

## Unser Kumpel GERT

Der Alterssimulationsanzug GERT (**GER**ontologischer **T**estanzug) bietet die Möglichkeit, die typischen Einschränkungen älterer Menschen auch für Jüngere erlebbar zu machen. Er simuliert eine „Alterung“ von ca. 25 Jahren.

GERT ist ein Motivator mit Langzeitwirkung und aktiviert Mitarbeiter und Führungskräfte zu gesundheitsbewusstem Verhalten und der Auseinandersetzung mit angrenzenden Themenfeldern. Der Anzug ist wissenschaftlich validiert und vielfach erprobt. Er bietet eine Sensibilisierung für das Thema "Gesundheit und Arbeit" durch eigenes Erleben – ein Blick in die eigene Zukunft!



## Nutzen



Mit GerT können wir neben dem Ausprobieren des Anzugs für die Teilnehmer verschiedene Themen je nach Interessenslage schwerpunktmäßig behandeln:

- Guter Startpunkt, um alle Entscheider im Unternehmen zusammenzubringen (Führungskräfte, Arbeitsmedizin, Arbeitssicherheit, Betriebsrat)
- Relevanz der Thematik für die Arbeitswelt der kommenden Jahre, Einstieg in die Demografiearbeit für Entscheider und Führungskräfte
- Altersbilder/Vorurteile gegenüber Älteren in der Gesellschaft, Führung als besondere Herausforderung der nächsten Jahre; Rolle von Vorbildern
- Ergonomische Arbeitsplätze/Bewertung/Einrichtung, gelebte Ergonomie als Produktivitätsfaktor
- Bewertung von Anlagen und Gebäuden auf die Alternstauglichkeit
- Gesund arbeiten in jedem Alter, gesunder Arbeitsplatz, Eigenverantwortung vs. Fremdverantwortung
- Relevanz von Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit für alle Generationen

## Beispielablauf eines GERT-Workshops (ca. 4 Stunden bis zu 10 Teilnehmer):

Dauer (Min)	Methode	Thema	Ziel
15	Begrüßungsrunde	Begrüßung, Vorstellung	Warm up, Aktivierung
60	Interaktiver Vortrag inkl. Abfrage der individuellen Sichtweisen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in das Thema</li> <li>• Brisanz der Alterungsthematik für Ergonomie und Produktivität</li> <li>• Einbeziehen der Teilnehmer und ihrer individuellen Sichtweisen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wert der Erfahrung „am eigenen Leib“ verdeutlichen</li> <li>• Relevanz für die Beteiligten verdeutlichen</li> </ul>
90	Praxisübung, ggf. Eindrücke auf Flipchart notieren; Freiwilliger als erster Testkandidat, dann folgen andere	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erklärung der Einzelteile und ihrer Funktionen</li> <li>• Ablaufen eines vorher verabredeten Bewegungsparcours (bspw. durch ein PZ je nach Bedarf und Möglichkeit)</li> <li>• Beispielübungen für Grobmotorik, Feinmotorik</li> <li>• Ausprobieren der sozialen Wahrnehmung, Gesprächsführung, Beweglichkeit</li> <li>• Sicherheitsaspekte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigene Eindrücke sammeln,</li> <li>• Gegenüberstellung: eigene Wahrnehmung vs. Außenwahrnehmung</li> </ul>
30	Gruppenarbeit mit Ergebnisvorstellung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diskussion um mögliche Handlungsfelder im Unternehmen einleiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Praxisbezug herstellen</li> <li>• Mitarbeiterbeteiligung herstellen</li> <li>• Nutzen und Machbarkeit andiskutieren</li> </ul>
30	Gesprächsrunde	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Zusammenführen der Erlebnisse</li> <li>• Handlungsfelder fürs Unternehmen</li> <li>• Schlussfolgerungen</li> <li>• gemeinsamer Abschluss</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abgleich mit den Eindrücken vor dem Ausprobieren des Anzugs</li> <li>• Aha-Effekte herausarbeiten</li> </ul>

Im Anschluss daran wird GERT praktisch ausprobiert und damit z. B. Arbeitsplätze oder Gebäude getestet. Die Ergebnisse werden von uns in einer Dokumentation zusammengefasst und mit Vorschlägen zur Verbesserung ergänzt.

## Über uns

**Gudrun Töpfer**



**David Zadick**



**Viktoria Bergmann**



Das Wechselwerk ist eine Unternehmensberatung mit den Schwerpunkten

- 1. Qualifizierung**
- 2. Psychologische Organisationsentwicklung**
- 3. Arbeitsplatzoptimierung**

Um "Mensch" und "Maschine" gleichermaßen gerecht zu werden, verbinden wir zur Beurteilung einer Fragestellung zwei Aspekte: Die soziale/psychologische Sicht auf den arbeitenden Menschen und die betriebswirtschaftlichen und technischen Rahmenbedingungen.