

## „Bewegen – nicht nur zur Kantine“

Ältere Mitarbeiter haben andere Ansprüche an den Büroarbeitsplatz als ihre jüngeren Kollegen. Rudolf Kast, Vorsitzender des Demografienetzwerks, erklärt, mit welchen Maßnahmen Ältere im Unternehmen länger fit und motiviert bleiben.

**personalmagazin:** Welche Voraussetzungen muss der Arbeitsplatz für Ältere erfüllen?

**Rudolf Kast:** Die Verantwortlichen müssen zunächst den Arbeitsplatz insgesamt optimieren, etwa durch ergonomische Sitzplätze. Außerdem sollten sie die Lärmsituation verringern, indem man laute Geräte wie Drucker im Nebenraum unterbringt. Des Weiteren empfiehlt sich die Mischarbeit durch Job-Rotationen, Arbeitserweiterung und Arbeitsanreicherung. Unternehmen sollten zudem die Zusammenarbeit zwischen Alt und Jung fördern, zum Beispiel mit Tandembildung. Für den physischen Arbeitsplatz bedeutet das, dass es weniger Einzelbüros und mehr offene Gruppenformen gibt.

**personalmagazin:** So ein Umbau bedeutet allerdings Kosten für das Unternehmen...

**Kast:** ...doch die Investition lohnt sich, denn je wohler Mitarbeiter sich fühlen, desto länger bleiben sie. Und es gibt auch günstige Möglichkeiten: Firmen können individuell verstellbare Bürostühle anbieten und fördern, dass Mitarbeiter im Stehen telefonieren. Zudem können sie Rückenschulungen organisieren, deren Kosten meist die Krankenkasse übernimmt, oder Gymnastikpausen.

**personalmagazin:** Wo sehen Sie noch die größten Baustellen in deutschen Firmen?

**Kast:** Älteren muss abwechslungsreichere Arbeit geboten werden. Denn physische und geistige Beweglichkeit kann



**RUDOLF KAST** ist Personalmanagementberater und Vorsitzender des Demografienetzwerks.

man nicht voneinander trennen. Nur, wer geistig beweglich ist, kümmert sich auch um seine körperliche Mobilität. Letztlich ist es ja im Interesse des Arbeitgebers, dass die Leute länger fit bleiben, indem sie sich bewegen – und das nicht nur zur Kantine.

**personalmagazin:** Reicht das denn aus, um Mitarbeiter bis zur Rente fit zu halten?

**Kast:** Gesundheitsförderung ist ein Faktor, aber es braucht ein ganzheitliches Konzept: Auch um die Themen „Weiterbildung“, „Führung, Werte und Motivation“ sowie „flexible Arbeitsorganisation und -zeit“ muss man sich kümmern.

Das Interview führte **Andrea Kraß**.