Alter(n)sgerechtes Arbeiten im Betrieb

16.11.2026, 10:40 Uhr
Kommentare: 0
Sicher arbeiten



Hebe- und Positionierhilfen reduzieren körperliche Belastungen und unterstützen Beschäftigte dabei, über das gesamte Erwerbsleben gesund und leistungsfähig zu bleiben. © industryview/iStock/ Getty Images Plus

Die Belegschaften werden älter, gleichzeitig steigt das Renteneintrittsalter. Arbeitsschutz und Ergonomie müssen dieser Entwicklung Rechnung tragen. Alter(n)sgerechte Arbeitsbedingungen helfen dabei, die Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Motivation von Beschäftigten langfristig zu erhalten und wertvolles Erfahrungswissen im Unternehmen zu sichern.

Dass Menschen heute länger leben und länger gesund bleiben als frühere Generationen, ist eine ausgesprochen gute Nachricht. Doch inzwischen werden Nebeneffekte dieser Entwicklung immer deutlicher. Die Kosten für das Gesundheitswesen steigen und steigen, die Personalsituation in Pflegeeinrichtungen wird schwieriger und in vielen europäischen Ländern steigt das offizielle Renteneintrittsalter. Wer länger lebt, soll auch länger arbeiten. Doch Körper und Psyche sind nicht mehr auf dem gleichen Stand wie beim Eintritt ins Erwerbsleben. Darauf muss sich auch der Arbeits- und Gesundheitsschutz einstellen.

Das Altern beginnt früh

Ab etwa 35 Jahren merken wir – der eine früher, der andere später –, dass unser Körper keine Maschine ist, die mit ein wenig Wartung stets gleichmäßig zuverlässig funktioniert. Irgendwann wird der Griff zur Lesebrille normal, man rutscht im Sportverein in die „Alte Herren“-Mannschaft und ab und an zwickt es in Knie oder Rücken. Im Lauf der Jahre friert oder schwitzt man anders und das Regenerieren nach nächtlichen Feiern dauert länger. Arthrose oder Hörschwäche, Schilddrüse oder Prostata – die Liste der Fachärzte wächst, und diese sind plötzlich auch noch jünger als man selbst. All dies ist eine ganz natürliche Entwicklung. Körper und Psyche, Muskulatur und Sinnesorgane, Verdauung und Kognition – wir verändern uns innerlich wie äußerlich im Lauf des Lebens, wenn auch meist schleichend.

Trotz Regelaltersgrenze und gesetzlichem Renteneintrittsalter ist nirgendwo – auch nicht in Rechtstexten – einheitlich definiert, ab wann jemand als „alt“ gilt. Im Berufsleben zählt

man meist ab etwa 50, spätestens ab 55 zu den „älteren“ Kollegen, auch wenn man sich persönlich noch lange nicht „alt“ fühlt.

Sehr geehrte Leserin, sehr geehrter Leser,

der komplette Artikel steht ausschließlich Abonnenten von **elektrofachkraft.de** – Das Magazin zur Verfügung.

Als Abonnent loggen Sie sich bitte mit Ihren Zugangsdaten ein.

Sie haben noch kein Abonnement? Erfahren Sie hier mehr über **elektrofachkraft.de –** Das Magazin.

Autor:

Dr. Friedhelm Kring

freier Lektor und Redakteur



Dr. Friedhelm Kring ist freier Lektor, Redakteur und Fachjournalist mit den Schwerpunkten Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz.