



## EDITORIAL

## Teile und herrsche

Dr. Robert Nehring, Chefredakteur

Teilen – das kann ich gut, das mach ich gern. Deshalb habe ich im April zum ersten Mal geflinkstert, also das Carsharing-Angebot der Deutschen Bahn wahrgenommen. Mein erstes Erlebnis war sehr positiv. Nach der Reservierung via Smartphone-App musste ich einen RFID-Chip an die Scheibe halten und schon gehörte das relativ neue Vehikel mir. Der Vormutzer hatte den Wagen nicht nur sauber, sondern auch mit einem phänomenalen Sampler im CD-Spieler hinterlassen. Da machte die Fahrt gleich doppelt Spaß. Aber das Beste kam am Schluss: In Berlin-Prenzlauer Berg wartete ein eigener Parkplatz auf mich! Ein Sechser im Lotto kommt häufiger vor.

Teilen – das ist längst auch ein großes Thema im Büro. Einige Unternehmen mieten ihre Räumlichkeiten, ihre Möbel, ihre IT. Firmenwagen werden häufig geleast. Und Desksharing – das „Teilen des Tisches“, wenn es weniger Arbeitsplätze als Mitarbeiter gibt und man sich „seinen“ Arbeitsplatz täglich neu wählen kann und muss – ist inzwischen auch weit verbreitet. Durch den technischen Fortschritt kommt mittlerweile aber vor allem dem Teilen von digitalen Informationen eine große Bedeutung im Office-Bereich zu.

Share Economy, das Teilen von Wissen, Leistungen, Produkten, ist heute ein großes Schlagwort. Unter dem Begriff „Shareconomy“ wurde sie von der CeBIT in diesem Jahr zum Leitthema gemacht. Unser Redakteur Christoph Schneider hat sich näher mit diesem Trend auseinandergesetzt – ab Seite 30.

Ein Schwerpunkt liegt in dieser Ausgabe auch auf dem Thema Sitzen. Im Bildungsbereich soll ja das Sitzenbleiben gerade abgeschafft werden. So weit wollen wir im Bürobereich nicht gleich gehen. Aber es ist schon offenkundig, dass sich in Bezug auf das hier vorherrschende bewegungsarme Sitzen etwas grundlegend ändern muss. Das haben sich auch mehrere Sitzmöbel-Hersteller sowie themennahe Institutionen gedacht und nun gehandelt. Als Partner der Aktion „Büro-Bewegung“ ([www.büro-bewegung.de](http://www.büro-bewegung.de)), die von Das Büro und der I.O.E. Initiative für Office-Excellence initiiert wurde, treten sie nun gemeinsam für mehr Bewegt-sitzen ein. Was unter bewegtem Sitzen zu verstehen ist, erfahren Sie ab Seite 37.

Für mehr Bewegung im Büro sorgt auch die Nutzung von sogenannten Sitz-Steh-Lösungen. Konkrete Tipps und anschauliche Beispiele zu diesem Thema finden Sie gleich anschließend ab Seite 44.

In dieser Ausgabe erfahren Sie aber wie immer noch viel mehr, z. B. dass Arbeit an sich „salutogen“ ist – also die Gesundheit fördert. Laut Professor Dr. Bernhard Badura und Mika Steinke von der Universität Bielefeld zeigt sich das nicht zuletzt im Vergleich mit Gesundheitsstatistiken von Arbeitslosen. Ihr Plädoyer für eine Kultur der Achtsamkeit auf Seite 14 schließen sie mit dem lehrreichen Gedanken ab: „Es gibt nicht nur ansteckende Krankheiten, es gibt auch ansteckende Gesundheit.“

Ein wesentlicher Aspekt in Bezug auf die Gesundheit ist auch die Hygiene – insbesondere im Büro. Wussten Sie, dass Bürostühle einen idealen Nährboden für Keime aller Art darstellen? So soll beispielsweise der Kabinettstuhl, auf dem Helmut Kohl so vieles „ausgesessen“ hat, nach dessen Amtszeit eine sehr große Bakterienanzahl aufgewiesen haben. Vor einigen Jahren kam eine Studie zu dem Ergebnis, dass auf Computertastaturen mehr als 400 Mal so viele Bakterien wie auf Toilettenbrillen zu finden sind. In einer aktuellen Untersuchung wurde herausgefunden, dass sich auf den Sitzflächen von Bürostühlen mitunter noch mehr Keime befinden. Tatsächlich bekommen Bürostühle eine Menge Schmutz ab (Haare, Schuppen, Kaffee, Brötchen etc.) und sie werden eigentlich nie gereinigt. Der direkte Einfluss der Körperwärme befördert die Ausbreitung der Bakterien zusätzlich. Vor diesem Hintergrund baten wir einen professionellen Stuhlreiniger zu uns. Den Testbericht finden Sie auf Seite 40.

