

Use it or lose it



Dr. Robert Nehring

„Ein Stuhl ist ein Stuhl und keine Weltanschauung“ – diesem Ausspruch von Werner Link, dem Vorsitzenden der Geschäftsleitung von Interstuhl, begegnet man großflächig im neuen Kommunikationszentrum des schwäbischen Sitzmöbelherstellers (mehr dazu Seite 21). Die Losung spricht aus, wie es ist: Bei der Auswahl des Büromobiliars muss man es nicht übertreiben. Andererseits scheinen sich die meisten Office-Worker viel zu wenig mit der Materie zu beschäftigen. Zu viele sitzen z. B. noch auf museumsreifen Exponaten oder schwedischen Schnäppchen. Bedenklich ist bereits, dass zu viele von ihnen überhaupt den ganzen Tag sitzen.

Oft fehlt nach wie vor ein Bewusstsein für Office-Ergonomie. Vor allem in Bezug auf Bürostühle gibt es in dieser Disziplin seit einiger Zeit neue Erkenntnisse. Es geht längst nicht mehr darum, den Sitzenden mit so vielen Einstellmöglichkeiten wie möglich zu fixieren bzw. zu stützen. Vielmehr ist jetzt Bewegung Trumpf. Die beste Sitzhaltung ist immer die nächste. Empfohlen wird ein Mix aus Stehen, Sitzen und Bewegen. Ganz in diesem Sinne finden Sie auf Seite 20 ein mit Vehemenz gehaltenes Plädoyer für Stehsitze. Tipps für ergonomisches Sitzen bekommen Sie auf den Seiten 16/17. Im Anschluss erfahren Sie, warum bei der Suche nach den Ursachen für die unter Bürotätigen so weit verbreiteten Rückenschmerzen nicht nur die Arbeitshaltung, sondern auch psychische Einflüsse unter die Lupe genommen werden müssen (Seiten 18/19).



Ein weiterer großer Schwerpunkt dieser Ausgabe ist den Bürotechnik-Trends gewidmet. Auf der Cebit wurden wieder einige richtungsweisende Entwicklungen präsentiert. Wir stellen sie Ihnen vor (ab Seite 30). Außerdem finden Sie ein Software- und ein Drucker-Special (ab Seite 27 bzw. 36).

Unserem Anspruch gemäß, stets die wichtigsten Bürothemen prägnant in einem Magazin zu vereinen, finden Sie natürlich wie immer noch viel mehr. Etwa Neues von der Light & Building, der Branchenmesse für Beleuchtung, die aufgrund des aktuellen LED-Booms hinter den Kulissen häufig LED & Building genannt wurde (ab Seite 24). Wir beschäftigen uns auch mit den Themen Travelmanagement (ab Seite 11), Document Finishing (Seiten 42/43) und der beliebten Kaffeepause (ab Seite 46). Besonderer Gast unserer Ausgabe ist Office Brands Bürobedarf 2010. Hier können Sie sich über wichtige Marken und Markenprodukte der PBS-Branche informieren.

Robert Nehring

RN@OfficeABC.DE



Ergonomische Büromöbel:

Die Büromöbelbranche kennt viele Trends, etwa Design, Qualität oder Ökologie. Ein großes Dauerthema ist seit Jahren die Büro-Ergonomie. In dieser Ausgabe finden Sie viele Möglichkeiten, Produktivität, Gesundheit und Wohlbefinden durch ergonomisch gestaltete Möbel zu verbessern. Seiten 16–23.



Light & Building Highlights von der Lichtmesse Seiten 24–26



Bürotechnik-Trends Verwalten, Drucken, Telefonieren Seiten 27–40

Der Büro-Zaubertrank Kaffee stärkt auch die Gesundheit Seiten 46–48

IMPRESSUM

Das Büro
Ausgabe 02/10
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
DasBuero@OfficeABC.DE
HERAUSGEBER/GESCHÄFTSFÜHRER:
Frank Nehring, Tel. +49 30 479071-11
FN@OfficeABC.DE
(Alleiniger Inhaber und Gesellschafter, Wohnort Berlin)
FACHBEIRAT:
Prof. Dr. Dieter Lorenz (FH Gießen/Friedberg,
Lehrstuhl für Arbeitswissenschaften),
Dr. Lars Adolph (Leiter der Gruppe 2.3 Human Factors,
Ergonomie bei der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und
Arbeitsmedizin (BAuA)),
Helmer Nettlau (Referatsleiter Verwaltungs-
Berufsgenossenschaft (VBG)),

Willi Schneider (Vorsitzender Deutsches
Büromöbel Forum und Vorstandsmitglied des
Deutschen Netzwerks Büro e.V.), Monika Gunkel
(1. Vorsitzende des Bundesverbandes Sekretariat
und Büromanagement e.V. (bSb))
CHEFREDAKTEUR:
Dr. Robert Nehring, Tel. +49 30 479071-18
RN@OfficeABC.DE
REDAKTION:
Anke Templiner, Tel. +49 30 479071-26
AT@OfficeABC.DE
Erik Meininger, Tel. +49 30 479071-13
EM@OfficeABC.DE
ABO- UND ANZEIGENVERWALTUNG; VERTRIEB:
Bärbel Skrzypczak, Tel. +49 30 479071-27
BS@OfficeABC.DE
GESTALTUNG: www.grafikdesign-weber.de

TITELMOTIV: aeris
**ERSCHEINUNGSWEISE, EINZELVERKAUFS- UND
ABONNEMENTPREIS:**
Der Einzelverkaufspreis beträgt 5 €. Der Abonnement-
preis beträgt 27 € exklusive Versandkosten. Darin
enthalten ist der kostenlose Bezug von Sonderheften und
anderen zusätzlichen Veröffentlichungen.
GESAMTHERSTELLUNG:
Druckhaus Dresden 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.

