



EDITORIAL

Berliner Juristen sitzen am besten

Dr. Robert Nehring, Chefredakteur

Eine Umfrage des Meinungsforschungsinstituts TNS Emnid hat interessante Fakten über die Verhältnisse in hiesigen Büros zutage gefördert. Für den „Büroklima-Index“ wurden im Auftrag der Sedus Stoll AG mehr als 1.000 Büroangestellte in ganz Deutschland befragt. Heraus kam z. B., dass 85 % aller Büroangestellten in Deutschland das Verhältnis zu ihren Arbeitskollegen als „sehr gut“ oder „eher gut“ einschätzen. Allerdings gibt es zum Teil große regionale Unterschiede. Das beste Büroklima – errechnet aus dem Verhältnis zu Arbeitskollegen, der Sitzqualität am Arbeitsplatz, der Häufigkeit von Rückenbeschwerden und dem Betriebsklima – herrscht demnach in Nordrhein-Westfalen und Bayern, das schlechteste in Sachsen und Thüringen.

Sehr interessant sind die Umfrageergebnisse auch, was das Sitzen im Büro betrifft. So wird z. B. am besten in der Hauptstadt gesessen. 91 % der Berliner Büroangestellten beurteilten ihre Sitzqualität als „sehr gut“ oder „eher gut“. In Sachsen und Thüringen gaben dies zum Vergleich nur 58 % an, 15 % machten hier sogar bei „eher schlecht“ ihr Kreuz. Geordnet nach Branchen sitzen Angestellte im Rechtswesen am besten (96 %) und Mitarbeiter im Versicherungswesen am schlechtesten (nur 57 % „sehr gut“ oder „eher gut“). Bei Letzteren gibt es offenbar größeren Handlungsbedarf. Gleiches gilt in Bezug auf die Bewegung im Büro: Zwar schätzten bei der Umfrage insgesamt 67 % der Befragten ihre Sitzplatzqualität als positiv ein, aber nur ein geringer Anteil gab an, frei von Rückenschmerzen zu sein, und ganze drei Viertel wünschten sich mehr Bewegungsfreiheit!

In dieser Ausgabe widmen wir uns auf gut 20 Seiten dem Thema Büromöbel. Besonders im Fokus stehen dabei Arbeitsstühle und Schreibtische, die für mehr Bewegung sorgen. Denn der Einzug solcher Möbel ins Büro ist nicht nur laut Experten längst überfällig, er wird – wie u. a. die erwähnte Studie zeigt – auch immer stärker von den Office-Workern gefordert.

Im Büromöbel-Schwerpunkt finden Sie konkrete Tipps für das Bewegungsitzen – Hinweise zu Verordnungen, Prüfzeichen, Infomaterial u. v. m. Die Redaktion hat für Sie auch zwei neue, besonders innova-

tive Büroarbeitsstühle getestet. Außerdem können Sie renommierten Designern begegnen und von Möbeln aus Pappe lesen. Und Sie erfahren endlich, was eine Laserfuge ist ...

Ein Schwerpunkt liegt in dieser Ausgabe auch auf dem Thema Drucken. Hier hat es zuletzt Irritationen hinsichtlich der Emissionen von Lasergeräten gegeben. Einige Behörden sind auf Tintenmodelle umgestiegen, u. a., weil sie gesundheitliche Beeinträchtigungen durch Tonerstaub befürchten. Jedoch werden die maßgeblichen Institutionen nicht müde, weiter darauf hinzuweisen, dass es keinerlei Beweise für solche Annahmen gibt. Der IT-Branchenverband Bitkom etwa hat in diesem Zusammenhang gerade „die Verunsicherung von Verbrauchern durch populärwissenschaftliche Berichterstattung sowie vereinzelt unseriöse Spekulationen“ entschieden zurückgewiesen.

Eines dagegen scheint in Bezug auf das Drucken im Büro sicher: Die fortschreitende Digitalisierung (Stichwort: papierloses Büro) tut ihm keinen Abbruch. So hat gerade eine Bitkom-Studie gezeigt, dass die Mehrheit der Verbraucher Papierdokumente weiterhin digitalen Dokumenten vorzieht. Das zeige sich insbesondere an der nur langsamen Verbreitung von digitalen Rechnungen. Eine IDC-Studie hat weiterhin ergeben, dass Smartphone- und Tablet-Besitzer sogar mehr drucken als Anwender, die keine Mobilgeräte besitzen. In der Studie wird auch prognostiziert, dass mehr als die Hälfte der Smartphone- und Tablet-Besitzer bis 2015 mobile Drucklösungen nutzen werden.

Neben vielen weiteren Themen erfahren Sie in dieser Ausgabe auch Spannendes zum Lieblingsgetränk der Deutschen, genau: dem Kaffee. So nimmt z. B. jeder Bundesbürger pro Jahr durchschnittlich 149 Liter davon zu sich – beim Bier sind es nur 105 Liter. Und hätten Sie gedacht, dass eine Tasse Kaffee aus einem Vollautomaten ca. 30 Cent günstiger ist als eine aus der Kapsel?

