

Das kann ins Auge gehen



Dr. Robert Nehring

Erhalten Sie auch häufig E-Mails mit so kleiner Schrift, dass man sie kaum lesen kann? Ich bekomme solche oft von Agenturen, die uns über neue Software-Lösungen informieren. Ich kann dann immer nur hoffen, dass wenigstens die Schrift in diesen Programmen ohne Lupe gelesen werden kann. – Das Thema Software-Ergonomie ist ein Teil des Schwerpunkts dieser Ausgabe: der ergonomische Bildschirmarbeitsplatz. Auf den Seiten 16/17 informiert Sie die gesetzliche Unfallversicherung VBG über die nutzerfreundliche Gestaltung und Einstellung von Software. Quintessenz: Nicht nur die Programmierer sind gefragt, sondern auch und insbesondere die Nutzer. So sollten Sie z. B. darauf achten, dass die Zeichenhöhe Ihrer Bildschirmschrift bei einem Sehabstand von 50 cm mindestens 3,2 mm beträgt. Messen Sie es einmal aus! In unserem Verlag haben wir uns übrigens auf Arial in 12°-Größe geeinigt. Das sieht vielleicht nicht schön aus und spiegelt sicher keineswegs unsere beispiellos hohe Kreativität wider, aber es lässt sich sehr gut lesen.



Sommer, Sonne – Sonnenschutz! In der Jahresmitte wird die Produktivität in vielen Büros nicht nur durch die höhere Temperatur behindert. Tätigkeiten am Bildschirm erschwert oft auch die größere Helligkeit. Durch das hereinbrechende Licht entstehen Reflexionen auf den Displays, die sich verstärkenden Kontraste belasten die Augen zusätzlich. Hier bedarf es moderner Sonnenschutzlösungen an den Fenstern. Mehr dazu auf den Seiten 38/39.

Nun ist es raus: Seit dem 15. Juni ist Microsoft Office 2010 erhältlich. Wie auf den Seiten 28/29 ausführlich dargestellt, kann die neue Version des Büroklassikers auf viele webbasierte Ergänzungen zurückgreifen. Und auch der Rest kann sich sehen lassen. Wenn man den Preis einmal außen vor lässt – Alternativen wie Open Office sind kostenfrei –, so gibt es doch einen Punkt, der mich nachdenklich stimmt, den so genannten Office Social Connector. Dank ihm werden in Outlook auch Informationen aus Facebook & Co. angezeigt.

So schön und zeitgemäß das sein mag – lenken Features wie diese den Office Worker nicht noch mehr ab? Unabhängig vom unbestrittenen Nutzen – wird damit nicht eigentlich nur jene Informationsflut vergrößert, welche schon heute für eine in vielen Büros grassierende „Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung“ sorgt? In seinem Buch „Payback“ schreibt FAZ-Mitherausgeber Frank Schirmmacher, dass der durchschnittliche Bürotätige heute permanent zwischen zwölf Projekten wechselt und es gerade einmal 20 Sekunden vor einem Bildschirmfenster aushält. 25 Minuten benötigt er im Schnitt, bis er wieder bei der (eigentlichen) Sache ist. Die Dauer seiner Abgelenktheit beträgt jeden Tag zweieinhalb Arbeitsstunden. Durch Funktionen wie den Social Connector könnte es nun zu noch mehr Multitasking im Sinne von „simultan gleich mehrere Dinge schlecht machen“ kommen – erst recht, wenn so noch mehr Privates im Büro erledigt werden kann. Aber viele Unternehmen haben schon reagiert. Nach dem Motto „Wer für alles offen ist, kann nicht ganz dicht sein“ sperren sie Portale wie Facebook, Ebay oder MySpace für ihre Mitarbeiter.

Wie immer finden Sie in dieser Ausgabe noch viel mehr – vom Büroärgernis Mundgeruch über das Thema Enterprise Content Management bis hin zur Postbearbeitung. Wenn Sie es noch kompakter wollen, sei Ihnen unser jährliches Prima Office empfohlen. Auf den Seiten 26/27 hat die Redaktion erneut herausragende Office-Lösungen zu einem Beispielbüro zusammengetragen.

Schließlich möchte ich Sie zu unserer jährlichen Leserbefragung einladen. Sie finden diese auf der dritten Umschlagseite und auf unseren Webseiten. Helfen Sie uns, noch besser zu werden!

Robert Nehring

RN@OfficeABC.DE



Ergonomie am Bildschirm:

Ein ergonomischer Bildschirmarbeitsplatz schont nicht nur die Augen, den Rücken usw. Er macht auch produktiver. Man kann sich besser konzentrieren und schafft mehr. In unserem Schwerpunkt finden Sie zahlreiche Tipps und Lösungen für eine bessere, weil ergonomische Büroarbeit. Seiten 14–19.