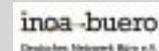
REDAKTIONSSCHLUSS: 12.04.2010



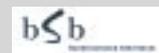
Das Büro ist Organ der Initiative Office-Excellence.



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



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



Der Verlag Frank Nehring ist Kooperationspartner des
Bundesverbandes Sekretariat und Büromanagement e.V.

Beilagenhinweis: Teilen der Auflage liegt eine Broschüre der Firma Linak über Sitz-Steh-Arbeitsplätze bei, ebenso eine Info-Map der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft zur Auswahl von Bürostühlen. Wir bitten um Ihre Aufmerksamkeit.

BÜROKULTUR

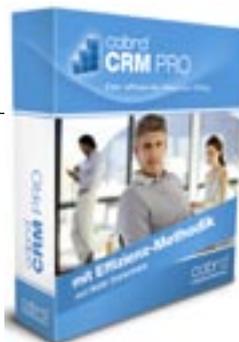
- 7 **Bücher & Co.**
Das Fund-Büro
- ▶ 8 **Gefährdete Work-Life-Balance**
Fachbeiratsmitglied Prof. Dieter Lorenz im Gespräch
- 10 **Professionelles E-Mail-Management**
Posteingänge bewältigen und kundenfreundlich schreiben
- 11 **Mit bestmöglichem Preis**
Das Geschäftsreiseportal CWT-direkt.de
- ▶ 12 **Einfach online buchen**
5 Webangebote für Geschäftsreisen und Tagungen
- 13 **Effizientes Reisekostenmanagement**
Vorteile durch Managed Services von ADP

BÜRO RÄUME

- 16 **Bürostuhlwahl ohne Qual**
Tipps und Tricks zu Auswahl und Nutzung
- 17 **Office-Ergonomie**
Wo Deutschland noch „Entwicklungsland“ ist
- 18 **Mythos Rückenerkrankungen**
Wenn die Seele zwischen allen Stühlen sitzt
- 20 **Wie lange noch?**
Schluss mit der Herrschaft des Bürostuhls
- 21 **Mehr vom Sitzen verstehen**
Interstuhl hat neue Arena eröffnet
- 22 **Die großen Büromöbel-Designer**
Erik Magnussen im Porträt
- 24 **Lichtstarke Lösungen**
Highlights von der Light & Building
- ▶ 25 **Einfach toll: Tolomeo**
Artemide-Präsident Ernesto Gismondi im Gespräch
- 26 **Im Zentrum des Lichts**
Waldmann auf der Light & Building 2010

BÜROTECHNIK

- 27 **Wie Strom aus der Steckdose**
Miet-Software vom IT-SoftwareService der Deutschen Telekom
- 28 **Gezielter Kundenservice**
Mit cobra Abläufe erleichtern und Kunden binden
- 29 **Post da! Digital statt analog**
Enterprise Content Management jetzt auch im Mikrokosmos
- ▶ 30 **Technik-Trends 2010**
Mobile Computing, Multi-Touch, 3D und Sicherheitspakete
- 34 **Zeitgemäß telefonieren**
Die Aastra OpenCom X320: im Verlag Frank Nehring getestet
- 35 **Für hohen Service-Anspruch**
Jura Gastro Vertriebs-GmbH setzt auf TK-Anlage von Auerswald
- 36 **Überzeugende Leistung**
Konica Minolta ersetzt alte MFPs bei LBS Nord
- 37 **Weit mehr als nur drucken**
Canons Print-Plattform der nächsten Generation
- 38 **Professional Printing**
Lösungen für mehr Eindruck beim Ausdruck
- ▶ 40 **Genaues weiß man nicht**
Zur Gefährlichkeit von Laserdrucker-Emissionen



BÜROBEDARF

- 42 **Schnell selbst gemacht**
Schneiden, Binden, Laminieren, Heften und mehr
- 44 **Computern geht es „dreckig“**
Unhygienische Büroelektronik als Gesundheitsgefahr
- 45 **Für glänzende Ergebnisse**
Konsequente Büroreinigung für alle Flächen
- 46 **Imagewandel einer Bohne**
Neuere Studien attestieren Kaffee positive Nebenwirkungen
- 47 **Heiß und motivierend**
Für mehr Genuss bei der Arbeit
- 48 **Für kultivierte Kaffeepausen**
Neu: Das Coffee-Break-Set mit Impressa XZ7

RUBRIKEN

- 3 Editorial
- 6 News
Bürokultur
- 14 News
Büroräume
- 32 News
Bürotechnik
- 41 News
Bürobedarf
- 49 **Top-Adressen**
für die Büroausstattung
- 52 **Wer hat's erfunden?**
Der Computer

Zusätzliche Beiträge
finden Sie auf
unseren Webseiten

Das Büro – Add-onLine
www.Das-Buero-Magazin.de