

**Einladung zur Buchpräsentation und Gespräch
Am Donnerstag, dem 3. Juni 2021 um 19.00 Uhr**

Klaus Blaser stellt sein neues Buch vor:

"Sag Ja zum Nein sagen: Das Trainingsprogramm zur Stärkung der eigenen Grenze"

Ein Nein zur Aussenwelt ist meistens ein Ja zur Innenwelt. Welche Vorteile hat ein Ja zur Innenwelt und wie lernen wir Nein zu sagen?

Das hat alles mit unserer "Ich-Grenze " zu tun. Die "Ich-Grenze " ermöglicht Achtsamkeit, Mitgefühl und hilft uns bei der Verbindung zu unseren Mitmenschen und der Natur.



Möchten Sie mehr wissen?

Im Gespräch mit Frau Sandra Hug, Geschäftsleiterin der Fachschule LIKA, und Dr. Klaus Blaser aus Basel, Psychiater, Psychotherapeut und Forscher, erfahren Sie mehr über sein neuestes Buch und seine Arbeit mit dem Trainingsprogramm.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ob wir Sie anschliessend zu einem Apéro einladen dürfen, wissen wir zur Zeit leider noch nicht – aber hoffen wieder und immer noch...

Das Team der Buchhandlung Ganzoni
Jeannette Gallus, Isabelle Hof und Viola Otthofer

Buchhandlung Ganzoni am Spalentor, Spalenvorstadt 45, 4051 Basel

Reservation unter Tel.061 261 32 72 oder info@buecherganzoni.ch
Unkostenbetrag: 10.- (Teilnehmer*innenzahl beschränkt)



Klaus Blaser: Sag Ja zum Nein sagen

Das Trainingsprogramm zur Stärkung der eigenen Grenze

Klett-Cotta Verlag, 2020 / Fr. 35.90

**Buchhandlung Ganzoni am Spalentor
Spalenvorstadt 45, 4051 Basel
061 261 32 72 / www.buecherganzoni.ch**