



# TRANSPARENTE KOMMUNIKATION

WIE WIR UNSERE BEZIEHUNGSFÄHIGKEIT ERWEITERN  
AHORN-APOTHEKE / 2.7. – 3.9.2016

# EINLEITUNG

Vom 2. Juli bis am 3. September 2016 findet unsere diesjährige Kampagne zum Thema Transparente Kommunikation statt. Zur Einstimmung auf dieses wichtige Thema drucken wir ein Gespräch zwischen Thomas Hübl und Stephan Breidenbach ab, welches im Mai 2016 auf [www.medium.com](http://www.medium.com) veröffentlicht wurde. Wir fassen hier einleitend verschiedene Aspekte der Transparenten Kommunikation kurz zusammen.

Normalerweise glauben wir, dass die Welt so ist, wie wir sie sehen. Wird diese scheinbar einfache Tatsache im Gespräch mit anderen Menschen genauer überprüft, gelangen wir jedoch bald zur Erkenntnis, dass jeder Mensch auf der Grundlage seiner Wahrnehmungen eine eigene Wirklichkeit erlebt und diese in seinem persönlichen Erfahrungsinnenraum auf eigene Weise zur Darstellung kommt. Da alle die Welt durch ihre eigenen Augen sehen, entstehen unterschiedlichste Arten von Wirklichkeiten. Sind wir bestrebt unsere Kommunikation zu erweitern, indem wir versuchen den Erfahrungsraum eines Gegenübers in unsere Wahrnehmung mit einzubeziehen, dann eröffnet sich uns eine neue Wirklichkeit. Wir sind nicht länger der Meinung, dass es nur unseren eigenen Erfahrungsraum gibt und schaffen so die Grundlage für eine erweiterte Gesprächskultur, die ermöglicht auf eine transparentere Art miteinander in Beziehung zu treten. Dabei spielen Klarheit, Authentizität und Wachheit im intersubjektiven Raum eine herausragende Rolle mit der Folge, dass sich nun ein völlig andersartiges Bewusstseinsfeld bildet. Dieses zeichnet sich durch ein hohes Mass an Geistesgegenwart aus. In einem solchen, kollektiv entstandenen Bewusstseinsfeld ist die Qualität der erlebbaren Wirklichkeit das Resultat von allen daran beteiligten Personen. Dabei gilt: Je offener und durchscheinender – transparenter! – unsere Kommunikation ist, desto mehr können wir von allen als Gegenüber an diesem Prozess Beteiligten wahrnehmen. Selbst subtilste Widerstände oder Barrieren zeigen sich sofort, wodurch die Chance eines Eingehens auf allfällige Widerstände und Störungen erhöht wird.

Wir alle haben in uns die Fähigkeit mithilfe dieses erweiterten Wahrnehmungsradius differenzierter auf andere Menschen zu reagieren und mit ihnen in Kommunikation zu treten. Je wacher wir dabei sind, desto mehr Facetten des Jetzt können wir wahrnehmen, und zwar auch solche, die uns sonst verborgen bleiben. Die Kunst der Transparenten Kommunikation befähigt uns also, laufend mittels einer verfeinerten Wahrnehmungsweise eine grössere Anzahl von Informationen zu erfassen. Damit schaffen wir die Möglichkeit, einander auf einer tieferen Ebene zu begegnen. Gleichzeitig üben wir uns darin, unser Gegenüber von innen zu ‚sehen‘. Im Zustande dieser verfeinerten Intimität erkennen wir Kommunikationsblockaden und bewahren uns vor der Gefahr, in solchen Blockaden stecken zu bleiben. Zudem gehen wir mit grösserer Empathie ganz anders mit Spannungen und Widerständen um, wir werden kreativer und einfühlsamer. Nicht nur in privaten Beziehungen, auch am Arbeitsplatz ist dies von grosser Bedeutung, und vor allem im therapeutischen Kontext spielt diese Art der Kommunikation eine grosse Rolle. Letztendlich bildet sie die Grundlage für den Aufbau und die Entwicklung einer neuen Dimension im Miteinander des WIR.

# KOMMUNIZIERE TRANSPARENT

Thomas Hübl möchte mit seinem Ansatz der transparenten Kommunikation unsere Zwischenmenschlichkeit selbst zu einer spirituellen Praxis entwickeln.