Checkliste Ergonomie

Tipps für die gesunde Büroarbeit

Seiten **14–15**



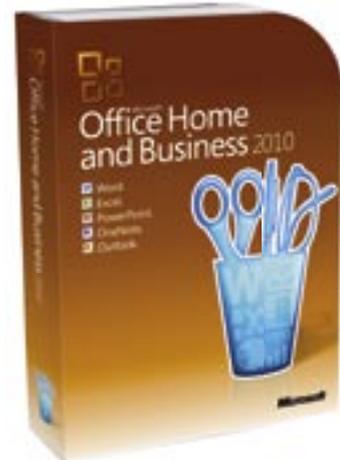
Prima Office
Für das Beste im Büro

Seiten **26–27**

Muss oder kann?

Microsoft Office 2010

Seiten **28–29**



IMPRESSUM

Das Büro
Ausgabe 03/10
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
www.nehring-verlag.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 Nettle (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: Microsoft
**ERSCHEINUNGSWEISE, EINZELVERKAUFS- UND
ABONNEMENTPREIS:**
Der Einzelverkaufspreis beträgt 5 €. Der Abonnement-
preis beträgt 27 € exklusive Versandkostenanteil. 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.

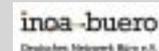
REDAKTIONSSCHLUSS: 14.06.2010



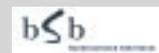
Das Büro ist Organ der Initiative Office-Excellence.



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



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



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

Beilagenhinweis: Teilen der Auflage liegt die Sonderausgabe Das Büro: Green Office 2010 bei. Wir bitten um
Ihre Aufmerksamkeit.

BÜROKULTUR

- 7 **Bücher & Co.**
Das Fund-Büro
- ▶ 8 **Fokus Prävention**
Fachbeiratsmitglied Dr. Lars Adolph im Gespräch
- 10 **Office Excellence Kongress 2010**
Zum 7. Mal wurde der Office Excellence Award verliehen
- 11 **Nomaden der Arbeit**
Flexibel und hochgradig mobil
- ▶ 12 **Schlechter Atem im Büro**
Dauerhafter Mundgeruch kann der Karriere schaden
- ▶ 26 **Prima Office**
Die Redaktion von Das Büro empfiehlt

BÜROTECHNIK

- ▶ 14 **Weniger belastende Büroarbeit**
10 Tipps für einen ergonomischen Arbeitsplatz
- 16 **Fit und produktiv am PC**
Software nutzerfreundlich gestalten und einstellen
- 18 **Dynamisch sehen am PC**
Wie müde Augen wieder munter werden
- 19 **Vielfältig verstellbar**
5 aktuelle ergonomische Bildschirme
- 20 **Auf dem neuesten Stand**
Moderne Telekommunikationslösungen für KMUs
- 21 **Neuer Telekom-Dienst WebShare**
Die eigne Homepage aufwerten und den Speicherplatz optimieren
- 22 **Effizient, wartungsarm & sicher**
Schlanke IT bei SANDER + SANDER dank IGEL Thin-Client-Lösung
- 23 **Mehr als nur Dokumente managen**
Neuigkeiten für das Enterprise Content Management
- 24 **DMS aus der Cloud**
Dokumenten-Management zur Miete bietet neue Möglichkeiten
- ▶ 28 **Microsoft Office 2010**
Bemerkenswertes Upgrade mit zeitgemäßen Features
- 30 **40 Kilometer auf einen „Klick“**
Der Schritt in die digitale Welt der Diktieretechnik
- 31 **Diktieren für Profis**
Kleine Allrounder mit tollen Extras
- 32 **Die nächste Generation**
Samsung präsentiert neue Familie von MFP- & Farblasergeräten
- 34 **PCs mieten mit Pay-per-use**
Pauschalierte Bezahlung für standardisierte Leistungen

BÜRORÄUME

- 36 **Allrounder zum Be-Sitzen**
Der neue Campos von interstuhl
- 37 **Mehr Bewegungsfreiheit dank Novus**
Ergonomische Arbeitsplatzgestaltung mit dem Mehrplatzsystem
- 38 **Licht und Schattenseiten im Büro**
Überlegungen zum Thema Blendschutz
- 39 **Schutz vor Blendung und Hitze**
Im Büro kein Luxus, sondern Notwendigkeit
- ▶ 40 **Die großen Büromöbel-Designer**
Reiner Moll im Porträt



BÜROBEDARF

- 44 **Vormarsch der elektronischen Post**
Neuigkeiten und Trends beim Postversand
- 46 **Eingangspost clever managen**
FP inboundmail sorgt für Wirtschaftlichkeit



RUBRIKEN

- 3 Editorial
- 6 News
Bürokultur
- 13 News
Bürotechnik
- 35 News
Bürräume
- 42 News
Bürobedarf
- 47 **Top-Adressen**
für die Büroausstattung
- 50 **Wer hat's erfunden?**
Der Brief

Zusätzliche Beiträge
finden Sie auf
unseren Webseiten

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