



Tetje Mierendorf

„Verantwortung übernehmen und machen, machen, machen!“

Tetje Mierendorf ist Schauspieler, Sänger und Sprecher und wurde dem TV-Publikum bundesweit als „Großer dicker peinlicher Verlobter“ bekannt. Fortan war er der lustige Dicke im Fernsehen in Sendungen wie Schillerstraße, Frei Schnauze, Tatort, Großstadtrevier, drehte Filme und spielte in zahlreichen Musicals. Als seine Tochter 2 Jahre alt war, wachte er eines Morgens auf und wollte nach einem prägenden Erlebnis einfach nicht mehr dick sein, sondern noch lange für seine Familie leben. Er krepelte seinen Lebensstil komplett um und verlor fast 70 Kilogramm. Er änderte seine Ernährung und treibt jeden Tag Sport. Trotz eines hohen Arbeitspensums und Familienlebens baut er Bewegung in seinen Alltag ein und hält sein Gewicht. Nur durch Übernehmen von Verantwortung und Anpacken ist es möglich, jedes noch so weit entfernte Ziel zu erreichen. Das beste Beispiel steht hier!

Themen

Seit fast 25 Jahren ist Tetje Mierendorf in der Unterhaltungsbranche tätig und arbeitet als Schauspieler, Sänger, Sprecher, Moderator und Musicaldarsteller. Wie man jedes Ziel gegen alle Widerstände erreichen kann, erklärt er mit Witz und Charme in seinen Vorträgen, die viele Menschen schon inspiriert haben, ihr Leben in die Hand zu nehmen und sich nicht mehr wie ein totes Stück Holz treiben zu lassen. Denn das größte Hindernis sind wir selbst!

Wie bin ich geworden, was ich bin?

- Klarheit über die eigene Person - wer bin ich eigentlich wirklich?
- Was sind die Gründe für mein eigenes Verhalten?
- Welche meiner Eigenschaften wurden mir nur „aufgedrückt“?

Verantwortung übernehmen

- Das eigene Leben in die Hand nehmen und nicht mehr Spielball sein
- Aufhören mit dem Selbstbetrug
- Respekt vor sich selbst lernen. Nur wenn ich mich selbst ernst nehme, können es auch andere
- Das selbst gesetzte Ziel in Angriff nehmen und konsequent verfolgen
- Die Komfortzone verlassen und auch lieb gewordene Gewohnheiten aufgeben
- Verantwortung macht Spaß!

Wer sich keine Zeit für die Gesundheit nimmt, dem wird durch Krankheit Zeit genommen

- Schlechte Gewohnheiten knacken!
- Veränderung ist eine lebenslange Aufgabe
- Wer keine Ziele mehr hat, ist schon tot, bevor er gestorben ist

Referenzen & Presse

Tetje Mierendorf spielte die Titelrolle in „Mein großer dicker peinlicher Verlobter“, war ständiges Mitglied der „Schillerstraße“ und von „Frei Schnauze“, mehrfach Gast bei „Genial daneben“ und „durchgedreht“, spielte im „Tatort“, im „Großstadtrevier“, beim „Landarzt“, im „Marienhof“, bei „Zack!“, war Moderator der Sendung „Der Glücksvollzieher“, trat Regelmäßig im Quatsch Comedy Club auf, sang in unzähligen Musicals wie z.B. „Buddy“, „Cats“, „Das Wunder von Bern“, „Hairspray“, „Sister Act“, „Grease“, „Der kleine Horrorladen“, „The Rocky Horror Show“, „Der Zauberer von Oz“ u.v.a.m.

Außerdem arbeitet er seit 1996 als professioneller Sprecher. Man kennt seine Stimme aus Hunderten Dokumentationen, unzähligen Filmen, Serien und Werbungen. Darüber hinaus ist er als Autor tätig und schreibt Synchronbücher.

Auszeichnungen:

Deutscher Comedypreis 2005 mit „Schillerstraße“
Deutscher Fernsehpreis 2005 mit „Schillerstraße“
Goldene Rose von Luzern 2005 mit „Schillerstraße“
Deutscher Comedypreis 2007 mit „Frei Schnauze“
Student Academy Award „Oscar“ mit „Die rote Jacke“

„Tetje Mierendorf: Groß, dick im Geschäft, gar nicht peinlich“ **Hamburger Abendblatt**

Inspiration

„Mich inspirieren schon immer Menschen, die ihr Ziel klar vor Augen haben und die wissen, wohin sie wollen, ohne dabei den Blick nach links und rechts zu verlieren und zu schauen, welche Auswirkungen das eigene Handeln auf andere hat. Jede Aktion bewirkt eine Reaktion und definiert uns als Mensch. Jeder einzelne trägt die Verantwortung für sich und für diese Welt.“