Mit Thomas Hübl sprach Stephan Beidenbach

**Stephan Breidenbach: Lass uns über «Kommuniziere transparent» sprechen. Es ist ein wesentlicher Bestandteil deiner Arbeit: «Transparente Kommunikation». Aus meiner Sicht ist das eine Bandbreite von Dingen, die du unter dem Stichwort zusammenfasst, ein Aufwuchsszenario. Man kann klein anfangen und am Ende an einem ganz bedeutenden Punkt landen, wenn man transparent kommuniziert. Ich habe es als eine Reise verstanden.**

**Thomas Hübl:** Transparente Kommunikation ist die Evolution unserer Kommunikation zur Beziehungsfähigkeit. Zuerst muss ich mir selbst gegenüber transparent sein. Das fängt damit an, dass ich mir selbst meiner inneren Kommunikationsmuster bewußt bin. Welche Gefühle entstehen, wenn ich kommuniziere? Ich sollte nicht versuchen eine emotionsfreie Landschaft zu

generieren, sondern lernen wie die Farbenfreude meiner emotionalen Landschaft Teil meines Lebens sein kann. Für viele Menschen sind Teile ihrer Emotionen einfach und andere Teile schwierig. Transparenz beginnt in meinem Innenraum. Ich bekomme mit, was in mir passiert, während ich mein Leben lebe. Das klingt vielleicht einfach, aber wenn man damit wirklich anfängt, wird man plötzlich sehen, dass einige Teile chronisch im Dunkeln hängen bleiben. Das sind natürlich genau die Teile, mit denen ich dann Schwierigkeiten habe – an meinem Arbeitsplatz, in meiner Beziehung, in meinem sozialen Umfeld. Wenn ich beginne, mich selbst

für mich transparenter zu machen und anfangs, die schwierigen Anteile immer mehr in Beziehung zu setzen, dann wird mir meine Angst vor diesen Aspekten deutlicher. Was wir oft als Schwäche bezeichnen, ist eine in mir geronnene Verhaltensform, etwas nicht zu tun. Nur merke ich, dass diese Vermeidung für mich nicht gesund ist. Sobald ich diese Anteile mehr in Beziehung setze, werde ich beobachten, dass mein ganzes Lebensnetz, mein soziales Gefüge, mein Kulturbeitrag reicher wird. Die Transparenz fängt in mir an und beginnt dann sich immer mehr zu veräußern, in Beziehung zu treten mit dem Außen.

Der nächste Schritt ist: Wenn ich einmal gelernt habe mich selbst ganzheitlicher auszudrücken, dann sehe ich plötzlich: zu meiner Kommunikation gehörst auch du. Du betiffst mich. Mein Radius an Bewusstheit wird sich von mir hin zu dir ausdehnen. Wenn ich etwas sage, bekomme ich immer mehr mit, was du denn hörst oder wie es dir mit dem Gehörten geht. Dabei muss ich mich nicht verlie-

ren. Es geht nicht um ein entweder/ oder, entweder ich oder du. Sondern es geht darum, dass ich mit mir immer mehr im Klaren bin und gleichzeitig auch dich in diese Klarheit mit einbeziehe.

**Ich entwickle einen Sensor, eine Wahrnehmung dafür, was meine Kommunikation bei dem anderen auslöst – auf den gleichen Ebenen über die ich mir selbst schon bei mir Transparenz verschafft habe.**

Und dadurch dehnt sich der Radius meiner Bewusstheit aus. So als würde ich eine

Ich nehme mich  
und dich wahr

Taschenlampe senkrecht auf mich halten. Dann sehe ich nur mich. Hebe ich die Taschenlampe ein bisschen höher, dann sehe ich plötzlich auch dich im Lichtschein. D.h. der Radius meiner Bewusstheit nimmt dich und den Raum zwischen uns wahr.

**Mit einem Mal sehe ich, dass Kommunikation keine Einbahnstraße ist, sondern immer der Ausdruck einer Beziehung. Und diese Beziehung, die sowieso da ist, wird durch das Hinschauen jetzt bewusste Realität.**

Ja. Es erscheint plötzlich im Licht des Bewusstseins, dass es hier ein Beziehungsgefüge gibt, in dem wir uns gegenseitig beeinflussen. Der ganze Raum, der dich, den Raum zwischen uns und mich beinhaltet, ist Teil von dem Gespräch. Das ist aber schon eine evolutionäre Leistung. Wir werden immer wieder erleben, das die Gewohnheit zur eigenen Identifikation zurück möchte, den Raum des Bewusstseins wieder verkleinern möchte. Vor allem wenn das Gespräch kein einfaches Gespräch ist. Dich auch dann immer noch in meinem fühlbaren Wahrnehmungsbereich zu halten ist schon eine Kunst. Dazu muss ich emotional reifen. Die Grundlage dafür ist eine emotionale Erwachsensein.

