

# Altersgerecht oder alternsgerecht?

**D**as „n“ macht den kleinen Unterschied aus. Altersgerechte Maßnahmen sind solche, die älteren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern helfen. Denn die altersgerechte Arbeitsgestaltung berücksichtigt die Veränderungen der physischen und psychischen Leistungsfähigkeit bei älteren Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern. Durch gezielte Maßnahmen werden die Arbeitsanforderungen dem geänderten Leistungsvermögen ange-

passt. Durch altersgerechte Arbeitsgestaltung werden Veränderungen im Alter wie z. B. die Abnahme des Sehvermögens oder der Muskelkraft ausgeglichen (kompensatorischer Ansatz). Die alternsgerechte Arbeitsgestaltung nimmt den Zeitfaktor in den Blick und verfolgt das Ziel, die Arbeitsfähigkeit für die gesamte Dauer der Erwerbstätigkeit zu erhalten und zu fördern. Dabei sollen Unter- und Überforderung sowie dauerhafte Leistungseinbußen ver-

mieden werden. Maßnahmen des alternsgerechten Arbeitens sollen sicherstellen, dass auch Ältere produktiv und innovativ bleiben können. Der Ansatz der alternsgerechten Arbeitsgestaltung ist vorbeugend (präventiver Ansatz). Ein Betrieb braucht immer beides: Alters- und alternsgerechte Arbeitsgestaltung, um die Arbeitsfähigkeit der ArbeitnehmerInnen langfristig zu erhalten. Im Folgenden finden sich Beispiele, die den Unterschied erläutern sollen.

## Gestaltungstipps für altersgerechtes Arbeiten

Physiologische Veränderungen	Altersgerechte Anpassung von Arbeitsplatz und Arbeitsumgebung
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Abnahme des Sehvermögens, verminderte Akkommodation (= die Fähigkeit der Augenlinse, sich auf Nah- und Fernsicht einzustellen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Stärkere Beleuchtung               <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 50 Prozent mehr Beleuchtung für Beschäftigte zwischen dem 40. und 55. Lebensjahr</li> <li>◆ 100 Prozent mehr Beleuchtung für Beschäftigte über 55 Jahre</li> </ul> </li> <li>◆ Erhöhung des Kontrastes an Sichtgeräten und Messinstrumenten</li> <li>◆ Vergrößerung von Schrift und Symbolen auf Monitoren</li> <li>◆ Verminderung von Blendung</li> </ul>

## Gestaltungstipps für alternsgerechtes Arbeiten

Was macht Arbeit gesundheits- und lernförderlich?	Empfehlungen für die alternsgerechte Arbeitsgestaltung
<p><b>Vielseitigkeit der Tätigkeit</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Verschiedene Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten nutzen können</li> <li>◆ Durch die Arbeit Neues lernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Tätigkeitswechsel mit unterschiedlichen körperlichen und geistigen Anforderungen</li> <li>◆ Erhaltung der intellektuellen Flexibilität</li> </ul>
<p><b>Handlungsspielraum bei der Ausführung der Arbeitsaufgabe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Eigene Entscheidungen in Bezug auf Arbeitsverfahren, Verwendung von Arbeitsmitteln und die zeitliche Organisation der Arbeit treffen können</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Freie Zeiteinteilung begünstigt eine gleichmäßige Belastung, hohe Leistungserbringung und Arbeitsmotivation</li> <li>◆ Steigerung der Belastbarkeit, Zufriedenheit und des Selbstwerts</li> <li>◆ Förderung der Identifikation mit der Arbeit und der Organisation/ dem Unternehmen</li> </ul>
<p><b>Wissen und Lernen für und durch die Arbeitsaufgabe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Vorhandenes Wissen für die Arbeitsaufgabe anwenden und Neues dazulernen können</li> <li>◆ Die Tätigkeit dauerhaft anforderungsgerecht erfüllen können</li> <li>◆ Angebote zur Weiterbildung nutzen können</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Lernmöglichkeiten reduzieren Stress, stärken die Fähigkeit zur Bewältigung sich wandelnder Arbeitsanforderungen und fördern die intellektuelle Fähigkeit zum Weiterlernen</li> </ul>

Ingrid Reifinger, ÖGB

Weitere Gestaltungstipps für alter(n)sgerechtes Arbeiten finden Sie im Buch

**Alters- und alternsgerechtes Arbeiten** – Handlungshilfe für Betriebsräte

**Mehr Infos und bestellen unter** [tinyurl.com/buchaa214](https://tinyurl.com/buchaa214)

**Mehr Infos zum Thema alter(n)sgerechte Arbeit unter** [tinyurl.com/alternsgerecht214](https://tinyurl.com/alternsgerecht214)