • Gelenke, Arthrose • Gehirn • Gesund und vital älter werden • Gut schlafen, starke Nerven • Herzgesundheit, Durchblutung, Blutgefäße, Blut (Blutdruck) • Knochen Leber und Galle (Cholesterin) • Magen | **Ganzheitliches Wohlbefinden:** Der Segen frischer Kräuter • Die Sprache der Organe • Gesünder, vitaler, fröhlicher leben – geht das? • Kinderernährung • Mit Freude lebt sich's leichter • Seelengespräche | **Kulinarisches:** Kochabend/-nachmittag: Kochen und Genießen mit Freundinnen bei Gertrud • Schwarzer Johannisbeeren-Zauber – Abend oder Nachmittag | **Innere Entwicklung:** Gehe segnend und selbstvergebend durch den Tag – die Kraft des Segnens und Sichvergebens erleben • Mich lieben lernen – was heißt das? • Wie komme ich zu meinem Frieden im Herzen?

1. Ich habe folgende Wunschthemen für **Vorträge:** _____

- vor Ort in Ingersheim online (z. B. per Zoom, YouTube o. Ä.) TuWas!-Onlinevortrag
 Ich möchte gerne eine Gruppe bei uns vor Ort zu diesem Thema organisieren:

2. Ich bin interessiert an: **Abendseminar** **Tagesseminar** **3-Tagesseminar**

Meine Wunschthemen hierfür sind: _____

Ich bin am zweiwöchigen Ischia-Gesundheitsseminar 2026 interessiert: Frühjahr Herbst

3. Ich bin an **Kochkursen** zu folgenden Themen interessiert: _____

- in der Seminarküche in Ingersheim online (z. B. per Zoom, YouTube o. Ä.)

4. Ich kenne eine Firma, die an **Gesundheitsvorträgen** für Mitarbeitende interessiert ist:

5. Ich bin an diesen **Beratungsthemen** interessiert: Gesundheit Ernährung seelisch

6. Ich bin an der **Wasservitalisierung (WASSER2000)** interessiert: Wohnung Haus Wohnmobil

7. Ich bin an den neuen **HN-Naturleben-Produkten** interessiert:

- Körperpflege Nahrungsergänzung Wasch-, Spül- und Reinigungsmittel

Ich organisiere gerne einen **HN-Naturleben-Infoabend:**

- bei Ihnen daheim im Seminarraum in Ingersheim (ich komme mit Freundinnen und Freunden)

8. **Wie häufig möchten Sie in Zukunft unsere Informationen erhalten?**

- Zweimal im Jahr per TuWas!-Post
 TuWas!-Newsletter alle zwei Monate (per E-Mail)
Bei besonderen Themen oder Veranstaltungen informieren wir Sie gegebenenfalls auch häufiger.
 Bitte keine Zusendungen per TuWas!-Post Bitte löschen Sie meine vollständigen Kundendaten.

Name, Vorname

Telefon, PLZ, Datum

Ihre personenbezogenen Daten verwenden wir gemäß unserer Datenschutzerklärung.
Diese können Sie unter „www.gesundheitstreff-tuwas.de/datenschutz“ einsehen.

E-Mail