**Wenn ich in dem anderen bemerke, dass das, was ich sage, etwas Unangenehmes auslöst, dann könnte die Tendenz sein, mich sofort wieder von dieser Wahrnehmung zurückzuziehen und zu sagen: «Das will ich jetzt lieber gar nicht berühren.»**

Das ist es.

**In dem Moment habe ich aber die Beziehung aufgegeben und ihr die Chance genommen, sich weiterzuentwickeln.**

Innere Distanziertheit schafft alle möglichen Räume für unbewusste Beziehungsdynamiken. Die im schlimmsten Falle weder von dir noch von mir in dem Moment erkannt werden. Dadurch wird zwischen uns die Grundlage für Traumatisierung

geschaffen. Wenn wir beispielsweise mit unseren Kindern ärgerlich sind, können wir das auf gesunde Art und Weise sein, indem wir zwar verärgert, aber im Kontakt mit ihnen sind. Anders sieht es aus, wenn wir ärgerlich und nicht in Kontakt sind. Dann entstehen Traumatisierungen. Deshalb ist es meines Erachtens unsere Verantwortung als postmoderne Menschen, emotional so zu reifen, das wir in Konflikten anwesend bleiben und uns auch unangenehmen Situationen innerlich stellen können. Denn wenn ich mich von dir distanzieren, distanzieren ich mich von einem Gefühl in mir und werfe zudem auch einen Schatten auf dich. Nur wenn ich mich mit dem Unangenehmen dieser Situation verbinde, kann ich mich weiterentwickeln. Ich glaube, das ist der Weg zu einem holistischen Menschen.

**Der Kern ist also: Wenn ich mich nicht auf das einlasse, was gerade angenehm oder unangenehm ist, verhindere ich Lernen. Wenn ich dagegen einen Lernschritt mache, entwickle ich mich. Lernen ist nur ein anderes Wort für Evolution.**

Absolut.

**Wir haben also bislang zwei Bewegungen. Die eine ist: Ich stelle Transparenz bei mir selbst her. Die andere ist: Ich nehme den anderen in den Lichtkegel mit hinein und nehme damit die Beziehung ernst und lasse zu, dass sich die Beziehung entwickelt. Aber das ist noch nicht die gesamte transparente Kommunikation, oder?**

Nein. Jetzt fängt die wirkliche transparente Kommunikation erst an. Die Wirkung der transparenten Kommunikation setzt hier an: meiner Meinung nach strahlt jeder Mensch die gesamte Information zu seinem oder ihrem Leben jeden Augenblick in die Welt aus. Wir lernen, dass der Beziehungsraum, in dem wir uns bewegen, von ganz viel Information gefüllt ist. Das ist so, als wenn jeder von uns das Buch des Lebens unter dem Arm trägt und von Zeit zu Zeit lassen wir uns

gegenseitig in diesem Buch lesen. Ich nehme das Buch «Stephan Breidenbach» aus der Bibliothek, schlage den Index auf und sehe: Aha, da gibt es diese ganzen Anteile deines Lebens, deine Entwicklung, deine Geschichte und dein jetzt entwickeltes Leben – und alles, die ganze Landkarte deines Lebens, steht in diesem Buch. Die Zukunft und die spirituelle Dimension der transparenten Kommunikation wäre dann zu sagen: «Okay, wir haben die Möglichkeit, diese Informationslandschaft, in der wir – auch – leben, für uns durch geeignete Praktiken immer mehr zugänglich zu machen. So dass ich in den Beziehungsdynamiken in mir, in dir, in der Gruppe, in der Gesellschaft, in der Kultur immer gekonnter und professioneller navigiere. Wie ein Kampfkunstmeister, dessen Bewegungen fließen. Jeder Mensch, der eine gute Menschenkenntnis hat – Menschenkenntnis ist der Beginn von Transparenz, nur nennt man das da anders – oder jeder sehr erfahrene Therapeut haben ein Gefühl für Dinge bevor sie die genauen Fakten kennen, und dieses Gefühl ist genau das, was ich meine. Wenn man das wirklich trainiert, sehen Menschen oft ganz anders aus, als sie uns auf den ersten Blick erschienen.