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

## Schönes Design: Prämiertes fürs Büro

Seiten 16–19



## BÜROKULTUR

- 03 Editorial
- 06 News
- 08 Damoklesschwert Demografie  
Der Umgang mit dem Wandel
- 10 Das Fund-Büro
- 11 Duden direkt  
Frisches Wissen
- 12 Gefährdungsbeurteilung online  
Internetanwendung und App erleichtern die Analyse
- 14 Die erschöpfte Arbeitswelt  
Plädoyer für eine Kultur der Achtsamkeit
- 16 Ausgezeichnetes Design  
Prämierte Lösungen für das schöne Büro
- 63 Top-Adressen  
für die Büroausstattung

## IMPRESSUM

Das Büro, Ausgabe 02/13, [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.), Prof. Dr. Dieter Lorenz (Technische Hochschule Mittelhessen, Lehrstuhl für Arbeitswissenschaft), Willi Schneider (Vorsitzender Deutsches Büromöbel Forum), Prof. Dr.-Ing. Wilhelm Bauer, Direktor am Fraunhofer-Institut für Arbeitswirtschaft und Organisation IAO und stellvertretender Leiter des Instituts für Arbeitswirtschaft und Technologiemanagement IAT der Universität Stuttgart **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), Sebastian Klöß, Tel. +49 30 479071-13, [SK@OfficeABC.DE](mailto:SK@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:** © Kompetenzzentrum Typologie & Planung in Architektur (CCTP)  
**ERSCHEINUNGSWEISE, EINZELVERKAUFS- UND ABBONNEMENTPREIS:** Das Büro erscheint sechsmal jährlich zzgl. Sonderausgaben. Der Einzelverkaufspreis (Print) beträgt 7,50 €. Der Abonnementpreis (Print) beträgt 39 € 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: 09.04.2013**

 Das Büro ist Organ der Initiative Office-Excellence.

 Der Verlag Frank Nehring ist Medienpartner von Deutsches Netzwerk Büro e. V.

 Das Büro ist Medienpartner des Verbandes Büro-, Sitz- und Objektmöbel e. V.

 Das Büro ist Medienpartner des Bundesdeutschen Arbeitskreises für Umweltbewusstes Management e. V. (B.A.U.M. e. V.)



## Trend Teilen: Die Shareconomy

Seiten 30–33

## BÜROTECHNIK

- 20 News
- 21 Leistungsstark & produktiv  
Mit dem neuen PIXMA MX925 Geld und Zeit sparen
- 22 Drucker-Neuheiten von Samsung  
Neue A4- und A3-Systeme für unterschiedlichste Anforderungen
- 24 ConnectKey verbindet Welten  
Offenes IT-Ökosystem schafft Mobilität und Sicherheit
- 25 China Printing  
Die Drucker von Aetas
- 26 Die Datenflut beherrschen  
Thema Big Data erreicht den Mittelstand
- 27 Eine Print-App für alle  
Die erste herstellerunabhängige Lösung
- 28 Stimme vs. Tastatur  
Vor- und Nachteile der Spracheingabe
- 30 Teilen als neues Haben  
Über neue Formen der Zusammenarbeit
- 34 Datenspeicherung  
5 NAS-Systeme für KMU
- 35 Wer hat's erfunden?  
Das Emoticon und das @-Zeichen

## BÜORÄUME

- 36 News
- 37 Bewegt sitzen – mehr bewegen  
Definition, Vorteile und vermeintliche Nachteile
- 40 Eine saubere Sache  
Bürostuhlreinigung im Redaktionstest

## Bewegt sitzen – mehr bewegen!

Ab Seite 37



## BÜRO RÄUME

- 41 **Inspirationsquelle Natur**  
Ein Bürostuhl ist nur so gut wie das Empfinden des Nutzers
- 42 **Schwingen für Anspruchsvolle**  
BIOSWING: Neues dreidimensional bewegliches Sitzsystem
- 42 **Ein Polster aus 5 Schichten**  
Der swopper AIR ist atmungsaktiv und thermoregulierend
- 43 **So wird heute gegessen**  
Wie die neue Technik unsere Sitzhaltung verändert
- 44 **Mehr Bewegung im Büro**  
10 Kriterien für Ihre Sitz-Steh-Lösung
- 46 **„Lift up your life!“**  
Innovationen und Ideen für mehr Ergonomie
- 47 **Das Ende des Sitzmarathons**  
Stehsitzen fördert Geist und Gesundheit
- 48 **Aufstand im Büro**  
Die Partner einer bewegenden Initiative
- 49 **Ergonomisch arbeiten**  
Der Sitz-Steh-Arbeitstisch Canvaro von Assmann
- 50 **Flexibel und kombinierbar**  
Eine individuelle Tresenlösung fürs Büro
- 51 **Design kehrt ins Office zurück**  
Justus Kolberg über Büromöbel, die gut aussehen
- 52 **Mehr als nur hübsch**  
Gesundheit und Kreativität dank Pflanzen
- 53 **Kampf dem Lärm**  
Lösungen für eine gute Akustik
- 53 **Loungesitzmöbel 90deegree**  
Flexibles Multitalent für Brandschutz und Akustik
- 66 **Frederik Flötotto:**  
Design im Chefbüro

## Nachhaltigkeit: Grüne Office-Papiere

Seiten 59–61



## BÜROBEDARF

- 54 **News**
- 56 **Professor Ergo klärt auf**  
Mit ergonomischen Arbeitsplätzen gegen Dauerschmerz
- 57 **Bunt und fühlbar einzigartig**  
CONCEPTUM® Notizbücher – neu in frischen Farben
- 58 **Auf dem Weg zum Universalmedium**  
Seit 500 Jahren sind gedruckte Kalender Lebensbegleiter
- 59 **Umweltfreundliche Papiere**  
Fragen und Antworten zu deren Nutzung im Büro
- 60 **Green Paper Jungle**  
Umweltfreundliche Büropapiere im Überblick
- 62 **Planet Gadget**  
Nützliches, Witziges und Schräges



**NEU:** Das Büro ist auch als Digitalausgabe erhältlich.  
Einzel und im Abonnement. Unter [www.OnlineKiosk.de](http://www.OnlineKiosk.de).

**BEILAGENHINWEIS:** Dieser Ausgabe liegen Informationen der boerding messe zur OFFICE-MANAGEMENT.de 2013 sowie Teilen der Auflage eine Broschüre von Fellowes bei. Wir bitten um Ihre Aufmerksamkeit.