



GESUNDHEITS-TREFFEN 2026 – mein Jahr in Balance!

PROGRAMM-ÜBERSICHT BIS JUNI 2026 inkl. Vorschau

Anmeldung & Anfragen per Telefon, E-Mail
oder unter: www.gesundheitstreff-tuwas.de/anmeldung



Gesundheitstreff TuWas! • Gertrud Theresia Lehner-Laiß
Bietigheimer Str. 16 • 74379 Ingersheim • (Eingang Brunnengasse)
www.gesundheitstreff-tuwas.de • info@gesundheitstreff-tuwas.de
Telefon 07142 773452 • Fax 07142 919874

Scan die Knospe!
Spür die Verbindung.)



Jetzt in diesen TuWas!-Neubeginn-Monaten, lade ich Sie zu einem sprießenden **Knospenzauber** ein. Erleben Sie Begegnungen voller Neuheiten, Leichtigkeit und Freude. Wählen Sie Ihre persönlichen Knospen – in Form besonderer Treffen, die **inspirieren, bewegen** und neue **Impulse schenken**. Jede Knospe ist einzigartig, so wie der Moment, den wir gemeinsam gestalten. Lassen Sie uns innehalten, entdecken und mit frischer Klarheit starten. Ich freue mich auf unsere gemeinsame Zeit.

Tagesseminar mit mir und Ihrem Wunschthema für Freunde bei Ihnen

Interessieren sich Ihre Freunde für Gesundheit, seelische Themen und neue Impulse? Gerne komme ich zu Ihnen und gestalte ein Tagesseminar nach Ihren Wunschthemen.

Folgende neue Seminarthemen stehen zur Wahl, lassen Sie mich einfach wissen, an welchen Themen Sie interessiert sind. Ich freue mich darauf.

- Wie schwinde ich in die Freude, auch wenn's gerade schwierig scheint?
- Wie können wir unsere Beziehung wieder neu und lebendig werden lassen?
- Frieden im Herzen – Versöhnung mit mir und allem in meinem Leben!
- Was hat meine Sichtweise mit meiner Lebensfreude und meinem Glückseligkeit zu tun?
- Plötzlich ist alles anders – wie geht es weiter? • Trennung unausweichlich – was nun?

11.
Mrz.

Achtsamkeits-Seminar: Mehr Freude und Leichtigkeit an jedem Tag!

Mittwoch, 11. März 2026 • 17 bis 19 Uhr • Teilnahmegebühr: 40 €

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Wie schwinde ich in die Lebensfreude und Leichtigkeit, auch wenn es schwierig ist, scheint? Welche Auswirkung hat Kritik gegenüber mir selbst und gegenüber Mitmenschen auf mich selbst? Praktische Übungen zeigen den Weg.

12.
Mrz.

WASSER2000-Onlinevortrag: Gesund und fit durch Wassertrinken!

Donnerstag, 12. März 2026 • 19 bis 20 Uhr • Eintritt: kostenfrei (ZOOM-Meeting)

Referent: Frank Servos (Geschäftsführer NaturSinn International KG)

Beschreibung: Warum ist dessen Vitalität und Lebendigkeit so wichtig für Ihr Wohlbefinden? Erfahren Sie, wie das jahrzehntelang bewährte WASSER2000-System von NaturSinn Ihr Leitungswasser vitalisiert und ganz nebenbei sogar Kalkprobleme in Küche, Bad und Haustechnik lösen kann.

13.
Mrz.

Wochenendseminar in der Nähe von Kempten: Was hat meine Sichtweise mit meiner Lebensfreude und dem GLÜCKLICH-Sein zu tun?

Freitag, 13. März – Sonntag, 15. März 2026 • Preis und Info-Flyer auf Anfrage!

Referentinnen: Gertrud Lehner-Laiß und Maria Theresia Schneider

Beschreibung: Während diesem Wochenendseminar schauen wir auf unsere Sicht. Wie sehe ich mich, mein Leben? Wie sehe ich tägliche Erlebnisse? Wie sehe ich meine Nächsten, Andere, Familie, Chef, Kollegen, 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 Glückseligkeit zu tun? Wo liegen hier die Verbindungen? Wir besprechen auch praktische Tipps für die Verbesserung von Augen, Gehirn und Lebenskraft. Nach dem Seminar „schauen“ Sie neu. Freuen Sie sich darauf. **Fordern Sie den Info-Flyer bei mir, per Telefon oder E-Mail an.**

18.
Mrz.

RayGuard®-Onlinevortrag: Optimal geschützt vor technischen Strahlenbelastungen!

