



FÜR UNTERNEHMEN · B2B-LIZENZEN

Stark im Kopf. Stark im Job.

Der Mental Fitness Club, das digitale Mental-Fitness-Programm für Unternehmen, die ihre Mitarbeitenden wirklich stärken wollen. Strukturiert, präventiv, alltagstauglich.

WARUM JETZT

Was ungelöster mentaler Druck kostet.

Mentale Belastung ist kein weiches Thema, sondern ein Kostenfaktor: sichtbar im Krankenstand, in der Fluktuation und in jedem Kundenkontakt. Die Zahlen steigen, sie sinken nicht.

Platz 2

der häufigsten Ursachen für Arbeitsausfälle (2025). Psychische Erkrankungen haben Muskel-Skelett-Probleme überholt.

+6,9 %

mehr psychisch bedingte Fehltagge als im Vorjahr, auf rund 366 Tage je 100 Versicherte.

33

AU-Tage dauert ein psychischer Krankheitsfall im Schnitt, also rund 6 Wochen: lange, teure Ausfälle.

Quelle: DAK Krankenstands-Analyse 2025 (Rang & Anstieg); DAK-Psychreport 2025 (Falldauer).

DIE EINORDNUNG

Der MFC schließt die Lücke.

EAP-Hotline, Wellness-App und Therapie decken jeweils nur einen Teil ab. Was dazwischen fehlt: ein Programm, das wirkt und alltagstauglich ist.

	REICHWEITE	WIRKTIEFE	ALLTAG
EAP-Hotline	nur Krise	punktuell	Hemmschwelle
Wellness-App	breit	oberflächlich	niedrigschwellig
Therapie	Einzelfall	hoch	Wartelisten · Stigma
Mental Fitness Club	ganzes Team	tief	im Alltag nutzbar

DIE DREI SÄULEN

Das Gym für den Kopf.

SÄULE 01 · ENDURANCE

Mentale Ausdauer

Den Kopf klar halten, auch wenn der Tag lang wird. Fokus, der nicht nach dem dritten Meeting kippt.

SÄULE 02 · RESILIENCE

Emotionale Kraft

Stabil bleiben, wenn der Druck steigt: nicht abstumpfen, nicht überreagieren, handlungsfähig bleiben.

SÄULE 03 · FLEXIBILITY

Innere Beweglichkeit

Aus alten Mustern raus, neue Wege finden. Veränderung wird erfahrbar gemacht, nicht nur erklärt.

Micro-Resets
2 bis 5 Min

Daily Sessions
8 bis 15 Min

Tiefen-Sessions
25 bis 40 Min

Erklärvideos
3 bis 7 Min

MFC LIVE
75 Min ·
monatlich

FÜR DAS UNTERNEHMEN

Niedrige Hürde. Echte Tiefe. Wenig Aufwand.

Wenig Aufwand für HR

- Schlüsselfertiges Rollout, Onboarding-Paket inklusive
- Zugangslink fürs Team: Sie müssen nichts erklären
- Start in der Regel innerhalb von 7 Werktagen

Diskret & anonym

- Freiwillig, kein Pflichttraining, kein Stigma
- Keine öffentlichen Logins, keine Teilnehmerlisten
- HR-Reporting nur aggregiert, ohne Personenbezug

EARLY-BIRD · NUR VOR LAUNCH 1. JULI 2026

29 € statt 49 €

pro Mitarbeiter / Monat · dauerhaft für die
gesamte Laufzeit

- 12 Monate Laufzeit, jährliche Abrechnung
- Keine Setup-Gebühren, keine Pro-Login-Aufschläge
- Ab 100 Lizenzen zusätzliche Sonderkonditionen
- Nach dem 1. Juli 2026 gilt ausschließlich der reguläre Preis

VERTRAUT VON TEAMS & ORGANISATIONEN WIE

SAP · IHK · BVMW · McDonald's Kinderhilfe · Move Elevator · Wbl · Das Futterhaus

Seit 2018 aktiv · **8.000+** Coaching- & Trainingsstunden · **rund 97 %** Weiterempfehlung

Hinter dem MFC steht ein Team aus psychologischen Berater:innen, Mentaltrainern und einem Therapeuten mit Heilerlaubnis. Fundierte Methoden aus Psychologie und Neurowissenschaft, keine Esoterik.

IHR NÄCHSTER SCHRITT

Demo buchen: 30 Min, unverbindlich.

mentalfitnessclub.de/demo

In 30 Minuten wissen Sie, ob der MFC zu Ihnen passt.

