

# Macht Handy doof?



Robert Nehring

Schöne, neue mobile Arbeitswelt: In Südkorea haben Forscher ein neues Phänomen beobachtet, eine Art digitaler Demenz bei Berufstätigen im Alter von 20 bis 30 Jahren. Der von den so genannten Digital Natives – den in der digitalen Ära mit Mobiltelefon und Internet Aufgewachsenen – beklagte Gedächtnisschwund wird auch auf deren Handygebrauch zurückgeführt. Passwörter, Telefonnummern: Früher wurde im Hirn gespeichert, heute im Handy. Dümmer soll auch das so oft beschworene Multitasking machen. Die permanente Unterbrechung durch den simultanen Gebrauch von Internet, E-Mail, Telefon etc. soll den Intelligenzquotienten doppelt so stark senken wie das Rauchen von Marihuana. Zurück zu den Handys. Eine US-Studie hat gerade nachgewiesen, wie sehr jene auch die Konzentration beeinträchtigen: Nur jeder vierte telefonierende Fußgänger hat im Test einen Clown auf einem Einrad bemerkt.

Vor dem Hintergrund solcher Erkenntnisse scheint es nur richtig, dass in immer mehr Chefetagen die Benutzung von iPhone und Co. verboten wird. Weitere Maßnahmen gegen unnötige Unterbrechungen wie das Ausstellen der akustischen E-Mail- oder SMS-Benachrichtigung sind sinnvoll. Gegenwind bekommen übrigens auch die freiberuflichen Büromaden, die digitalen Bohemiens, zu spüren. In Berlin noch heiß diskutiert, in New York bereits Realität, wird in immer mehr Cafés und Restaurants die Nutzung von Notebooks untersagt. Den als „urbane Penner“ Beschimpften wird vorgeworfen, dass sie die Tische besetzt halten, ohne mehr als einen Latte macchiato zu konsumieren.

Nichtsdestotrotz bereichern E-Mail, Handy, Notebook, Konferenzsystem etc. ohne Zweifel unsere Büroarbeitswelt. Und aus diesem Grund präsentieren wir Ihnen in dieser Ausgabe viele neue Lösungen für das Mobile Office. Begleitend finden Sie eine Reihe von Tipps, wie Sie unterwegs Ihre Gesundheit erhalten und Ihre Produktivität steigern können. Passend zum Thema stellen wir Ihnen auch flexible Bürokonzepte vor: Sie erfahren, was Business Center heute bieten und wo Sie schon für 12 € am Tag kollaborative Büroarbeit leisten können (Seiten 18/19).

Einen großen Schwerpunkt dieser Ausgabe stellt auch das ergonomische Sitzen im Büro dar. Das Thema wird zwar regelmäßig neu erfunden. Der aktuelle Trend geht aber ganz zu Recht vor allem in die Richtung von mehr Bewegung. Denn wie Herr Professor Froböse in seinem Beitrag glaubhaft macht, hat die bisherige Philosophie zu einer „komatösen Unterforderung“ des Bewegungsapparates geführt (Seiten 20/21).

Aus aktuellem Anlass finden Sie außerdem Tipps zum Schutz gegen die Grippewelle. Gerade im Büro ist jetzt hygienisches Verhalten geboten (Seiten 44–46).

Wir wünschen Ihnen viel Spaß und bereits ein Frohes Fest sowie einen guten Rutsch ins neue Jahr!

*Robert Nehring*

RN@OfficeABC.DE



Foto: Ernst Rose/pixelio



## Sitzen im Büro

Eine neue Ergonomie

Seiten **20–25**



## Telekommunikation

Konferenzsysteme im Vergleich

Seiten **28–31**



## Bürohygiene

Sauberkeit und Gesundheit

Seiten **44–46**

## Diktiergeräte

Neue digitale Lösungen

Seiten **38–39**



## IMPRESSUM

**Das Büro**  
Ausgabe 06/09  
[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  
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. 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. +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 LESERSERVICE:**  
Nico Röhner, Tel. +49 30 479071-21  
NR@OfficeABC.DE  
**ANZEIGENSERVICE:**  
Bärbel Skrzypczak, Tel. +49 30 479071-27  
BS@OfficeABC.DE  
**GESTALTUNG:** [www.grafikdesign-weber.de](http://www.grafikdesign-weber.de)

**TITELMOTIV:** Varié  
**ERSCHEINUNGSWEISE, EINZELVERKAUFS- UND  
ABONNEMENTPREIS:**  
Der Einzelverkaufspreis beträgt 5 €. Der Abonne-  
mentpreis beträgt 27 € (Ausland 38 €) 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: 10.11.2009**

**ioe** Initiative  
Office-Excellence  
Das Büro ist Organ der Initiative Office-Excellence.

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

**inoa-buero**  
Initiative Büroqualität des Netzwerks  
Der Verlag Frank Nehring ist Medienpartner des Deutschen Netzwerks  
Büro bzw. des Initiativkreises Neue Qualität der Büroarbeit, INQA Büro.