> RN@OfficeABC.DE

Gesundheit: Belastung und Vorbeugung

Seiten 10–14

BÜROKULTUR

- 03 Editorial
- 06 News
- 08 Das Fund-Büro
- 09 Korrekt und stilsicher schreiben
Mit dem geschriebenen Wort den Leser erreichen
- 10 Iss dich fit
Regelmäßig richtig essen
- 11 Den Stress besiegen
Erschöpfung klug vorbeugen
- 12 Denk an mich. Dein Rücken
Präventionskampagne der gesetzlichen Unfallversicherung
- 13 Professor Ergo hilft
Problemzonen am Arbeitsplatz gezielt angehen
- 14 Umgang mit psychischen Belastungen
Wie sich die Mitarbeitergesundheit stärken lässt
- 63 Top-Adressen
für die Büroustattung

Büromöbel: Mit bewegenden Stühlen und Tischen

Seiten 16–31



BÜORÄUME

- 16 News
- 18 Bewegt sitzen – mehr bewegen
Tipps, Regeln und Zeichen
- 20 Positive Schwingungen
Der 3Dee von aeris im Redaktionstest
- 21 Innovation mit Komfort
Der Gesture von Steelcase im Redaktionstest
- 22 Die großen Büromöbel-Designer
Daniel Figueroa
- 24 Wie ein Turnschuh
Berliner Designerteam schuf neuen Herman-Miller-Stuhl
- 26 Sitzkomfort neu definiert
Ergonomische Sitztechniken der Nowy Styl Group
- 27 Pezziball reloaded
Sitzalternative aus den 90ern kehrt zurück
- 28 Sitz-Steh-Lösungen in der Praxis
Leuwico für die Volksbank Bad Oeynhausen-Herford
- 29 Neue Fertigung, neue Produkte
Innovationen für mehr Wohlbefinden und Sicherheit
- 30 Möbel-Materialien
Papier
- 31 Möbelbau zücht Laserschwert
Neue Technik ermöglicht bessere Furnierkanten

IMPRESSUM

Das Büro, Ausgabe 05/13, www.OfficeABC.DE, 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
HERAUSGEBER/GESCHÄFTSFÜHRER: Frank Nehring, Tel. +49 30 479071-11, 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 **REDAKTION:** Anke Templiner, Tel. +49 30 479071-26, AT@OfficeABC.DE, Sebastian Klöß, Tel. +49 30 479071-13, SK@OfficeABC.DE, Christoph Schneider, Tel. +49 30 479071-19, CS@OfficeABC.DE
ABO- UND ANZEIGENVERWALTUNG: VERTRIEB: Tobias Meier, Tel. +49 30 479071-28, TM@NehringVerlag.DE **GESTALTUNG:** Tino Nitschke/Grafikdesign Berlin, www.tn-grafikdesign.de **TITELMOTIV:** Physik, Alberto Meda, Foto: Marcus Gaab © Vitra (www.vitra.com) **ERSCHEINUNGSWEISE, EINZELVERKAUFS- UND ABONNEMENTPREIS:** 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: 20.09.2013**



Drucker: smart und schön

Seiten 42–48

Beste Bohne: köstlicher Kaffee

Seiten 54–56



BÜRO RÄUME

- 32 **Wer hat's erfunden?**
Das moderne Bürogebäude
- 33 **Gefängnis Büro**
Plädoyer für eine ganzheitliche Gebäudeplanung
- 34 **Anspruchsvolle Arbeitswelten**
Die neue Deutschlandzentrale von Total in Berlin
- 36 **Analytisch oder kreativ**
Passendes Licht für verschiedene Aufgaben
- 37 **Alles Gute kommt von oben**
Oder: Let the sun shine in your office!
- 38 **Light me up!**
Lösungen für eine blendfreie Beleuchtung
- 39 **In der Ruhe liegt die Kraft**
Für eine angenehme Akustik
- 66 **Frederik Flötotto:**
Das Sitzen

BÜROTECHNIK

- 40 **News**
- 42 **Modern Printing**
Produktive Business-Geräte von Samsung
- 44 **Durchgestartet**
UTAX auf Deutschlandreise
- 46 **Smart drucken**
Produktive Printer fürs Büro
- 48 **Future Printing**
Neue Designstudien von Samsung
- 49 **Alleingelassen?**
Angestellte sind nicht auf Risiken vorbereitet
- 50 **All-in-One-PCs**
Leistungsstarke und platzsparende Modelle

BÜROBEDARF

- 52 **News**
- 53 **Luxus für die Hand**
Vier Schreibgeräte für Liebhaber
- 54 **Rund um die Bohne**
Über das Lieblingsgetränk der Deutschen
- 56 **Neues für Kaffeetrinker**
Von der Mini-Maschine bis zum Highspeed-Automaten
- 57 **Einfach, schnell, günstig**
So machen Sie das Beste aus Ihrem KEP-Versand
- 58 **Besser versenden**
Neue Lösungen für die Postbearbeitung
- 59 **Ob manuell oder automatisch**
Perfekte Präsentationen dank Bindomatic
- 60 **Crossmedial**
Die Kalender-App
- 60 **Zeitmanagement to go**
Innovativer Buchkalender „Chronobook“
- 61 **Planet Gadget**
Nützliches, Witziges und Schräges
- 62 **Klimaneutraler Bürobedarf**
Über die Zertifizierungsprozesse bei ClimatePartner



Das Büro ist auch als Digitalausgabe erhältlich.
Einzel und im Abonnement. Unter www.OnlineKiosk.de.

BEILAGENHINWEIS: Teilen der Auflage liegt die Das-Büro-Sonderausgabe „Gute Büroarbeit“ des Deutschen Netzwerks Büro e. V. bei. Wir bitten um Ihre Aufmerksamkeit.