

## 40 Tipps zur Bewältigung des demografischen Wandels

### Tipps zur gesundheitsorientierten Arbeitsgestaltung für alle Generationen

- Beschäftigte, insbesondere auch ältere, als Experten ihres Arbeitsplatzes einbeziehen (z. B. Verbesserungsvorschlagswesen, Mitarbeiterbefragungen, Gesundheitszirkel)
- Betriebsarzt als Berater Nr. 1 einbeziehen
- Ergonomisch gestaltete, besonders lärmreduzierte Arbeitsmittel (be)schaffen; Maschinenlieferanten in die Pflicht nehmen
- Einsatz von leicht handhabbaren Hebe-, Halte- und Tragehilfen, z. B. variable Aushebevorrichtungen mit Saugfüßen, Deckenkran, Handhabungsmanipulatoren, Rollbahnen zum leichteren Schieben oder Ziehen von Lasten, kraftbetriebene Transportmittel
- Stehhilfen, Sitzmöglichkeiten schaffen
- Steh- und Laufmatten zur Gelenkentlastung
- Die Lesbarkeit von Arbeitsunterlagen, Informationen und Beschriftungen an Arbeitsmitteln überprüfen und ggf. verbessern
- Individuell einstellbare Arbeitsumgebung (Arbeitsflächenhöhen, Arbeitsplatzbeleuchtung, Belüftung oder Klimaanlage)
- Allgemeine Lärmreduzierung, z. B. Absaugen statt Abblasen, Schallabsorptionselemente an der Raumdecke, schallabsorbierender Boden- und Wandbelag, besonders ruhige Aufenthaltsräume zur Verfügung stellen
- Schichtsystem überprüfen, z. B. längere Erholungszeit zwischen wenigen aufeinanderfolgenden Nachtschichten, Wechselturnus Nacht – Spät – Früh, keine Dauernachtschicht
- Systematischer Belastungswechsel, z. B. Arbeitsplatz- oder Arbeitsaufgabenwechsel durch „Jobrotation“, Intervalle abhängig von Arbeitsaufgabe, Alter, Qualifikation und Belastung gestalten (Personaleinsatzmatrix)
- Arbeiten in (altersgemischten) Teams
- Zusätzliche Kurzpausen für ausreichende Regeneration
- Der persönlichen Lebenssituation angepasste Arbeitszeiten (z. B. flexible Zeiten durch Arbeitszeitkonten, Gleitzeit, Überstundenbegrenzung; Teilzeit bei Bedarf ermöglichen)
- Regelmäßige Gesundheitsprechstunden, Gesundheits-Checks, Vorsorgeuntersuchungen anbieten
- Gesundheitsorientiertes Speisenangebot in der Kantine, Mineralwasser kostenlos
- Betrieblich organisierte Gesundheitsaktivitäten (z. B. Rückenschule, Walking- oder Laufgruppen, Entspannungskurse, Yogakurse, mobile Kurzmassagen)

## Tipps für die Erhaltung und Entfaltung der Potenziale aller Altersgruppen

- Führungsleitlinien erstellen, Beschäftigte dabei einbeziehen
- Führungskräftebildungen für Abteilungsleiter, Schichtführer, Meister, Vorarbeiter...
- Regelmäßige Mitarbeiter-Zukunfts-Gespräche
- „kollegiale Runden“ zum Erfahrungsaustausch unter Führungskräften, bei Bedarf Coaching ermöglichen
- Weiterbildungsangebote, z. B. betriebsinterne und externe Seminare, konzipiert für unterschiedliche Lernbedürfnisse und Fähigkeiten der verschiedenen Altersgruppen (Förderzuschüsse z. B. Bildungsprämie beachten)
- Ungelernten Arbeitskräften eine betriebsinterne Ausbildung ermöglichen
- Den Beschäftigten ausreichend Entscheidungs- und Handlungsspielraum, Eigenverantwortung und Mitspracherechte geben
- Gesundheitszirkel bilden, ggf. unterstützt durch Krankenkassen
- Leistungsanreizsysteme auf mögliche Konflikte zum gesundheitsförderlichen Arbeiten überprüfen und ggf. verändern (eine Leistungsprämie kann zu risikoreicherem Arbeiten verleiten)
- Zusätzliche Anreize schaffen für aktive Beteiligungen, z. B. Prämie für Vorschläge zum Thema Gesundheitsschutz, finanzielle Beteiligung an privaten, nachgewiesenen Gesundheitsaktivitäten, gemeinsame außerbetriebliche Aktionen
- Regelmäßige Vorträge oder Schulungen zu Gesundheitsthemen, z. B. Stressbewältigung, gesundes Herz-Kreislauf-System, Ernährung, Alkohol-/Drogenkonsum, Raucherentwöhnung
- Workshops zu gesundheitsgerechtem Verhalten am Arbeitsplatz, z. B. zum rückenfreundlichen Heben, Tragen und Schieben von Lasten oder auch Sitzen, zum richtigen Verwenden von Gehörschutz
- Alternativer Einsatz geeigneter älterer Beschäftigter, z. B. als Paten für Jüngere, in der Ausbildung, als Sicherheitsbeauftragte, Suchtbeauftragte, Moderatoren für Gesundheitszirkel, Mediatoren
- Rekrutierung von erfahrenen Ruheständlerinnen und Ruheständlern als fachliche Berater
- Nehmen Sie Förderungen in Anspruch, z. B. Bildungsprämie, Beratungsscheck des ESF, ...

## Tipps für eine nachhaltig ausgeglichene Altersstruktur

- Eigene Fachkräfteausbildung, ggf. über Bedarf
- Personalrekrutierung: Teilnahme an Berufsinformationsbörsen, Anzeigen in der Regional- und Fachpresse, auf der Firmen-Website; Personal- und Ausbildungsmarketing einführen
- Besondere Anreize für Bewerber schaffen, z. B. Reise- und Übernachtungskosten übernehmen
- Kinderbetreuungsmöglichkeiten schaffen oder sich daran beteiligen
- Eigenen Bekanntheitsgrad erhöhen, vor allem in strukturschwachen Regionen (z. B. durch „Tag der offenen Tür“, Vorträge an Schulen, Teilnahme am „Girls-Day“/„Boys-Day“, an Betriebspraktika, an Arbeitgeber-Wettbewerben wie „Great Place to Work“<sup>®</sup>, „TOP JOB“<sup>®</sup>-Award“ oder anderen)
- Diplom-/Bachelor-/Masterarbeiten im Unternehmen ermöglichen
- Kooperationen mit anderen Unternehmen bzgl. Personaleinsatzplanung
- Nehmen Sie Beratung in Anspruch, wie z. B. Demografieberater, Beratungsscheck des ESF, Potentialberatung in NRW