

# Friederike Lenz

PR-Managerin / Pressesprecherin



Frankfurt am Main, Deutschland · f.lenz@gmx.de · +49 173 9912 4480 · linkedin.com/in/friederikelenz

PR-Managerin mit neun Jahren Erfahrung in Unternehmens- und Krisenkommunikation. Verantwortete als Pressesprecherin bei der Deutschen Bahn die Kommunikation des Fernverkehrs – rund 260 Medienanfragen pro Quartal. Stark in Krisenkommunikation, Pressearbeit und der Positionierung von Vorständen als Thought Leader.

## Erfahrung

Sept. 2021 – Gegenwart

**Pressesprecherin Fernverkehr**, Deutsche Bahn AG, Frankfurt am Main

Pressesprecherin für den Geschäftsbereich Fernverkehr mit Fokus auf Medienarbeit und Krisenkommunikation.

- Bearbeitung von durchschnittlich **260 Medienanfragen pro Quartal** von Print, TV und Online
- Steuerung der Krisenkommunikation bei **3 Großstörungen** mit je über 100.000 betroffenen Reisenden
- Positionierung des Fernverkehrs-Vorstands in **18 Interviews** (Handelsblatt, FAZ, Spiegel, ZDF) pro Jahr
- Redaktion der Quartals-Pressemitteilungen mit Reichweite von **1.200+ Medienerwähnungen** im Jahr 2025

Apr. 2018 – Aug. 2021

**PR-Managerin**, Edelman Germany, Frankfurt am Main

Betreuung der PR-Etats für Kunden aus den Bereichen Technologie und Finanzen.

- Steuerung des PR-Etats für **Microsoft Deutschland** - Medienreichweite von 340 Mio. Kontakten pro Jahr
- Organisation von **8 Pressekonferenzen und 12 Hintergrundgesprächen** pro Jahr
- Aufbau eines Journalistennetzwerks mit **150+ Kontakten** in Wirtschafts- und Tech-Medien

Juni 2016 – März 2018

**Junior PR-Beraterin**, fischerAppelt, Hamburg

Unterstützung in der Pressearbeit und Event-Kommunikation für Kunden aus der Konsumgüterindustrie.

- Verfassung von **40+ Pressemitteilungen pro Jahr** mit einer Aufgreifquote von 62 %
- Betreuung der Pressearbeit auf **3 Fachmessen** (dmexco, Internorga, Anuga)

## Bildung

Okt. 2014 – Mai 2016

**Master of Arts in Kommunikationsmanagement**, Universität Leipzig, Leipzig

Masterarbeit über *Krisenkommunikation in der Mobilitätsbranche* - Note: **1,2**.

Okt. 2011 – Sept. 2014

**Bachelor of Arts in Publizistik**, Johannes Gutenberg-Universität Mainz, Mainz

Abschlussnote: **1,6**. Studienbegleitendes Praktikum beim ZDF in der Redaktion Wirtschaft und Börse.

## Fähigkeiten

Unternehmenskommunikation & Pressearbeit, Krisenkommunikation, Medientraining & Spokesperson-Coaching, Pressemitteilungen & Redenschreiben, Journalistennetzwerk (Print, TV, Online), Event- und Messekommunikation, Monitoring & Medienresonanzanalyse (Meltwater), Social-Media-Kommunikation (LinkedIn, X), Stakeholder-Management

## Zertifizierungen

Sept. 2020

**DPRG-Kommunikationsmanager/in**, Deutsche Public Relations Gesellschaft

## Sprachen

Deutsch (Muttersprache), Englisch (C2), Französisch (B2)

## Projekte

Juli 2024 – Sept. 2024

### **Krisenkommunikation Streckensperrung Rheintalbahn - Deutsche Bahn**

Koordination der gesamten externen Kommunikation während der 8-wöchigen Vollsperrung der Rheintalbahn.

- Steuerung von **3 Pressekonferenzen** und täglichen Medien-Briefings über 56 Tage
- Erreichung einer **78 % positiven Tonalität** in der Berichterstattung trotz massiver Einschränkungen
- Koordination mit **4 internen Abteilungen** und 2 Landesregierungen

Okt. 2019 – Feb. 2020

### **Microsoft Surface Launch PR - Edelman**

PR-Kampagne für den Deutschland-Launch des Microsoft Surface Pro 7.

- Organisation einer Launch-Veranstaltung mit **45 Journalisten und 20 Influencern**
- Medienreichweite von **82 Mio. Kontakten** im Kampagnenzeitraum

## Referenzen

**Dr. Stefan Allgöwer**, Leiter Unternehmenskommunikation, Deutsche Bahn AG, s.allgoewer@deutschebahn.com, +49 172 8814 5590

**Katharina Bergfeld**, Managing Director, Edelman Germany, k.bergfeld@edelman.com, +49 160 9471 2283

## Außerschulische Aktivitäten

Jan. 2023

### **Vorstandsmitglied - Presseklub Frankfurt**

Organisation monatlicher Vortragsabende mit Gästen aus Politik, Wirtschaft und Medien. Durchschnittlich 45 Teilnehmende pro Veranstaltung.

Juni 2024

### **Jurorin - Deutscher PR-Preis**

Jury-Mitglied in der Kategorie Krisenkommunikation. Bewertung von 32 eingereichten Kampagnen.