

# KATHARINA HOFER-SCHILLEN

Speakerin. Vortragende. Autorin.

*„Manchmal braucht es nur eine einzige  
Entscheidung, um ein komplett  
anderes Leben zu führen.“*

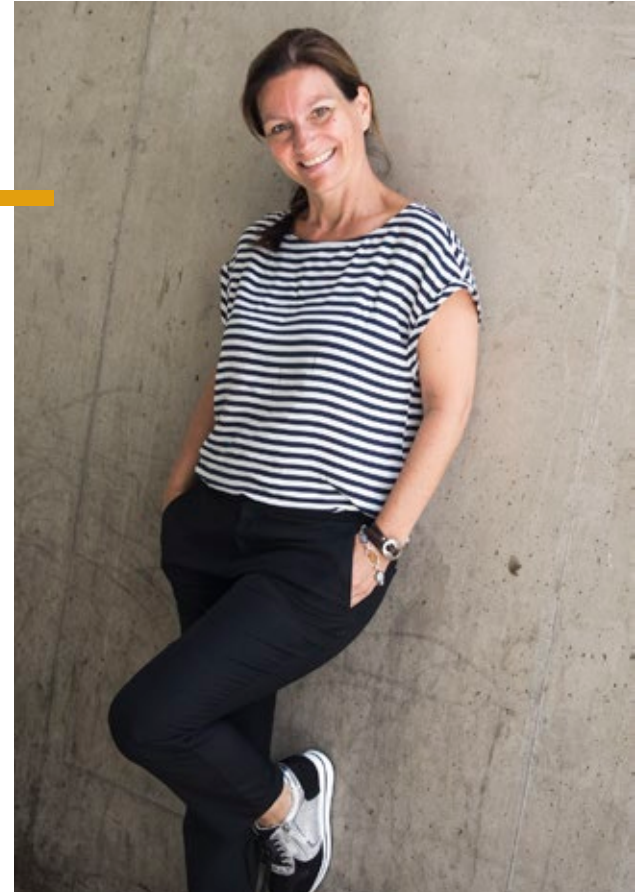


# DIE OPTIMIERERIN

---

Seit mehr als 20 Jahren lebt Katharina Hofer-Schillen ihre Berufung als Vortragende, Coach und Beraterin. Sie ermutigt ihre Zuhörerinnen und Zuhörer, den Gedanken eine neue Richtung zu geben. Dabei legt sie den Fokus darauf, dem Leben mehr Raum zu geben und Qualitätszeit zu schaffen.

Gerade berufstätigen Frauen und Müttern wird heutzutage viel abverlangt. Zu viele Erwartungen, zu viele Rollen, der Wunsch nach Perfektion. Welcher Mehrwert durch gelebte Work-Life-Balance entsteht und wie die Vereinbarkeit von Beruf, Familie und Freizeit alltagstauglich funktioniert, präsentiert Katharina Hofer-Schillen beeindruckend in ihren Vorträgen und Seminaren.





**Work-Life-Balance**

Wie die Vereinbarung  
im Alltag funktioniert

**How to make decisions**

Wie Sie die richtige  
Entscheidung treffen  
und Ihr Ziel erreichen

**Working Women**

Entspannt und  
erfolgreich

**Working Parents**

Gemeinsam das  
Familien- und  
Berufsleben rocken

**Stress stresst**

Zeit- und  
Prioritätenmanagement

**Führungskräfteseminar**

Familienbewusst führen

Weitere Themen auf Anfrage!

## KUNDEN & REFERENZEN

Ein Auszug

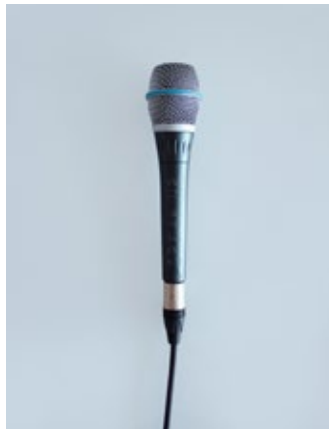
AMS • Business Frauen Center • WKO • Frau in der Wirtschaft • Berufsinformationszentrum • KABEG • Daimler AG • ProSiebenSat.1 Media AG • Antenne Bayern • ORF • Bayerischer Rundfunk und Fernsehen • NDR • ORF Radio Kärnten • Stadtwerke • Romantik Hotel Gmahl • Thermenhotel Ronacher \*\*\*\*\* • Familie & Beruf Management GmbH • IKEA • Bundesrechenzentrum • Österreichisches Verkehrsbüro • Sanofi • Der Sandwirth • dekoater GmbH • Weissenseer Holz-System-Bau GmbH ...



