

Midlife Upgrade

Ihre Expertin in Sachen  
mentaler Gesundheit



**Kompetenz  
sichern in jeder  
Lebensphase**



# Die Herausforderung

## Wen betrifft es?

In Deutschland befinden sich über 11 Millionen Frauen zwischen 40 und 59 Jahren potenziell in den Wechseljahren. Rund 80 Prozent von ihnen sind erwerbstätig.

## Warum ist es relevant?

Für Unternehmen, insbesondere in Branchen mit hohem Frauenanteil wie Bildung, Gesundheit, Pflege und Dienstleistungen, bedeutet das: Ein bewusster und offener Umgang mit dieser Lebensphase ist entscheidend, um Fachkräfte langfristig zu binden und ihre Expertise zu sichern.



**Jede 2.  
erwerbstätige Frau  
in Deutschland ist  
betroffen!**

## Folgen für Unternehmen, die nichts unternehmen

Der deutschen Wirtschaft entstehen jährlich **Kosten von 9,4 Milliarden Euro** und fast **40 Millionen Fehltage** durch wechseljahresbedingte Auswirkungen wie

- körperliche und geistige Erschöpfung
- Schlafstörungen
- Reizbarkeit

# Die Lösung

## Sensibilisierung

Aufklärung aller Mitarbeitenden

Normalisierung der Wechseljahre und Aufnahme in reguläres BGM

Aufklärung physische und psychische Symptomatik und Auswirkungen am Arbeitsplatz



## Führungskräfte

Workshops u. a. zu den Themen

- Führung erfahrener Mitarbeiterinnen
- Ansprechen sensibler Themen
- Werteververschiebung in der Mitte des Lebens

## Betroffene

Austausch & Begleitung

- Geschützte Austauschformate für Betroffene
- 4-wöchige Online Masterclass
- Individuelle Coachingtickets





# Das sagen Kundinnen

## Dr. Heidelinde Jetzinger

**Direktorin Entwicklung Energiesystem  
Systems Engineering**

Margit ist durch ihre jahrelange Erfahrung eine perfekte Trainerin mit einer außergewöhnlichen Begabung auf die individuellen Belange des Coachees ein zu gehen. Sie hat mich tief beeindruckt, wie sie die Bandbreite Trainer, Coach, Psychologin, Sparring Partner, Mutter, Ehefrau und Mensch abdeckt.



## Sabine Trotnow

**Head of HR Development & Performance Eurowings**

Was die Zusammenarbeit mit Margit insbesondere auszeichnet, ist der offene, produktive und ergebnisorientierte Austausch, der stets von Vertrauen und hoher Professionalität geprägt ist. Ihre strategischen Einsichten und ihr praxisnaher Ansatz haben unsere gemeinsamen Projekte auf ein neues Level gehoben.

## Sabine Zimmer

**#FemaleHRexcellence**

Margits Begleitung hat mich gestärkt und mich die Möglichkeiten und Chancen entdecken lassen, vor allem aber hat sie mich mit allen Sinnen fühlen lassen, dass alles möglich ist, wenn man ein Vision zur Mission werden lässt.



# Über mich



Als Wirtschaftspsychologin,  
Dipl. systemische Leadership-  
und BusinessCoach,  
zertifizierte Burnoutberaterin  
und über 30 Jahren Expertise  
als Führungskraft und in der  
Führungskräfteentwicklung  
verbinde ich  
wissenschaftliche  
Erkenntnisse mit praxisnahen  
Angeboten. Für schnelle und  
nachhaltige Wirkung.

## Kontakt

**Margit Weinert**

**Wirtschaftspsychologin M. Sc.**

Michael-Huber-Weg 14  
81667 München  
Deutschland

+49 173 4070323

[contact@weinertconsulting.com](mailto:contact@weinertconsulting.com)

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

