



## EDITORIAL

# Vom Proben des aufrechten Stands

**Dr. Robert Nehring,**  
Chefredakteur

„Schnauze meine Herrschaften. Schnauze halten. Halten Sie die hochverehrte Schnauze, meine Herrschaften. Denn jetzt kommt der Clou. Jetzt spitzt Berlin die Ohren ... Sehen sie mal, Sie und ick, wir sind alle schon mal aus de Pantinen jekippt ... Da heeßt it, Bauch rein und Brust raus und rasch wieder uf de Beene ... Aber. Dieset kleene Ding hier, dit hat mich darauf jebracht ... Immer wieder kommt et uf de Beine ...“

Wiedererkannt? Die Passage stammt aus der Schlusszene der Verfilmung von Alfred Döblins „Berlin Alexanderplatz“ (1931, Regie: Phil Jutzi). Gesprochen wird sie vom Protagonisten Franz Biberkopf, hier legendär gespielt von Heinrich George. Anders als im Roman gibt es im Film ein Happy End. Der gezeichnete Biberkopf fängt wieder von vorn an, indem er kleine Stehaufmännchen verkauft. Von diesen ist oben die Rede und ein solches verkörpert Biberkopf dort dann auch selbst.

Das Stehaufmännchen wäre eine geeignete Symbolfigur für die Kampagne „Aufstand im Büro“, die Das Büro gemeinsam mit der Initiative Office-Excellence entwickelt hat und die nun dank der Unterstützung von mittlerweile einem guten Dutzend Partnern gestartet ist. Die Kampagne hat sich die verstärkte Nutzung von Sitz-Steh-Lösungen im Büro auf die Fahnen geschrieben (siehe auch Das Büro 1/12, S. 48ff.). Es geht darum, nicht den ganzen Bürotag im Sitzen zu verbringen, sondern eben auch im Stehen zu arbeiten. Um im Filmkontext zu bleiben: Also nicht wie in Billy Wilders „Das Apartment“ (1960), wo im Großraumbüro ganztätig sitzend getippt wird, aber auch nicht wie in Wilders „Eins, zwei, drei“ von 1961, wo auf das gewohnheitsmäßige Hochschnellen der Bürobelegschaft bei Anwesenheit des amerikanischen Filialchefs stets ein genervtes „Sitzenmachen“ folgt. Nein, gemeint ist, regelmäßig die Arbeitshaltung zu ändern. Denn ein solcher Haltungsmix wirkt sich positiv auf Gesundheit, Produktivität, Wohlbefinden u. v. m. aus.

Vor diesem Hintergrund fordere ich Sie hier auch gleich einmal auf: Machen Sie mit! Fühlen Sie sich angesprochen! Und stehen Sie bei der Arbeit im Büro auch immer wieder ein-

mal auf! Wir werden Sie in den Office-Medien unseres Verlages und darüber hinaus noch das ganze Jahr über daran erinnern. Denken Sie daher lieber gleich einmal über die Anschaffung und/oder angemessene Nutzung einer Sitz-Steh-Lösung nach. Ab Seite 36 erfahren Sie mehr zum Thema.

Das Eingangszitat hat noch einen anderen Hintergrund: In dieser Ausgabe werden Sie mehrfach der Stadt Berlin begegnen. Unser Redakteur Christoph Schneider hat für Sie einige Coworking Spaces der Hauptstadt aufgesucht (Seiten 32/33). Im Kontrast zu dieser neueren Form der Büroraumnutzung werfen wir einen Blick auf Berliner Business Center in attraktiver Lage (Seiten 34/35). Und auch ein spannendes Projekt zur Verschmelzung von Wohn- und Bürowelt wurde gerade in Berlin realisiert (Seite 40).

Unter den zahlreichen Beiträgen in dieser Ausgabe, z. B. über Büroprodukte, die kürzlich mit Design-Preisen ausgezeichnet wurden, über clevere Drucklösungen oder über die neuesten Entwicklungen in Sachen E-Postbrief vs. De-Mail, finden Sie übrigens auch einen Artikel zum brisanten Thema Boreout (Seiten 16/17). Experten gehen davon aus, dass chronische Unterforderung bei der Arbeit nicht weniger gefährlich, aber viel weiter verbreitet ist als das aktuell viel diskutierte Burnout, welches in der Regel eine Folge von dauerhafter Überforderung darstellt.

