**Übersicht zur gesundheitsgerechten Gestaltung der Arbeitsplätze für ältere Beschäftigte**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Gestaltungshinweis** | **Konkretisierung** | **Altersbezug** |
| **Beleuchtungsstärke erhöhen** | − Zusatzleuchten verwenden− Tageslicht bestmöglich nutzen− Mischung von Allgemeinbeleuchtung und individuell einstellbarer Einzelplatzbeleuchtung | − Verringerte Sehschärfe− Verengtes Gesichtsfeld |
| **Blendung vermeiden, insbesondere bei Überwachungs- und Steuerungstätigkeiten** | − Keine Überschreitung des Leuchtdichteverhältnises von 3:1 zwischen der Leuchtdichte des näheren Umfelds und des direkten Arbeitsfelds− Rasterleuchten zur Vermeidung von Direktblendung einsetzen, Lichtquellen bei direkter Blendung versetzen, mehrere kleine statt einer großen Lichtquelle− Bewegliche Monitore, um Blendung zu reduzieren | − Erhöhte Blendempfindlichkeit− Verringerte Adaptationsfähigkeit |
| **Kontraste erhöhen** | − Eine angemessen kontrastreiche Farbgestaltung kann z. B. bei kurzgetakteten Montagetätigkeiten der Monotonie entgegenwirken (auffällige oder abwechslungsreiche Farben)− Dunkle Schrift auf hellem Hintergrund bei Monitoren, Hinweisschildern etc. wählen, um die Erkennensleistung zu verbessern− Auf Farbunterscheidungen im kurzwelligen Spektralbereich (z. B. zwischen blau und grün bei Anzeigen) verzichten− Lichtstärken erhöhen, um die Farbwahrnehmung zu steigern | − Wachsende Bedeutung des Kontrastes für die Sehschärfe− Reduzierte Farbsensititvität |
| **Zu hohe Leuchtdichteunterschiede****vermeiden** | − Häufiges Wechseln zwischen sehr hellen und sehr dunklen Arbeitsbereichen ermüdet die Augen und sollte vermieden werden− Beleuchtung zwischen sehr hellen und dunklen Bereichen anpassen (z. B. Logistik | − Schlechteres Nachtsehen− Verringerte Adaptionsfähigkeit |
| **Objektgrößen anpassen** | − Vergrößerung von Schrift und Signalen− Anpassbare Zeichen- und Objektgrößen ermöglichen bessere Sehbedingungen | − Verringerung der Sehschärfe und der Akkomodationsfähigkeit |
| **Brille, Kontaktlinsen benutzen** | − Sehhilfen können Sehschwächen kompensieren; die Tiefensehschärfe kann durch Brillen allerdings nur in jungen Jahren verbessert werden | − Verringerung der (Tiefen-)Sehschärfe − Abnahme der Akkomodationsbreite |
| **Regelmäßige Augenuntersuchungen** | − Regelmäßige Untersuchungen der visuellen Wahrnehmung, die sich nicht nur auf „die Älteren“ beschränken |  |
| **Hintergrundgeräusche und dauerhaften Lärm reduzieren** | − Lärmarme Geräte auswählen (z. B. Maschinen, Werkzeuge, Drucker, PC)− Lärmübertragung mindern, z. B. schallabsorbierende Trennwände oder Decken, schalldämmende Materialien (z. B. Teppich) oder Schalldämpfer verwenden | − Abnehmende Fähigkeit der Frequenzunterscheidung− Zunehmendes Risiko der (Alters-)Schwerhörigkeit − Zunehmende Lärmempfindlichkeit |
| **Eindeutigkeit der Signale erhöhen** | − Frequenz, Häufigkeit und Pegel des Signals in Abhängigkeit der akustischen Umgebung auswählen, in Büroumgebungen z. B. tiefere statt höhere Signaltöne wählen− Auditive Alarmsignale mit anderen Kanälen koppeln (zusätzlich blinkende Hinweise)− Erhöhung der Signal-Geräusch-Relation | − Abnehmende Sensitivität und Frequenzunterscheidung |
| **Arbeitsorganisatorische Maßnahmen** | − Lärmquellen möglichst vom Arbeitsplatz trennen− Zeitlicher Versatz lauter Arbeiten− Rückzugsmöglichkeiten für konzentriertes Arbeiten schaffen, z. B. für Beschäftigte in Großraumbüros (frühzeitige Planung entsprechender Raumkonzepte |  |
| **Individuelle Hörhilfen** | − Hörgeräte verstärken Geräusche und verbessern die auditive Wahrnehmung | − Abnahme der Sensitivität und Frequenzunterscheidung |

Dieser kostenlose Download stammt aus einer Ausgabe von „**Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute**“. Sollten Sie noch kein Abonnent sein, können Sie Ihre **KOSTENLOSE Gratis-Ausgabe** und Ihre **GRATIS-Checklisten-Sammlung „Die 17 besten Checklisten für den Arbeitsschutz“** jetzt kostenlos anfordern. Ich bin sicher: Sie werden begeistert sein!

* Ja, ich möchte „**Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute**“ **GRATIS** testen und von allen Vorteilen profitieren:
* **Eine Gratis-Ausgabe, die Sie 14 Tage lang testen können.** Diese Gratis-Ausgabe dürfen Sie in jedem Fall behalten.
* **Die exklusive Checklistensammlung „Die 17 besten Checklisten für den Arbeitsschutz“.** Auch diese dürfen Sie in jedem Fall behalten.
* Wenn Sie uns innerhalb von 14 Tagen nach Erhalt der Gratis-Ausgabe nichts Gegenteiliges telefonisch, per Fax, Brief oder E-Mail mitteilen, erhalten Sie automatisch die weiteren Ausgaben zu einem Preis von nur 19,90 Euro pro Ausgabe zzgl. 1,45 Euro für Porto und Versandkosten und MwSt. „Arbeitssicherheit und praktischer Gesundheitsschutz im Unternehmen heute“ erscheint 30-Mal pro Jahr mit je 8 Seiten pro Ausgabe. Den Bezug können Sie jederzeit zum Ende des Bezugsjahres kündigen.

**Vorname, Name: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Firma: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Straße + Nr.: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Postleitzahl: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Ort: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**E-Mail: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Telefon: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Unterschrift: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

Jetzt ausfüllen und absenden:

* Fax: 0931-4170497
* Telefon: 0931-4170427
* Post: Praxis Medien für Arbeitsschützer, Winkelhausen 27, 51519 Odenthal
* E-Mail: kundenservice@praxispurmedien.de

Unser Angebot richtet sich nur an Unternehmen, Industrie, Gewerbe, Handwerk, Handel, freie Berufe, öffentliche oder karitative Einrichtungen, den öffentlichen Dienst und Behörden sowie Verbände oder vergleichbare Institutionen und ist ausschließlich zur Verwendung in der beruflichen bzw. gewerblich oder selbständigen Arbeit vorgesehen. Nähere Auskünfte zum Datenschutz finden Sie unter [www.praxispurmedien.de](http://www.praxispurmedien.de). . AGU-Downl.-20/21