Ein Beispiel: Ein Mitarbeiter ist sehr oft wirsch und ärgerlich. Ich könnte das jetzt persönlich nehmen oder mir könnte auffallen, dass ich in dem Mitarbeiter jedes Mal, wenn wir uns begegnen, eine Menge Angst auslöse und er gelernt hat, Angst zu vermeiden, indem er ärgerlich oder aggressiv wird. Ich könnte also entweder an der Oberfläche dieser Beziehungsdynamik hängen bleiben und dann vielleicht ebenfalls aggressiv werden. Wenn ich jedoch wahrnehme, dass mein Gegenüber aus irgendeinem Grund Angst hat, vielleicht weil ich ihn an einen Aspekt seiner Vergangenheit erinnere, und dieser Dynamik zwischen uns Aufmerksamkeit schenke, verändert sich die Beziehung. Dazu muss ich es nicht mal aussprechen – durch meine Aufmerksamkeit bekommt die Beziehung einen Boden. Aufgrund des «Gesehenwerdens» verän-

dert sich die ganze Beziehungsdynamik und es entsteht Vertrauen und vielleicht sogar eine tiefe Freundschaft.

Beides sind mögliche Beziehungsdynamiken; die eine ist für Menschen, die die Oberfläche sehen, die andere für diejenigen, die die Kompetenz haben, dahinter zu schauen.

Das ist natürlich jetzt nur ein Beispiel, aber so etwas passiert in 1000 verschiedenen Facetten täglich überall auf der Welt. Und es liegt jetzt an uns: Wie weit möchte ich von der Oberfläche meiner Erfahrung geleitet werden oder wie sehr möchte ich von der tiefen Dimension meiner Erfahrung berührt werden und mich da erfahren lassen, dass es eine Tiefendimension gibt. Das wäre für mich die Leading Edge der Beziehungs- oder der

Kommunikationsfähigkeit: das zu hören, was zwischen den Worten vermittelt wird. Das beinhaltet auch die kleinen Irritationen wahrzunehmen, die dadurch entstehen, dass die gedankliche Welt, die emotionale Welt und die physische Welt nicht eine Botschaft aussenden. In sich integrierte Menschen senden, wenn sie etwas ausdrücken, eine Botschaft aus. In den Bereichen, in denen ich nicht integriert bin, werde ich gedanklich etwas sagen, aber etwas anderes fühlen. Da gibt es dann einen Zwischenraum, der eine Spannung in dem Sprecher – aber auch in dem Zuhörer – erzeugt.

Wenn mir das nicht auffällt, fühle ich mich verwirrt, und wenn ich dieser Verwirrung keine bewusste Aufmerksamkeit schenke und herausfinde, wo die denn eigentlich herkommt, wird sie meine Beziehungsdynamik zu diesem Menschen beeinflussen. Wenn ich meine Verwirrung aber nur als Symptom ansehe und mitbekomme, dass es in meinem Gegenüber eine Spaltung zwischen seinen Gedanken und seinen Gefühlen gibt, unter der dieser Mensch auch leidet, dann kann ich durch eine höhere Bewusstheit einen größeren Raum schaffen. In diesem Raum kann die Spaltung dann statt zu einem Konflikt zu führen, womöglich in etwas Höheres integriert werden. Aber das ist eine Kunst.

Unser Beziehungsraum ist voller Information

**Eines unserer Gespräche drehte sich ja genau darum, dass der kognitive Apparat, das Intellektuelle, die Emotion und das Fühlen des Körpers auf einander abgestimmt, also synchron sind. Wenn ich jedoch bei meinem Gegenüber wahrnehme, dass es nicht so ist, dann kann ich ihm oder ihr durch meinen Lichtkegel des Bewusstseins die Chance geben, genau dies auch wahrzunehmen und sich zu entwickeln. D.h. durch die Tiefenstruktur von Wahrnehmung, die ich hineinlasse, ermögliche ich weitere Lernschritte, die sonst unterbleiben würden. Und gleichzeitig bringe ich damit etwas mit, was jedem Menschen eigen ist – jedenfalls ist das die Erfahrung von Mediatoren und wahrscheinlich von uns allen: jeder Mensch will gehört und gesehen werden. Und je mehr und je tiefer ich das tue, umso berührender ist das für jeden. Der Zugang zur Tiefenstruktur ist gleichzeitig der Zugang zu mehr; nicht nur das Gefühl zu geben, gesehen zu werden, sondern ihn oder sie auch wirklich zu sehen.**