Mittwoch, 18. März 2026 • 19 bis 20 Uhr • Eintritt: kostenfrei (ZOOM-Meeting)

Referent: Frank Servos (Geschäftsführer NaturSinn International KG)

Beschreibung: Welchen Einfluss hat Elektromog allgemein, insbesondere die Mobilfunkstrahlung, WLAN oder starke technische Felder in meinem (Elektro-)Auto auf mich? Gibt es dazu Nachweise? Was bedeutet die Einführung von 5G für meine Gesundheit? Erfahren Sie, wie die RayGuard®-Produkte Sie vor den Folgen der zunehmenden Strahlenbelastungen schützen, Ihre Lebenskraft stärken und Ihr Wohlbefinden fördern können.

21.
Mrz.

Vorstellung des Nüsse-Buches: „Nüsse, Kerne, Saaten pur ...“!

Samstag, 21. März 2026 • 15 bis 18 Uhr • Eintritt: kostenfrei

Autorin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Tauchen Sie an diesem Nachmittag mit uns in die vielfältige Nusswelt ein. Seien Sie mit mir den Geschenken der Mutter Erde auf der Spur und lassen Sie sich überraschen und neu begeistern. Was ist die Botschaft des Nüssebuches? Geheimnisse der Nussgetränke für Jung und Alt, Vorteile gemahlener Nüsse über die Speisen gestreut – warum sind Nüsse so gesund?

25.
Mrz.

Abendseminar: Plötzlich ist alles anders – wie geht's jetzt weiter?

Mittwoch, 25. März 2026 • 19 bis 21 Uhr • Teilnahmegebühr: 40 €

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Es gibt unzählige Ereignisse und Einschnitte im Leben, die uns den Boden unter den Füßen wegziehen können. Ohnmacht, Wut, Verzweiflung und Trauer breiten sich aus. **Plötzlich** ist alles anders. Nichts ist mehr, wie es war. Wie gehe ich mit dieser neuen Situation um? Was ist jetzt wichtig? Was darf ich tun oder auch lassen, um wieder ins Leben zurückzufinden? Um inneren Frieden zu spüren und wieder Freude im Alltag zu erleben? Lernen Sie neue Wege kennen. Gerne begleite ich Sie dabei.

28.
Mrz.

Vortrag mit Kochen und Genießen: ...wie „neugeboren“ durch sanftes Entschlacken, Frühjahrsputz innen und außen!

Samstag, 28. März 2026 • 15 bis 18 Uhr • Teilnahmegebühr: 70 €

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Wie entschlacke ich sanft und effektiv an jedem Tag? Was heißt Körper und Geist entschlacken, sauber und reinzuhalten? Worauf kommt es an? Organe stärken, Blut sauber halten, Lebensenergie erhöhen ... Ordnung in der Ernährung – praktische Beispiele. Optimales Frühstück, Mittagessen, Abendessen. Kommen Sie zum höchst interessanten und wegweisenden Kombi-Nachmittag mit Vortrag, Kochen und Genießen. **Basisprogramm, jeden Tag etwas gesünder und glücklicher zu werden.**

11.
Apr.

Kräuter-Kochnachmittag: Kräutersegen neu entdecken!

Samstag, 11. April 2026 • 15 bis 18 Uhr • Teilnahmegebühr: 70 €:

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Wie kann ich Körper, Geist und Seele mit frischen Kräutern stärken? Basiskräuter zur Zellerneuerung, Schlüsselkräuter, die alles können und übergeordnete Heilung im Körper fördern. Dieser wegweisende **Kräuter Kombi-Nachmittag** zeigt Wege zwischen Kräutervortrag, mit Kräutern kochen und Kräuteressen genießen.

Alles ist einfach, wenn ich es weiß, entdecken Sie die Heilkraft der Kräuter neu!

14.
Apr.

Impuls-Vortrag im April: Die schönsten Jahre des Lebens beginnen ab 65 Jahre!

Dienstag, 14. April 2026 • 19 Uhr • Impulsgebühr: 15 €

Peter Bytow, Vorsitzender des Vereins für Gesundheit und Lebensfreude nimmt uns mit auf seine Entdeckungsreise der faszinierenden Möglichkeiten ab 65. Er zeigt uns sechs kraftvolle Fähigkeiten auf, mit denen wir in diesem Lebensabschnitt ein neues Fundament bauen können. Ein neues Leben ab 65, das mit Sinn und Anmut gelebt wird.

