



# AKZEPTIERE was ist. Und auch was nicht ist.



Bildquelle: Adobe Stock Alessandria2802



Übungsvideos und weitere Informationen findest Du im Internet unter [www.lysosolutions.de](http://www.lysosolutions.de)

Diese Übung ist Bestandteil der Broschüre „Gesunde Selbstfürsorge“, Teil 2 aus der AlltagAktiv-Reihe.

<i>Spalte 1: Die Situation</i>	<i>Spalte 2: Nicht veränderbar</i>	<i>Spalte 3: Was mich z.B. wütend macht</i>	<i>Spalte 4: Veränderbar</i>
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....
.....	.....	.....	.....



Wenn Sie noch einen Block benötigen,  
wenden Sie sich an **Polina Wünsche**  
und bestellen sich ein neues Exemplar.



**Sanofi-Aventis Deutschland GmbH**  
Industriepark Höchst, K703 65926 Frankfurt  
**[polina.wuensche@sanofi.com](mailto:polina.wuensche@sanofi.com)**  
**Tel. 069 305 - 45976**