Dann führt Transparenz zu «Potenzialentfaltung». Wie du sagst: es tut so gut, wenn wir zutiefst gesehen werden, wenn ein Mitarbeiter von dem Vorgesetzten einfach zutiefst gesehen wird. Dann ist das erstens kontaktaufbauend und zweitens motivierend und drittens zutiefst menschlich. Die Auswirkung, die das auf Kulturbildung hat, ist enorm. Wir bleiben nicht mehr in den Lücken unserer Unbewusstheit hängen, sondern investieren, dass wir Menschen werden, die wirklich sehen – weil wir wissen, wie gut es tut, gesehen zu werden. Wir wissen wie gut es jedem Kind tut, wenn es wirklich in seinem Potential gefördert wird. Und wir wissen wie gut es uns tut oder nicht getan hat, dass das passiert oder nicht passiert ist. Ich glaube daraus folgt ein menschlicher Imperativ, der sagt: «Ich widme mein Leben dem, dass ich

Transparenz führt zur Potenzialentfaltung

wirklich hinschaue, dass ich gegenwärtig bin, dass ich lerne emotional offener zu werden, um überhaupt mitfühlen zu können. Ich setze mich für eine Potenzialentfaltungskultur ein, die Entwicklung und Lernen ermöglicht.»

Transparente Kommunikation heißt, dass ich lerne, durch die Oberfläche meines Innenlebens hindurch zu schauen. Dass ich zudem lerne einen Beziehungsraum zu halten, indem du Teil meiner Beziehung bist. Und das ich dann noch die Tiefendimension von dir und mir erfasse. Das ist eine ganz hohe Kunst. Aber ich glaube, dass die Menschen, die diese Kunst für sich erschließen, eine Form von menschlicher Exzellenz entwickeln. Ob ich nun in der Medizin oder im Erziehungsbereich arbeite, Elternteil bin oder in einer Firma arbeite, diese Exzellenz wird sich dadurch auszeichnen, dass rund um mich ein kultureller, evolutionärer Impuls ausstrahlt, der sich sehr positiv darauf auswirkt, dass Menschen ihr Leben bejahen. Denn wenn Menschen sich gesehen fühlen, sagen sie «JA» zum Leben. «Ja, das möchte ich. Ja, da möchte ich mich weiter entwickeln.»

**Transparente Kommunikation ist für dich DAS Grundwerkzeug um eine Potenzialentfaltung zu ermöglichen und Kultur zu bilden.**

Wenn transparente Kommunikation eine neue kulturelle Fähigkeit wird, dann ist die Kultur vor ihrer eigenen Entwicklung nicht mehr aufzuhalten. Wir können uns dann gegenseitig unsere Intelligenz widerspiegeln – ich sehe deine tiefste Intelligenz und du meine und es liegt uns am Herzen, dass sie sich wirklich ausdrückt. Wenn wir das mit unserem Umfeld jeden Tag machen, weil wir wissen, wie gut das tut, dann bekommen andere Menschen ein positives Feedback und werden ihrerseits stärker. Das ist eine riesige Kulturleistung. Ich werde immer nackter und menschlicher und dadurch entsteht rund um mich ein Kulturnetz, das von diesem positiven Ja geprägt ist und das positive

Ja ist wiederum Kreativität, Potenzial, Intelligenz, Innovation und der freiwillige Wille – nicht der moralisch antrainierte – am Leben teilzunehmen.

**Nacktheit und menschlich sein – bei mir entsteht ein Bild, als ob das zunächst mal ein nackter Spiegel für die hohe Intelligenz ist, die mir entgegenkommt. Ohne da etwas drauf zu legen, ohne das zu funktionalisieren, zu instrumentalisieren, oder eine Richtung geben zu wollen. Und diese pure Spiegelung ist genau das hundertprozentige Ja, was dem anderen die Chance gibt, weiter zu gehen, und sein Potenzial zu entwickeln.**

Genau. Und die Nacktheit ist auch damit verbunden, dass ich mich emotional wirklich auf mein Leben einlassen und nicht versuche meine Emotionen draußen zu halten. «What you can feel, is what you want to care for.» Solange ich meine Hand spüre, werde ich dafür sorgen, dass sie nicht auf einer heißen Herdplatte liegt.