16.
Apr.

RayGuard®-Onlinevortrag: Optimal geschützt vor technischen Strahlenbelastungen!

Donnerstag, 16. April 2026 • 19 bis 20 Uhr • Eintritt: kostenfrei (ZOOM-Meeting)

Referent: Frank Servos (Geschäftsführer NaturSinn International KG)

Beschreibung: Lesen Sie beim RayGuard®-Onlinevortrag vom 18. März 2026.

18.
Apr.

Vorstellung des Nüsse-Buches: „Nüsse, Kerne, Saaten pur ...“!

Samstag, 18. April 2026 • 15 bis 18 Uhr • Eintritt: kostenfrei

Autorin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Lesen Sie bei der Vorstellung des Nüsse-Buches vom 21. März 2026.

22.
Apr.

WASSER2000-Onlinevortrag: Gesund und fit durch Wassertrinken!

Mittwoch, 22. April 2026 • 19 bis 20 Uhr • Eintritt: kostenfrei (ZOOM-Meeting)

Referent: Frank Servos (Geschäftsführer NaturSinn International KG)

Beschreibung: Lesen Sie beim WASSER2000-Onlinevortrag vom 12. März 2026.

23.
Apr.

Kräuter-Abend: Frühling lässt sein blaues Band ... und seine Kräuter sprießen!

Donnerstag, 23. April 2026 • 19 bis 21 Uhr • Teilnahmegebühr: 40 €:

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Entdecken Sie den Zauber der Frühlingskräuter für Ihre neue Frische und Vitalität. Warum bereichern frische Kräuter als Getränk oder in unserer täglichen Ernährung unser Leben und unsere Gesundheit? Welche Kräuter stärken die Leber, welche das Herz, welche das Gehirn? Lassen Sie sich begeistern und motivieren, den Kräuterzauber zu entdecken. Ich bin dabei – sind Sie es auch?

25.
Apr.

Nussiger Kochnachmittag: Zauber der Nüsse im Alltag!

Samstag, 25. April 2026 • 15 bis 18 Uhr • Teilnahmegebühr: 70 €

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Gesundes Frühstück mit Nussgetränk, Hauptgerichte mit gemahlene Nüssen, köstliche Nachspeisen mit gemahlene Nüssen. So können Sie mit Nüssen Ihre Gesundheit Schritt für Schritt aufbauen, freuen Sie sich auf Gesundheit in jeder Zelle!

06.
Mai

Impuls-Vortrag im Mai: TERRAPETRA – neue Energie für Ihre Pflanzen!

Mittwoch, 06. Mai 2026 • 19 bis 20 Uhr • Impulsgebühr: 15 €

Referentin: Petra Kaiserauer-Barth (Wohn- und Umweltberaterin, Wohnfarben, Feng-Shui)

Beschreibung: Tun Sie sich und Ihren Pflanzen Gutes mit den fruchtbaren Erden von TERRAPETRA: Nach uralter Rezeptur werden Pferdeäpfel, Pflanzenkohle, Urgesteinsmehle und EM zu TERRAPETRA-Gartenerde fermentiert. Regenwürmer werden von ihr magisch angezogen, und es entsteht der fruchtbare, feinkrümelige, geruchsfreie TERRAPETRA-Wurmhumus. Mit großer Begeisterung und Dankbarkeit darf ich diese wunderbaren Erden herstellen. Ich freue mich darauf, Ihnen meine Erfahrungen vorzustellen.

09.
Mai

Tagesseminar Achtsamkeit: Wie geht es mir wirklich?

Samstag, 09. Mai 2026 • 10 bis 17 Uhr • Teilnahmegebühr: 115 €

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Wie ist mein inneres Wohlfühlgefühl? Bin ich mit mir und meinem Leben zufrieden? Wie kann ich mich besser annehmen, wertschätzen und lieben lernen? Lebe ich in meinem Lebensrhythmus, der mir guttut oder lasse ich mich zu sehr von außen leben? Bin ich mit mir im Frieden? Sind Sie an dem Punkt, an dem Sie fühlen: So mag ich es nicht mehr? Viele Fragen – wo sind die Antworten? Lassen Sie sich neu motivieren und inspirieren, Verantwortung für Ihr Leben zu übernehmen. Beginnen Sie Schritt für Schritt Ihr Leben zu neu zu gestalten. Gerne begleite ich Sie auf der Basis von Körper, Geist und Seele.