## KEYNOTES & VORTRÄGE

Ihre motivierende Lebendigkeit, ihre Haltung, ihr Humor, ihre Empathie, ihre Echtheit. Die gesamte Performance zeichnet die Erfolgsautorin aus. Mit Leidenschaft und klaren Worten präsentiert sie anhand von simplen Beispielen, wie man – mit ausgeprägtem Sinn für das Wesentliche, Mut zur Lücke und positivem Egoismus große Erleichterung im Alltag schafft und sowohl beruflich als auch privat wieder in die Kraft kommt.

Dabei gibt sie ihren Zuhörerinnen und Zuhörern praxisnahe Methoden und wertvolle Impulse an die Hand und vollendet den Auftritt mit dem Applaus eines begeisterten Publikums.



## WORKSHOPS & EVENTS



Als zertifizierter Business-Coach hält Katharina Hofer-Schillen zahlreiche Inhouse-Workshops. Die Inhalte sind inspirierend, authentisch, alltagstauglich und mit viel Bewusstseins-schaffung verbunden. Der Mehrwert für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ist enorm groß. Sie lernen interaktiv, ihr Potenzial zu erkennen, neue Möglichkeiten zu schaffen und sofort an ihrer Erfolgsstrategie zu arbeiten.



Ihr Buch „Die Mami-Challenge“ (Marie von Mallwitz Verlag, München) ist ein Topseller und verkauft sich seit 2017 bereits in der 4. Auflage. Als Erfolgsautorin, Ratgeberin und Work-Life-Balance-Expertin ist die zweifache Mutter gern gesehener Gast bei geschlossenen Veranstaltungen sowie in Talkrunden, Radio, Printmedien und Fernsehen im deutschsprachigen Raum. Ihre Lesungen sind ein Publikumsmagnet.





## BERUF, FAMILIE & FREIZEIT

Familie ist überall. Eltern, Geschwister, Kinder und Pflegeangehörige, aber auch enge Freunde. Mittlerweile steht die Vereinbarkeit an erster Stelle als wichtigster Faktor bei der Jobauswahl. Ein klarer Wettbewerbsvorteil für die Unternehmen, die das erkannt haben und entsprechend handeln.



Als lizenzierte Auditorin (Familie & Beruf Management GmbH, Wien) unterstützt Katharina Hofer-Schillen Unternehmen ab 5 MitarbeiterInnen dabei, familienbewusste Maßnahmen zu definieren, zu planen und zu evaluieren. Ziel ist es, eine familienfreundliche Gesamtstrategie für das Unternehmen zu erarbeiten. Als Anerkennung erhält das Unternehmen die Auszeichnung „Wir sind ein familienfreundlicher Arbeitgeber!“, das staatliche Gütesiegel des Bundesministeriums.

**Wertschätzung, Image und Wirtschaftlichkeit ist das Ziel, was dieses Audit vereint.**



Familienfreundlichkeit wird gefördert. Infos: [www.berufundfamilie.at](http://www.berufundfamilie.at)

## PRESSESTIMMEN

Ein Auszug



„Durchatmen – Katharina Hofer-Schillen ist eine Macherin.  
„Nicht jammern, sondern ändern“, ist ihre Maxime.

**WOMAN**

„Wie man es mit einfachen Mechanismen schafft, im Job  
gut aufgestellt zu sein und erfolgsorientiert und vor allem  
motiviert zu arbeiten, zeigt Katharina Hofer-Schillen sehr  
beeindruckend in ihren Seminaren.“

**DIE MANAGERIN**

„ICH-Zeit ist keine Verschwendung, sondern Energiegewinnung.“

**ELTERN FAMILY**

„Sie würden sich sofort mehr Freiräume schaffen und Druck aus Ihrem  
Leben nehmen, wenn Sie den Kindern mehr Verantwortung übertragen  
und dem Perfektionismus den Kampf ansagen.“

**BUNTE**

„Wichtig sind effektives Zeit- und Prioritätenmanagement, klare  
Strukturen und bewusste Auszeiten. Man muss den Alltag ins Leben  
integrieren.“

**UNTERNEHMERIN**



THE BEST OF  
INSPIRATION

## FÜR IHREN ERFOLG

Sie möchten Ihre Kundenveranstaltung zu einem besonderen Erlebnis machen?

Sie möchten Verantwortung für Ihr Team übernehmen?

Dann nehmen Sie Kontakt mit mir auf.

Ihre

*Katharina Hofer-Schillen*

### KONTAKTDATEN

+43 650 4356705

[info@katharinahoferschillen.com](mailto:info@katharinahoferschillen.com)

[www.katharinahoferschillen.com](http://www.katharinahoferschillen.com)