

Produkt-News

Frauengesundheit in Unternehmen stärken: Nutzen Sie das GB|Woman-Paket zur Unterstützung in den Wechseljahren

Rund 9 Millionen Arbeitnehmerinnen in Deutschland befinden sich in den Wechseljahren – ein Thema, das oft unterschätzt wird. Hormonelle Veränderungen beeinflussen nicht nur das Wohlbefinden, sondern auch die Leistungsfähigkeit. In vielen Unternehmen sind die Wechseljahre nach wie vor ein Tabuthema – das muss sich ändern.

Gesundheit Bewegt setzt mit dem **GB|Woman-Paket** ein klares Zeichen für mehr Awareness und bietet Firmen und Krankenkassen konkrete Lösungen im Betrieblichen Gesundheitsmanagement an.

Awareness schaffen: Die Wechseljahre aus der Tabuzone holen

Die Wechseljahre betreffen nicht nur die betroffenen Frauen, sondern wirken sich auf Teams, Führungskultur und die gesamte Arbeitswelt aus. Trotzdem wird das Thema oft verdrängt. Ein erster wichtiger Schritt ist daher, **das Bewusstsein für diese Lebensphase zu schärfen**.

Gesundheit Bewegt bietet hierfür ein umfangreiches Set an Vorträgen zusammen mit renommierten Expertinnen wie Theresa Härter, Cornelia Wanke, Benita Yon, Birgit Schweyer, die praxisnah aufklären und konkrete Lösungen aufzeigen:

- Wechseljahre am Arbeitsplatz – ein offener Dialog
- Power in der Menopause: Umgang mit den Wechseljahren im Unternehmen
- Hormonbalance und Resilienz stärken für Frauen ab 40
- Die unsichtbare Last: Mental Load und die Kraft der Selbstfürsorge
- Ernährung, Wechseljahre und Menopause

Diese und weitere Vorträge liefern nicht nur wertvolles Wissen, sondern sind ein Start in eine neue Gesprächskultur in Unternehmen.

Unser 3in1-Komplettpaket für Unternehmen

Neben der Sensibilisierung über Vorträge setzt Gesundheit Bewegt auf konkrete Maßnahmen, um Frauen aktiv in dieser Lebensphase zu unterstützen.

- Ein ausgewählter **Vortrag** zur Einführung in das Thema
- **Praktische Gesundheitschecks vor Ort**, um hormonelle Veränderungen frühzeitig zu erkennen
- **Die WomanBalance-App** mit digitalen Lerninhalten, die Frauen helfen, ihren Alltag besser zu gestalten

Das modulare GB|Woman-Paket besteht aus drei flexiblen Bausteinen, die sich individuell in bestehende BGF/BGM-Konzepte integrieren lassen. Unternehmen profitieren von einer einfachen Implementierung, messbaren Ergebnissen und zufriedenen Mitarbeiterinnen.

Buchen Sie 1, 2 oder 3 Bausteine – passend zu Ihren Zielen.

Machen Sie den ersten Schritt

Die Wechseljahre sind keine Randnotiz, sondern ein wichtiges Thema im Betrieblichen Gesundheitsmanagement. **Gesundheit Bewegt** unterstützt Unternehmen dabei, Gesundheitskompetenz zu fördern und Arbeitswelten nachhaltiger zu gestalten.

**Tu was – gesund leben, gesund arbeiten, gesund älter werden.
Lassen Sie uns gemeinsam das Tabu brechen.**

Kontakt: Claudia Eigel | ce@gesundheit-bewegt.com | +49 176 609 38 789