Wir allerdings hoffen, Sie mit dieser Ausgabe nicht zu langweilen oder zu unterfordern.

> [RN@OfficeABC.DE](mailto:RN@OfficeABC.DE)

## Ausgezeichnetes Design

Seiten 7–9



## BÜROKULTUR

- 03 Editorial
- 06 News  
Bürokultur
- 07 Ausgezeichnetes Design  
Prämierte Lösungen für das schöne Büro
- 09 Neue Transparenz  
Bürostuhl SAIL gewinnt iF-Award
- 10 Mit Leichtigkeit zum Team-Event  
Die neuen Corporate-Angebote von Jochen Schweizer
- 11 Return to Sender  
Das Geschäftsreise-Ärgernis des Jahres
- 12 Office Engineering  
BAHN-BKK optimiert Geschäftsprozesse
- 13 Corporate Health Convention  
Vom Bürostuhl bis zum Gesundheitsmanagement
- 14 Das Fund-Büro
- 16 Krankhafte Langeweile  
Boreout – Ursachen, Symptome und Strategien
- 66 Check „Gute Büroarbeit“  
Potenziale der Menschen entfalten



## Managed Print Services

Seiten 20–23

## BÜROTECHNIK

- 18 News  
Bürotechnik
- 20 Managed Print Services  
Professionelles Druck- und Dokumentenmanagement
- 21 Optimized Print Services  
Dokumenten- und Arbeitsprozesse im Fokus
- 22 Make Print Simple  
Das MPS-Konzept von Canon
- 23 Simplify Your MPS  
Mit Kirk im Cockpit alles unter Kontrolle
- 24 Cleveres Scannen  
Intelligente Lösungen für jedes Office
- 25 Sharp macht mobil  
Mit dem portablen AL-1035
- 26 Technik-Highlights  
Innovatives von der Cebit 2012
- 27 Design und Technik  
Im Test: SPEAK 410 von Jabra
- 28 Nützlich und gratis  
Hilfreiche Freeware fürs Büro
- 29 Wer hat's erfunden?  
Die Frankiermaschine

## IMPRESSUM

Das Büro, Ausgabe 02/12, [www.OfficeABC.DE](http://www.OfficeABC.DE), [www.Das-Buero-Magazin.de](http://www.Das-Buero-Magazin.de) VERLAG: Verlag Frank Nehring GmbH, Zimmerstraße 56, 10117 Berlin, Tel. +49 30 479071-0, Fax +49 30 479071-20, [www.nehringverlag.de](http://www.nehringverlag.de)  
**HERAUSGEBER/GESCHÄFTSFÜHRER:** Frank Nehring, Tel. +49 30 479071-11, [FN@OfficeABC.DE](mailto:FN@OfficeABC.DE) (Alleiniger Inhaber und Gesellschafter, Wohnort Berlin) **FACHBEIRAT:** Dr. Lars Adolph (Leiter der Gruppe 2.3 Human Factors, Ergonomie bei der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA)), Bruno Zwingmann (Geschäftsführer der Bundesarbeitsgemeinschaft für Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit (Basi) e. V. und Vorsitzender des Deutschen Netzwerks Büro e. V. (DNB)), Prof. Dr. Dieter Lorenz (Technische Hochschule Mittelhessen, Lehrstuhl für Arbeitswissenschaft), Helmer Nettlau (Referatsleiter Verwaltungen-Berufsgenossenschaft (VBG)), Willi Schneider (Vorsitzender Deutsches Büromöbel Forum und Vorstandsmitglied des Deutschen Netzwerks Büro e.V.) **CHEFREDAKTEUR/VERLAGSLEITER:** Dr. Robert Nehring, Tel. +49 30 479071-18, [RN@OfficeABC.DE](mailto:RN@OfficeABC.DE) **REDAKTION:** Anke Templiner, Tel. +49 30 479071-26, [AT@OfficeABC.DE](mailto:AT@OfficeABC.DE), Thore Prokoph-Schwabe, Tel. +49 30 479071-13, [TP@OfficeABC.DE](mailto:TP@OfficeABC.DE), Christoph Schneider, Tel. +49 30 479071-19, [CS@OfficeABC.DE](mailto:CS@OfficeABC.DE) **ABO- UND ANZEIGENVERWALTUNG:** **VERTRIEB:** Tina Stegath, Tel. +49 30 479071-28, [TS@OfficeABC.DE](mailto:TS@OfficeABC.DE) **GESTALTUNG:** Tino Nitschke/Grafikdesign Berlin, [www.tn-grafikdesign.de](http://www.tn-grafikdesign.de) **TITELMOTIV:** Kunstkalenderprojekt interstuhl, Fotograf: Uwe Dietz, Stuttgart **ERSCHEINUNGSWEISE, EINZELVERKAUFS- UND ABBONNEMENTPREIS:** Das Büro erscheint sechsmal jährlich zzgl. Sonderausgaben. Der Einzelverkaufspreis beträgt 6 €. Der Abonnementpreis beträgt 33 € inklusive Versandkostenanteil. Darin enthalten ist der kostenlose Bezug von Sonderheften und anderen zusätzlichen Veröffentlichungen. **GESAMTHERSTELLUNG:** möller Druck und Verlag GmbH, ISSN 1867-8181. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck oder Kopien nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung des Verlages. Namentlich gekennzeichnete Beiträge entsprechen nicht in jedem Fall der Meinung der Redaktion. Für unverlangt eingesandte Manuskripte bzw. Datenträger übernehmen wir keine Garantie. **REDAKTIONSSCHLUSS: 10.4.2012**

