

PRESSEMITTEILUNG

Die letzte Generation, die die Wechseljahre überrascht

August Collective startet in Kirchheim unter Teck mit Begleitung für Frauen in der Lebensmitte

Kirchheim unter Teck, 1. August 2026

Müde, vergesslich, dünnhäutig, und der leise Gedanke: Mit mir stimmt etwas nicht. So beschreiben viele Frauen Mitte vierzig ihren Alltag. Dass hinter diesen Beschwerden die Wechseljahre stecken können, erfahren die meisten spät. Genau hier setzt August Collective an, das ab August 2026 Frauen in der Lebensmitte begleitet.

Rund 13 Millionen Frauen in Deutschland sind zwischen 40 und 62 Jahre alt. In einer Befragung erlebten 86 Prozent der Frauen in dieser Phase Beschwerden, am häufigsten Hitzewallungen und Schwitzen (62 Prozent), Schlafstörungen (58 Prozent) und Reizbarkeit (48 Prozent) (DAK-Gesundheit, Whitepaper Wechseljahre, 2025). Gesprochen wird darüber wenig: 48 Prozent finden es unangenehm, das Thema beim Arbeitgeber anzusprechen (DAK-Gesundheit, Whitepaper Wechseljahre, 2025).

Die Wechseljahre bleiben nicht zu Hause. Viele Frauen spüren die Auswirkungen gerade im Beruf: Der Schlaf fehlt, die Konzentration lässt nach, und schnell kommt der Gedanke, man lasse nach. Dabei braucht es oft gar nicht viel. Zu verstehen, was gerade passiert. Mit jemandem darüber zu sprechen. Und ein paar kleine Schritte, die den Alltag wieder leichter machen.

Ein Satz, der hängen blieb

Für Gründerin Michaela Mutka-Wasling wurde ein Satz zum Antrieb, den sie bei einem Vortrag der britischen Initiative Henpicked hörte: Wir sollten die letzte Generation sein, die die Wechseljahre überrascht. „Der Satz ist nicht von mir, aber er beschreibt genau, warum es August Collective gibt“, sagt sie.

Sie kennt die Suche aus eigener Erfahrung. „Ich dachte mit Mitte vierzig, ich hätte ein Burnout. Ich war müde, schlief schlecht, im Meeting fehlte mir mitten im Satz das Wort. Dass ein großer Teil davon die Wechseljahre waren, habe ich erst viel später verstanden“, sagt die Schwedin, die zuvor über 25 Jahre in der internationalen Modebranche gearbeitet hat.

Klarheit statt Rätselraten

August Collective begleitet Frauen zwischen 40 und 60 in Einzelgesprächen und in kleinen Gruppen. Das Gruppenprogramm Next Chapter Circle startet Anfang Oktober 2026 mit sechs Terminen und maximal acht Teilnehmerinnen. Es verbindet Wissen über die Wechseljahre mit der Frage, wie Frauen ihren beruflichen und persönlichen Weg in dieser Phase neu ausrichten. Kostenfreie Mini-Workshops geben ab dem 13. August einen ersten Einblick.

Wichtig ist der Gründerin die Abgrenzung: „Ich stelle keine Diagnosen und ersetze keine ärztliche Behandlung. Ich helfe Frauen zu verstehen, was gerade passiert, die richtigen Fragen für ihr Arztgespräch zu sortieren und den Teil anzugehen, der über Medizin hinausgeht.“

Über August Collective

August Collective wurde im Oktober 2025 von Michaela Mutka-Wasling gegründet und hat seinen Sitz in Kirchheim unter Teck. Das Angebot umfasst systemisches Coaching für Frauen zwischen 40 und 60 Jahren

(Einzelbegleitung, Next Chapter Circle, Workshops) sowie Beratung für Arbeitgeber zu Sensibilisierung, Führungskräfte-Training und Policy. Weitere Informationen: www.august-collective.org

Quellen

DAK-Gesundheit, Whitepaper Wechseljahre, 2025: Online-Befragung von 2.500 erwerbstätigen Frauen zwischen 40 und 62 Jahren in Deutschland.

HWR Berlin, MenoSupport-Befragung DACH, 2025 (Prof. Dr. Andrea Rumler): Befragung zum Erleben der Wechseljahre am Arbeitsplatz, Deutschland-Teil n = 2.119.

HWR Berlin, 2025: Schätzung der volkswirtschaftlichen Folgen in Deutschland.

Fawcett Society, Menopause and the Workplace, 2022: repräsentative Befragung von 4.000 Frauen in Großbritannien.

Pressekontakt

August Collective · Michaela Mutka-Wasling, Gründerin

Im Nägelestal 26 · 73230 Kirchheim unter Teck

contact@august-collective.org · +49 155 6329 3457 · www.august-collective.org

Abdruck honorarfrei. Bildmaterial auf Anfrage. Über ein Belegexemplar freuen wir uns.