

Es werde Licht



Robert Nehring

Besitzen Sie zufällig ein Nachtsichtgerät? Ich benötige nämlich eines. Denn vor allem zur Winterzeit verwandeln sich die Büros einiger meiner Kollegen in wahre Dunkelkammern. Als Lichtquelle reicht manchem das, was der Monitor abstrahlt. Zur Not wird ein so genannter Deckenfluter zugeschaltet. Was dessen 150-Watt-Lampe an Helligkeit erzeugt, ist aber näher an der Lichtebbe als der Lichtflut. Laut Experten ist es in deutschen Büros meist zu dunkel. Sicher, das individuelle Wohlbefinden stellt eine ernst zu nehmende Größe dar. Aber Arbeitswissenschaftler, Ergonomien und Lichtspezialisten warnen zu Recht vor den geschilderten heimeligen, kuscheligen Bürobio-topen. Denn hier wird das Schlafhormon Melatonin ausgeschüttet. Hier entsteht der Winterblues, der das Immunsystem schwächt und sich zu einer Depression auswachsen kann. Hier weicht die Aufmerksamkeit der Gemütlichkeit. Und hier sind Menschen schon gegen Schränke und Türen gelaufen. – Aus Gründen wie diesen präsentieren wir Ihnen in diesem Heft eine Reihe interessanter Aspekte zum Thema Büro-beleuchtung. Sie finden Wissenswertes über intelligente Lichtanlagen und den Faktor Tageslicht sowie viele pragmatische Lösungen.



Eine aktuelle Studie zum Thema ‚Ordnung im Office‘ rüttelt am Bild vom ordentlichen Deutschen. Die im Auftrag der Büromarktkette Staples durchgeführte Umfrage hat erbracht, dass zwar in rund 70 % der deutschen Büros besonders viel Wert auf Sauberkeit und Ordnung gelegt wird. Andererseits gab rund die Hälfte aller Befragten zu, von Ordnung und Organisation nicht allzu viel zu verstehen. Fast ein Viertel bezeichnet sich gar als latente Chaoten. Dieses Ergebnis bestätigt Experten wie Jürgen Kurz. Der professionelle Büro-Aufräumer ist sich sicher: An aufgeräumten, tendenziell leeren Tischen wird produktiver gearbeitet (Seite 6/7).

Ein weiteres Ergebnis der Staples-Umfrage ist, dass für zwei Drittel der hiesigen Büroarbeiter ein ergonomisch gestalteter Arbeitsplatz sehr wichtig ist. Das freut die Redaktion, denn sie hat erneut die für sie ergonomischsten Office-Lösungen des Vorjahres zusammengetragen (Seiten 12/13). Obwohl die Ergonomie ein wichtiger Faktor für Produktivität, Gesundheit und Wohlbefinden im Büro bleibt, gibt es auch Kritiker. Im vorliegenden Heft fordert z. B. der Büro-Experte Thomas Selling Bewegung statt ergonomisch gestalteter „Trägheitsfallen“ wie wunderbar bequemen Bürodrehstühlen (Seite 19). Die Kritik von Professor Rudolf Schricker, dem Präsidenten des Bundes Deutscher Innenarchitekten, geht in eine ähnliche Richtung: Vor lauter Ergonomiefixiertheit werde das Schaffen von motivierenden Arbeitsatmosphären vernachlässigt (Seiten 20/21). Beide haben auf ihre Art Recht. Allerdings kann auch und muss sogar ein richtig verstandener Begriff von Office-Ergonomie die Notwendigkeit der Animation zu körperlicher und geistiger Aktivität am Büroarbeitsplatz einschließen.

Robert Nehring
RN@OfficeABC.DE



Das Öko-Büro

Auf zu „grünen“ Einrichtungen

Erfahren Sie, auf welche Umweltaspekte Sie bei Möblierung, Beleuchtung und Auslegware achten sollten.

Seiten **9-11**



Kompetente Kommentare

Professor Rudolf Schricker fordert mehr motivierende Arbeitsatmosphären. Professor Christian Bartenbach sagt, worauf es bei der Konzeption von Tageslichtbeleuchtung ankommt. Thomas Selling fordert Schluss mit der Ergonomie – zugunsten von mehr Bewegung im Büro.