## Für ein gesundes Auf und Ab

Seiten 36–39, 47



## BÜRO RÄUME

- 30 **News**  
Büroräume
- 31 **Businessräume flexibel mieten**  
Meet'n'Work setzt auf neue Arbeitswelten
- 32 **Coworking Spaces**  
Ein Streifzug durch die Hauptstadt
- 34 **Excellent Business Center**  
Flexibler Büroservice für alle Branchen
- 36 **Der bewegte Tisch**  
Ein Aufruf zum Aufstand im Büro
- 39 **Sitz-Steh-Lösungen in der Praxis**  
varitos.c beim ADAC in München
- 40 **In the Year 2022**  
e-wohnen und e-büro der Zukunft
- 41 **Volume 8 – gekonnter Mix**  
Sitzen für eine neue Generation
- 42 **Fragen an die Büromöbler**  
Synchron oder nicht synchron?
- 44 **Lebendige Ergonomie**  
Ein Blick zurück nach vorn
- 46 **Ergonomie nach Maß**  
Büroarbeitsplätze den Körpermaßen anpassen
- 47 **Grenzenlos variabel**  
Schreibtische von REISS
- 48 **Design meets Frankfurt**  
Neues und Schönes von der Light & Building
- 50 **Auf höchstem Bremer Niveau**  
Türen und Trennwandelemente von raumplus
- 51 **In allen vier Ecken ...**  
Bürobereiche akustisch und optisch aufwerten

## E-Postbrief und De-Mail

Seiten 58/59



| 05

## BÜRO RÄUME

- 52 **Sauberkeit ist kein Zufall**  
Professionelle Büroraumreiniger haben alles im Blick
- 53 **Nie mehr dicke Luft**  
3 aktuelle Luftreiniger für das Office
- 54 **Revitalisiertes Bürogebäude**  
Moderne Aufwertung eines Bestandsgebäudes

## BÜROBEDARF

- 56 **News**  
Bürobedarf
- 57 **Post bearbeiten 2.0**  
Die PostBase von FP verbindet die Welten
- 58 **E-Postbrief versus De-Mail**  
Die Möglichkeiten des elektronischen Briefversands
- 60 **Transparente Kampagnenarbeit?**  
Fragen an die Initiative Pro Recyclingpapier
- 62 **Big is beautiful**  
Wenn es mal etwas mehr wird
- 63 **Top-Adressen**  
für die Büroausstattung

Zusätzliche Beiträge finden Sie  
auf unseren Webseiten:



**BEILAGENHINWEIS:** Dieser Ausgabe liegt das Sonderheft Das Büro: Quality Office 2012 sowie Teilen der Auflage eine Broschüre von Fellowes bei. Wir bitten um Ihre Aufmerksamkeit.