Weitere **GESUNDHEITS-TREFFEN** mit *Gertrud Theresia Lehner-Laiß*
und besonderen Referentinnen & Referenten! →

11.
Mai

RayGuard®-Onlinevortrag: Optimal geschützt vor technischen Strahlenbelastungen!

Montag, 11. Mai 2026 • 19 bis 20 Uhr • Eintritt: kostenfrei (ZOOM-Meeting)

Referent: Frank Servos (Geschäftsführer NaturSinn International KG)

Beschreibung: Lesen Sie beim RayGuard®-Onlinevortrag vom 18. März 2026.

18.
Mai

WASSER2000-Onlinevortrag: Gesund und fit durch Wassertrinken!

Montag, 18. Mai 2026 • 19 bis 20 Uhr • Eintritt: kostenfrei (ZOOM-Meeting)

Referent: Frank Servos (Geschäftsführer NaturSinn International KG)

Beschreibung: Lesen Sie beim WASSER2000-Onlinevortrag vom 12. März 2026.

29.
Mai

Frühjahrsseminar auf Ischia: Gesundheits- und Urlaubsseminar!

Freitag, 29. Mai – Samstag, 13. Juni 2026 • Preis und Info-Flyer auf Anfrage!

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Themen in diesem Jahr sind: Gesünder & glücklicher werden • Mich selbst und mein Leben erkennen, wertschätzen und lieben lernen • Sprache meiner Organe, des inneren Dreiecks, Leber, Galle, Bauchspeicheldrüse • Die Stimme meines Herzens besser hören, fühlen • Meine Stimme stärken, meine Stimme ist meine Visitenkarte ...

Beschreibung: Die Kombination ist es, die diese 2 Wochen zum neuen Juwel in Ihrem Leben werden lassen. Gesundheitliche und seelische Themen im Wechsel mit den täglichen Anwendungen auf der Insel, Vorträge, Gruppengespräche, 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. Allein der Aufenthalt auf der vulkanischen Insel Ischia ist eine Anwendung für sich.

24.
Juni

Abendseminar: Bessere Augen und kraftvolle Leber – was verbindet sie?

Mittwoch, 24. Juni 2026 • 19 bis 21 Uhr • Teilnahmegebühr: 40 €

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Gute Augen hängen direkt mit der Leistungskraft unserer Leber zusammen. Andererseits es ist es auch unsere Lebenssicht, wie ich die Dinge sehe, mein Leben sehe, die die Kraft der Augen stärkt. Kommen und hören Sie Zusammenhänge für die Stärkung der Augen und der Leber. Die Leber ist unser wichtigstes Entgiftungsorgan, sie ist das Organ unseres Lebens.

Wochenendseminar in Ottobeuren: Frieden im Herzen – Versöhnung mit mir ...!

Freitag, 10. Juli – Sonntag, 12. Juli 2026 • Preis und Info-Flyer auf Anfrage!

Referenten: Gertrud Theresia Lehner-Laiß & Herbert Britz (Achtsamkeitexperten)

Beschreibung: Jeder Mensch wünscht sich 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, hindern manchmal, inneren Frieden zu fühlen. 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? Freuen Sie sich auf Ihr neues Leben, das nach dem Seminar beginnt.

28.
Aug.

Herbstseminar auf Ischia Gesundheits- und Urlaubsseminar!

Freitag, 28. Aug. – Samstag, 13. Sept. 2026 • Preis und Info-Flyer auf Anfrage!

Referentin: Gertrud Theresia Lehner-Laiß (Gesundheits- und Ernährungsberaterin)

Beschreibung: Lesen Sie beim Frühjahrsseminar auf Ischia vom 29. Mai 2026.

09.
Okt.

Wochenendseminar in der Nähe von Kempten: Was hat meine Sichtweise mit meiner Lebensfreude und dem GLÜCKLICH-Sein zu tun?

Freitag, 09. Oktober – Sonntag, 11. Oktober 2026 • Preis und Info-Flyer auf Anfrage!

Referentinnen: Gertrud Lehner-Laiß und Maria Theresia Schneider Während diesem

Beschreibung: Lesen Sie beim Wochenendseminar (Kempten) vom 13. März 2026.