Seiten **19, 20-21, 58**

Scannen im Büro

Mit großer Marktübersicht

Idealerweise werden Papiere gleich auf dem Schreibtisch eingescannt. Wir haben passende Scanner verglichen, die weniger als 1.500 € kosten.

Ab Seite **31**



Planet Postbearbeitung

Die Vielfalt der Möglichkeiten

Aus Anlass des liberalisierten deutschen Postmarktes finden Sie ein Spektrum moderner Postdienstleistungen – inklusive Marktübersichten zu Frankiermaschinen und Kurierdiensten (KEPs).

Ab Seite **39**

IMPRESSUM

Ausgabe 01/08
www.OfficeABC.DE
VERLAG: Verlag Frank Nehring GmbH
 Zimmerstraße 56, 10117 Berlin
 Tel. 030 479071-0, Fax 030 479071-20
 DasBueror@OfficeABC.DE
HERAUSGEBER/GESCHÄFTSFÜHRER:
 Frank Nehring, Tel. 030 479071-11
 FN@OfficeABC.DE
 (Alleiniger Inhaber und Gesellschafter, Wohnort Berlin)
FACHBEIRAT:
 Prof. Dr. Dieter Lorenz (FH Gießen/Friedberg,
 Lehrstuhl für Arbeitswissenschaften),
 Dr. Armin Windel (Wissenschaftlicher Direktor/Leiter der
 Gruppe „Ergonomie“ bei der Bundesanstalt für Arbeits-
 schutz und Arbeitsmedizin (BAuA) Dortmund),
 Helmer Nettlau (Referatsleiter Verwaltungs-
 Berufsgenossenschaft (VBG)),

Willi Schneider (Vorsitzender Deutsches
 Büromöbel Forum und Vorsitzender des
 Initiativkreises INQA Büro), Monika Gunkel
 (1. Vorsitzende des Bundesverbandes Sekretariat
 und Büromanagement e. V. (bSb))
CHEFREDAKTEUR:
 Robert Nehring, Tel. 030 479071-18
 RN@OfficeABC.DE
REDAKTION:
 Bernd W. Fahland, Tel. 030 479071-13
 BF@OfficeABC.DE
 Anke Templiner, Tel. 030 479071-26
 AT@OfficeABC.DE
 Kirsten Waldheim, Tel. 030 479071-16
 KW@OfficeABC.DE
ABO- UND LESERSERVICE:
 Nico Röhner, Tel. 030 479071-21
 NR@OfficeABC.DE
ANZEIGENSERVICE:
 Bärbel Skrzypczak, Tel. 030 479071-27
 BS@OfficeABC.DE
GESTALTUNG: www.grafikdesign-weber.de

TITELMOTIV: Trilux
**ERSCHEINUNGSWEISE, EINZELVERKAUFS-UND
 ABONNEMENTPREIS:**
 Der Einzelverkaufspreis beträgt 5 €. Der Abonnement-
 preis beträgt 27 € (Ausland 38 €) inklusive Versandkosten.
 Darin enthalten ist der kostenlose Bezug von Son-
 derheften und anderen zusätzlichen Veröffentlichungen.
GESAMTHERSTELLUNG:
 Druckhaus Dresden GmbH
 ISSN 1434-2782
 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.
VERTRIEB EINZELVERKAUF:
 MZV Moderner Zeitschriften
 Vertrieb GmbH & Co. KG
 Breslauer Straße 5, 85386 Eching
 Fon: 089 31906-0, Fax: 089 31906-113
 E-Mail: mzv@mzv.de, Web: www.mzv.de

REDAKTIONSSCHLUSS: 11.02.2008



Das Büro ist Organ der Initiative
 Office-Ergonomie.



Die Verlag Frank Nehring GmbH ist Fördermitglied im
 Bundesverband Sekretariat und Büromanagement e. V.



Die Verlag Frank Nehring GmbH ist Mitglied im
 Verband Deutscher Zeitschriftenverleger (VDZ).

