

## Antrag

der Fraktion Bündnis 90/Die Grünen

### **Gestärkt in die Wechseljahre – Arbeitsbedingungen verbessern**

Das Abgeordnetenhaus wolle beschließen:

Wechseljahresbeschwerden betreffen einen Großteil von Frauen und FLINTA\*-Personen mittleren Alters und wirken sich häufig negativ auf das Arbeitsumfeld und die berufliche Leistungsfähigkeit aus. Der Senat wird aufgefordert, einen Aktionsplan für eine bessere Vereinbarkeit von Wechseljahren und Arbeitsleben zu erarbeiten. Der Berliner Aktionsplan soll enthalten:

- eine Informations- und Sensibilisierungskampagne für Arbeitgeber\*innen und für den öffentlichen Dienst, zum Beispiel auch durch Sensibilisierung für das Thema bei bestehenden Beratungsangeboten für Arbeitgeber\*innen.
- Die zeitnahe Fortführung der IFAF-Studie „MenoSupport“ oder Förderung einer weiteren Studie, um zu eruieren, wie viele Frauen in Berlin betroffen sind, um ökonomische Auswirkungen zu untersuchen und um Bedarfe von Arbeitnehmer\*innen in den Wechseljahren am Arbeitsplatz zu ermitteln. Es soll ein Fokus auf mehrfach diskriminierte Frauen gelegt werden.
- Die Entwicklung einer Wechseljahres-Strategie für die öffentliche Verwaltung Berlins, nach dem Vorbild Großbritanniens oder auf Grundlage der Ergebnisse der Studie „MenoSupport“ des IFAF. Dabei sollen die spezifischen Arbeitskontexte im öffentlichen Dienst des Landes berücksichtigt werden (z. B. Schulen, Kitas, Sicherheitskräfte, weitere landeseigene Betriebe).
- Die Entwicklung eines Handlungsleitfadens für die Privatwirtschaft, der sich an den Ergebnissen der IFAF-Studie „MenoSupport“ orientiert.

Zudem soll sich der Senat auf Bundesebene für eine deutschlandweite Wechseljahres-Strategie in der Arbeitswelt einsetzen.

Dem Abgeordnetenhaus ist bis zum 31. August 2026 zu berichten.

### ***Begründung***

In Berlin befinden sich schätzungsweise bis zu eine halbe Million Frauen in den Wechseljahren. Der Prozess der Wechseljahre beginnt mit der Prä- und Perimenopause, einer Übergangsphase mit hormonellen Veränderungen und unregelmäßigen Menstruationszyklen. Diese Phasen der physischen und psychischen Veränderungen werden als Wechseljahre bezeichnet.

Viele Frauen leiden während der Wechseljahre unter einer Vielzahl an Beschwerden wie körperlicher und geistiger Erschöpfung, Schlafstörungen, Reizbarkeit, depressiven Verstimmungen, Hitzewallungen und Problemen mit der Sexualität, die oft über Jahre hinweg anhalten und den Alltag sowie den Beruf stark beeinträchtigen. Neben den persönlichen Belastungen entstehen auch erhebliche wirtschaftliche Schäden, etwa durch Arbeitsausfälle. Unbehandelte Wechseljahresstörungen führen dazu, dass die Frauen sich weniger konzentrieren können. Auch die Rentenlücke von Frauen nimmt durch die Beschwerden in den Wechseljahren zu. Trotz der weitreichenden Auswirkungen bleibt das Thema – ähnlich wie Menstruationsbeschwerden – am Arbeitsplatz stark tabuisiert. Laut einer repräsentativen Umfrage aus dem Jahr 2023 sprechen nur 47 % der betroffenen Frauen offen darüber, obwohl 93 % von Beschwerden berichten. Mehr als die Hälfte der Frauen fühlt sich vom Arbeitgeber kaum unterstützt, und ein Drittel denkt wegen der Beschwerden über berufliche Veränderungen nach.

Um den Umgang mit Wechseljahresbeschwerden in der Arbeitswelt zu verbessern, braucht es dringend Aufklärung, Forschung und wirksame Maßnahmen. In Deutschland fehlt bislang eine umfassende Strategie, es mangelt an Wissen, Ressourcen und Unterstützung für betroffene Frauen im Arbeitsleben. Beispielsweise könnten durch Ruheräume oder die Integration des Themas in die Personaljahresgespräche Verbesserungen erzielt werden.

Berlin, den 28. April 2026

Jarasch      Graf      Haghanipour      Wapler  
und die übrigen Mitglieder der Fraktion  
Bündnis 90/Die Grünen