Wenn ich meine Hand nicht spüre, dann ist mir das wahrscheinlich egal, ob sie auf einer Herdplatte liegt, außer ich habe einen moralischen Imperativ: Das sollte nicht passieren. Aber dann ist diese Moral der Grund, warum ich das nicht mache und nicht, weil ich fühlbar bewusst diese Hand belebe. Das gleiche gilt natürlich auch für größere Strukturen im Bewusstsein. Wenn ich mein engeres oder weiteres Umfeld wahrnehmen kann, dann werde ich mich auch um dieses Umfeld kümmern, – genau wie um meine Hand.

Ich glaube, wenn wir von einer nachhaltigen Kultur sprechen, von einer Wachstums- oder Potenzialkultur, von Evolution und von einer Sorge für unsere Natur, dann wird das nur möglich sein, wenn wir alle diese Dinge bewusst erfahren können. Dieses «Caring» und diese tiefe Wahrnehmungsfähigkeit in einem liebevollen Raum, das ist im Prinzip eine Reflexion dieser Nacktheit.

Dieses Gespräch wurde publiziert auf [www.medium.com](http://www.medium.com), «Mystik im Alltag», Mai 2016

## **Celebrate Life Festival 2016 – Spiritualität am Puls der Zeit**

Unter dem Titel «Spirituelle Kompetenz 2016 – Herausforderungen kreativ begegnen» zeigt das Celebrate Life Festival (28. Juli bis 7. August im Seminarhof Oberlethe, Wardenburg, Deutschland) auf eindrucksvolle Weise, dass Spiritualität kein separates Universum für die Mottenkiste ist, sondern sich aktiv in die Bewältigung gesamtgesellschaftlicher Herausforderungen einbringen kann.

Im Laufe der Jahre hat sich das Festival unter der Leitung von Thomas Hübl zum größten Consciousness-Event seiner Art in Deutschland gemausert, und es verfügt inzwischen über eine beachtliche internationale Strahlkraft mit kontinuierlich steigenden Teilnehmerzahlen (2015 nahmen 1100 Personen aus 27 Ländern teil).

Thematisch beschäftigt sich das Celebrate Life Festival 2016 damit, wie die spirituelle Praxis uns dabei unterstützen kann, unsere spirituellen Kompetenzen so zu stärken, dass wir auch in Krisen immer mehr auf unser höchstes Potenzial zugreifen und uns innerlich wieder stabilisieren können.

Mit den beim Celebrate Life Festival 2016 generierten Spendengeldern sollen Non-Profit-Projekte zur Bewältigung der Flüchtlingskrise in Europa gefördert werden. Ab sofort und bis zum 31. August kann auch online gespendet werden. Das diesjährige Festival soll sowohl aktuell als auch langfristig einen Beitrag dafür leisten, die großen, mit den Flüchtlingsströmen einhergehenden Herausforderungen zu meistern und die Not der Menschen nachhaltig zu lindern.

\*Das Celebrate Life Festival wird vom gemeinnützigen Verein Sharing the Presence e.V. organisiert und finanziert. Alle Künstler und Referenten treten ohne Honorar auf. Mehr Infos unter: [www.celebrate-life.info](http://www.celebrate-life.info) und [www.innerscience.info](http://www.innerscience.info)

EINLADUNG ZUM  
**SOMMERFEST  
MIT FLOHMARKT**

**Flohmarkt/Schärbe-Märt**

Der Erlös geht an Non-Profit-Projekte  
zur Bewältigung der Flüchtlingskrise



**Crêpes und Getränke**



**Ballone für Kinder**



**Infostand zu den Themen:**

Gesundheitscoaching

Transparente Kommunikation nach Thomas Hübl

InnerScience-Praxisgruppe in Basel

**SAMSTAG, 20. AUGUST 2016  
11 BIS 16 UHR / AHORN-APOTHEKE**

**Wir freuen uns auf ein gemeinsames Fest!**



**AHORN —  
APOTHEKE**

Frau Gabriela Zagula-Rufener  
Apothekerin FPH Offizinpharmazie

Ahornstrasse 24  
4055 Basel

T 061 301 48 88  
F 061 301 26 44

ahorn-apotheke@bluewin.ch  
www.ahorn-apotheke.ch