

## Mirja Du Mont

„Nein“ sagen dürfen & Perfektion loslassen



### Programm-Idee

Medienprofi. Resilienz-Mentorin. Persönlichkeit mit Strahlkraft. Warum Mirja überzeugt: Authentisch, preisgekrönt, publikumsnah - sie vereint Entertainment-Talent mit Tiefgang und macht jedes Event zu einem besonderen Erlebnis.

Paket-Nummer: 0529492

Region:	 Gesamt-Deutschland
Teilnehmer:	 1 - 1.000 Teilnehmer
Verfügbarkeit:	 ganzjährig
Dauer:	 2 Stunden
Mögliche Sprachen:	 Deutsch, Englisch

**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

## Referent

# Mirja Du Mont

„Nein“ sagen dürfen & Perfektion loslassen

### Beschreibung

Seit über 25 Jahren ist Mirja du Mont fester Bestandteil der Entertainment-Szene. Ob Kino, Reality-TV oder Social Media - die Schauspielerin, Moderatorin und Autorin begeistert ein Millionenpublikum und erreicht über 70.000 Follower online.

Ihre TV-Projekte wurden zwei Mal mit dem Deutschen Fernsehpreis ausgezeichnet, zuletzt 2021 für „Showtime of my Life - Stars gegen Krebs“. 2025 sorgte sie als Gewinnerin von RTLs „Die Verräter - Vertraue niemandem!“ erneut für Schlagzeilen.

Ein Hörsturz, Angststörungen und zwei Hautkrebs-Diagnosen machten sie zur glaubwürdigen Botschafterin für mentale Gesundheit und Resilienz. Ihr Buch „Keine Panik, Blondie!“ (2021) und ihr Engagement bei der YES!CON zeigen, wie offen sie Tabus bricht und Menschen Mut macht.

#### Themen & Formate:

Keynotes & Panels: Mentale Gesundheit, Resilienz, Frauengesundheit, Work-Life-Balance

Moderationen: Galas, Award-Shows, Teleshopping & Corporate-Events

Reality-Storytelling: Gewinnerin „Die Verräter“ 2025, diverse TV-Formate

„Stark sein heißt echt sein“ - Women Empowerment & Resilienz

Selbstwert jenseits von Hochglanz

Mut zur Unperfektion als Karriere-Turbo

Familie, Job & Öffentlichkeit balancieren

Residenz-Techniken zum Mitnehmen

„Glow beginnt im Kopf“ - Beauty & Lifestyle - Innen & Außen

Ganzheitliche Schönheit

Mind-set & Self-Care-Routinen

Body Positivity & Altersdiversität

Alltagstäßliche Beauty-Hacks on & off-Camera

„Früh erkennen, mutig handeln“ - Gesundheit & Krebsprävention

Von der Diagnose zum Comeback

Warnsignale verstehen & handeln

Coping-Strategien bei Angst und Panik

Best-Practice für Betriebliche Gesundheitstage

„Glanz ohne Glam-Overkill“ - Moderation von Galas, Award-Verleihungen, Events & Firmenjubiläen

Eloquent & empathisch

Spontan, publikumsnah & professionell

Charmant norddeutscher Humor

authentisch & schlagfertig

### Anbieter-Bewertungen

1 abgegebene Bewertungen		4.67 von 5 Sternen
Preis/Leistungsverhältnis:		4.00 von 5 Sternen
Vollständigkeit der Leistungen:		4.00 von 5 Sternen
Freundlichkeit des Personals:		5.00 von 5 Sternen
Zutreffen der Beschreibung:		5.00 von 5 Sternen
Erwartungen erfüllt?		5.00 von 5 Sternen
Persönliches Engagement:		5.00 von 5 Sternen

**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

## Mirja Du Mont

„Nein“ sagen dürfen & Perfektion loslassen

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

[www.hirschfeld.de](https://www.hirschfeld.de) - Paket-Nr. 0529492



**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.