



**online-Workshop**  
**„Wege zur Wertschätzung: echt. lebendig. praktisch!“**

am Sonntag, den 15. Juni 2025  
14.00 – Uhr – ca. 18.00 Uhr

Wertschätzung ist keine Methode.

Wertschätzung ist eine Haltung, die natürlich in uns angelegt ist.

Anlässe gibt es viele. Zum Beispiel:

- Geburtstage, Jahrestage
- gemeinsam gemeisterte Schwierigkeiten
- überwundene Hürden
- um beinahe selbstverständlich hingenommen Qualitäten eines anderen anzuerkennen
- und einfach, um Ihr Leben heller und leichter zu machen und anderen etwas Gutes zu tun
- und nicht zu vergessen: die Wertschätzung für sich selbst!

Wertschätzung ist Medizin für die Seele. Und jeder von uns braucht diese Medizin.

Denn eines der vordringlichsten Bedürfnisse aller Menschen ist es, gesehen zu werden.

Und wenn Sie einem Menschen echte Wertschätzung entgegenbringen, wird dieser Mensch gesehen.

Und damit entstehen Nähe und Verbundenheit. Heilung geschieht

und wir spüren die Schönheit und Würde in unserem ganz natürlichen Menschsein.

**Im Workshop lernen Sie**

- Wertschätzung echt und authentisch auszudrücken
- Ihre ganz eigenen Worte zu finden für das, was Sie schätzen
- sich auf natürliche, für Sie stimmige Weise mitzuteilen

## Sie erfahren und genießen

- wie Heilung von innen nach außen stattfindet
- wie Beziehungen geheilt, gewärmt und gestärkt werden
- wie Sie sich für die Wertschätzung für sich selbst mehr und mehr öffnen
- wie eine tiefere Verbindung zu Ihnen selbst entsteht – und zu anderen Menschen
- wie Ihr Leben lichter und heller wird
- wie Ihre Gemütsverfassung eine fröhliche und zuversichtliche wird
- wie sich ein Gefühl von Getragensein und Einssein einstellt

## Ihr Gewinn

- Sie fühlen sich sicher und vorfreudig, den Menschen, die bedeutsam in Ihrem Leben sind, Ihre Wertschätzung auszusprechen.
- Sie haben 1-2 Beispiele, die Sie sofort umsetzen können.
- Sie wissen nun, wie leicht es ist, Wertschätzung auszudrücken und zu leben.
- Bonus: Workbook inklusive! Auch für alle zukünftigen Gelegenheiten, in denen Sie einem Menschen Wertschätzung ausdrücken möchten, unterstützt Sie ein strukturiertes Workbook, welches Sie im Seminar erhalten.
- ...UND:  
Sie sind sich selbst nähergekommen und haben auch Wertschätzung für sich selbst gefühlt!

### online-Workshop

### „Wege zur Wertschätzung: echt, lebendig und praktisch!“

**Termin:** Sonntag, der 15. Juni 2025 von 14.00 – ca. 18.00 Uhr

**Kosten:** 210,- € (inkl. MwSt.) Bitte beachten Sie auch die AGB auf [www.oppelt-consulting.com](http://www.oppelt-consulting.com).

**Bonus: inklusive Workbook gratis** (für Ihren persönlichen Gebrauch)

Sie erhalten Sie eine Anleitung, wie Sie das, was Sie am anderen (oder auch an sich selbst) schätzen, ganz leicht und natürlich auf den Punkt bringen können. So können Sie auch nach dem online-Workshop „dran bleiben“ und Wertschätzung ganz leicht und authentisch praktizieren!

**anmelden:** <https://www.oppelt-consulting.com/wertschaetzung-ist-medizin>

## Ihr Rahmen zu Hause

Bitte sorgen Sie für einen ungestörten Raum, in dem sie sich ganz einlassen können. (Seminarzeiten: siehe oben). Legen Sie bitte auch Papier und Stift bereit.

**Voraussetzung:** Ihre psychische Gesundheit.

Bitte beachten Sie, dass der online-Workshop keinen Ersatz darstellt für ärztliche, medizinische oder therapeutische Behandlung.

**Sind Sie dabei?**

**Öffnen Sie sich für die lebendige Energie der Wertschätzung?  
Sie macht Ihre Welt lichter und heller.**

**Ich freue mich auf Sie !**



*Siglinda Oppelt*

P.S. Der Workshop findet über Zoom statt:

Nähere Infos, wie Sie sich einwählen und teilnehmen können, finden Sie auf der nächsten Seite.

## Anhang

### **Technische Voraussetzungen: wie kannst Du dich einwählen /teilnehmen?**

Nach deiner Anmeldung zum online-Seminar wirst Du mit der Rechnung den Link zu unserem virtuellen Seminarraum erhalten.

Das Seminar findet auf der Plattform „Zoom“ statt.

Wenn Du zu den „alten Zoom-Hasen“ gehörst, kannst Du die nächsten Zeilen überspringen.

Wenn Du zum ersten Mal Zoom benutzt:

Klicke auf den Link (den Du mit deiner Anmeldebestätigung und Rechnung erhalten hast); das System installiert sich in wenigen Minuten selbst

- Dann wirst Du gefragt: „Wie möchten Sie an der Audiokonferenz teilnehmen?“  
Klicke auf „per Computer dem Audio beitreten“,
- Dann bist Du in unserem virtuellen Seminarraum;  
fahre nun mit der Maus über die schwarze Hintergrundfläche (Laptop) oder tippe den Hintergrund an (Tablet) und unten links (Laptop) bzw. oben rechts (Tablet) erscheint eine Symbolleiste.  
  
Stelle sicher, dass das Mikrofon und Deine Kamera freigeschaltet sind (also beides nicht mehr durchgestrichen ist). Dann können wir Dich sehen und hören.
- Damit Du die ganze Gruppe sehen kannst: oben rechts (wieder mit der Maus über den schwarzen Hintergrund fahren) erscheint ein Symbol mit kleinen Kästchen: klicke hier „Gallery view“ an.  
Auf dem Tablet findest Du dieses Symbol i.d.R. oben rechts.
- Und das war´s schon..

Ich werde am Seminartag auf jeden Fall **15 min eher** da sein,  
um Dir bei möglichen Schwierigkeiten zu helfen. Meine Tel.nr. für den Notfall: 0173/ 6701201.