BÜROKULTUR

Organisation

- 6 „Leertischler sind effizienter“
Büro-Aufräumer Jürgen Kurz im Interview

- 8 Gehirn braucht Training
Zum Umgang mit der täglichen Informationsflut

Umwelt

- 9 Das Öko-Office
Tipps für ein umweltfreundliches Büro
Teil 1: Büroräume

Ergonomie

- 12 Ergonomie-HITs
Die Highlights des letzten Jahres

BÜRORÄUME

Beleuchtung

- 15 Pro dynamisches Licht
Warum angepasste Beleuchtung so angenehm ist
- 16 Lichtblicke
Ausgezeichnete Beleuchtungslösungen
- 18 Wo uns ein Licht aufgeht
Lichtmanagement von OSRAM – eine motivierende Lösung

Kommentare

- 19 Thomas Selling:
Bewegung statt Ergonomie!
- 20 Prof. Rudolf Schricker:
Es sollte „knistern“ im Büro

Design

- 22 Natürlich aus Stahl
Ein Material verbindet das Angenehme mit dem Nützlichen

Rauchabzugssysteme

- 23 Schluss mit dem blauen Dunst:
Lösungen für ein besseres Klima im Büro

Bodenbeläge

- 24 Schön auf dem Boden bleiben
Impressionen aus der Welt der Bodenbeläge
- 25 Grundlage für neuen Arbeitsstil
Teppichfliesen: Motivierendes Ambiente auf flexiblem Boden

- 26 Bodenqualitäten
Hervorragende Angebote

BÜROTECHNIK

Scanner

- 31 Dezentral, kompakt und günstig
Warum sich Personal- und Workgroup-Scanner im Büro lohnen

- 32 Passen auf jeden Schreibtisch
Leistungsfähige Scanner für weniger als 1.500 €

Clever drucken

- 34 Erfolgsfaktor für das Büro
Der magicolor 2590MF von Konica Minolta

Aktenvernichter

- 35 Ausgezeichnet shreddern
Der AL 1 überzeugt durch Design und Technologie

Software

- 36 Den PC zum Dolmetscher machen
Übersetzungssoftware fürs Office im Überblick

BÜROBEDARF

Frankieren

- 39 Plädoyer für Frankiermaschinen
Nicht das Ob, sondern das Wie ist entscheidend
- 40 Da geht die Post ab
Frankiermaschinen für kleine & mittlere Postaufkommen
- 42 Allrounder für die Poststelle
Pitney Bowes: Effizientere Prozesse & weniger Kosten
- 43 Die neue Generation
Highend-Frankiermaschinen von Neopost

Postdienstleistungen

- 44 Ring frei für Postdienstleister
Studie untersucht die Chancen auf dem Briefmarkt
- 45 Der neue Brieffreund
Kriterien für den geeigneten Briefdienstleister
- 46 Sicher von heute auf morgen
Kurier-, Express- und Paketdienste auf einen Blick

- 47 Postversand per Mausclick
Briefonlineportal spart 50 % Kosten

- 48 Zwei auf einen Schlag
Transpromo: Effizientes Direktmarketing per Rechnung

- 49 Prozessbeschleuniger DMS
Deutsche Post: Effizienz durch digitalisierten Posteingang

Bürobedarfstrends

- 50 Grün setzt sich durch
Trends und Neuigkeiten aus der Bürobedarfswelt
- 52 Kleines Büro für unterwegs
Das praktische triplus mobile office von Staedtler
- 53 Schluss mit eintönigen Büros
Die neue Produktserie von Elba bringt Farbe ins Spiel

RUBRIKEN

- 3 Editorial
- 14 News
Gesundheit plus
- 28 News
Büroräume
- 38 News
Bürotechnik
- 54 Bücher & Co.
Das Fund-Büro
- 55 Adressen
Top-Adressen für die Bürousausstattung
- 58 Kommentar
Prof. Christian Bartenbach:
Mentale Energie dank Tageslicht

Fokus Licht:

Trendschwerpunkt dieser Ausgabe ist das Thema Bürobeleuchtung. Sie erfahren z. B. Interessantes über dynamische Lichtsteuerungen und den Energiequell ‚Tageslicht‘. Zusätzlich werden pragmatische Lösungen präsentiert.