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

## BÜROKULTUR

- 7 Smart Working im Büro**  
Innovative Arbeitsmodelle – im Gespräch mit Philip Vanhoutte
- 8 Office unterwegs**  
Tipps für die (Büro-)Arbeit im Außendienst

- 10 Trotz Krankheit zur Arbeit**  
Präsentismus – ein Phänomen in unsicheren Zeiten



- 12 Das DIN informiert**  
Entwurf der überarbeiteten DIN 5008
- 13 Bücher & Co.**  
Das Fund-Büro

## BÜRORÄUME

- 16 Die großen Büromöbel-Designer**  
Stefan Brodbeck im Porträt
- 18 Arbeiten im Coworking Space**  
Das Betahaus in Berlin – ein Pionierprojekt
- 19 Büroarbeitsplätze weltweit**  
Was Business Center heute leisten

- 20 Die neue Freiheit des Sitzens**  
Abschied von der ergonomischen Zwangshaltung
- 22 Gender Seating**  
„Frauen-Stühle“ als Sitzalternative
- 23 Aussitzen und Durchsitzen**  
Eine Alternative für den täglichen Büromarathon

- 24 Der Stuhl arbeitet mit**  
5 Lösungen für außergewöhnlich gutes Sitzen
- 25 24-Stunden-Stühle**  
5 Lösungen für den permanenten Gebrauch



## BÜROTECHNIK

- 28 Die neue Meetingkultur**  
Telefon-, Web- und Videokonferenzen als Alternativen
- 29 Virtuelle Konferenzen**  
Die Deutsche Telekom senkt die Preise
- 30 Digitaler Austausch**  
Lösungen für effiziente Web- und Videokonferenzen
- 31 Zukunft Videokommunikation**  
Passende Produkte für jede Unternehmensgröße

- 32 Überall Büro**  
Trends und Risiken der mobilen Kommunikation
- 34 Schick und leistungsfähig**  
10 aktuelle Net- und Notebooks für Business und Lifestyle
- 36 Sparsam und effizient**  
Vorteile und Einsatzmöglichkeiten von Thin-Client-Displays
- 37 Schriftgrößen am Bildschirm**  
Hochauflösende Displays und kleine Schriftzeichen

- 38 Kluge Bürohelfer**  
Die neuen digitalen Diktiergeräte von Sony
- 39 Mehr als nur aufnehmen**  
Moderne digitale Diktiergeräte sind Sound-Allrounder
- 39 Digitales Diktat-Management**  
Das Office Starter Pack von Olympus

## BÜROBEDARF

- 41 Für ein besseres Klima im Büro**  
tesa® Clean Air schützt vor Feinstaub aus Laserdruckern
- 42 Zum Mitnehmen**  
Empfehlungen für den mobilen Alltag

- 43 Geschenkideen zum Weitersagen**  
Die edlen Accessoires von Sigel kommen immer gut an
- 44 Alles O. K. an Telefon und PC?**  
Reinigungsmittel für die Hygiene im Büro

- 46 9 Tipps gegen Viren**  
So schützen Sie sich vor grippaler Ansteckung



## RUBRIKEN

- |                             |                               |                                                   |
|-----------------------------|-------------------------------|---------------------------------------------------|
| <b>3 Editorial</b>          | <b>26 News</b><br>Bürotechnik | <b>47 Top-Adressen</b><br>für die Büroausstattung |
| <b>6 News</b><br>Bürokultur | <b>40 News</b><br>Bürobedarf  | <b>50 Wer hat's erfunden?</b><br>Das Diktiergerät |
| <b>14 News</b><br>Büroräume |                               |                                                   |

**Beilagenhinweis:** Teilen der Auflage liegt das Marken-Magazin Office Brands zu den Themenbereichen Büroräume und Bürotechnik bei, außerdem ein Faltblatt über mobile Büroarbeit von der Verwaltungs-Berufsgenossenschaft. Wir bitten um Ihre Aufmerksamkeit.

### Mobil und flexibel:

In dieser Ausgabe finden Sie viele Tipps für die mobile Büroarbeit – vom Smartphone bis zur schicken Tasche. Passend dazu stellen wir Ihnen auf den Seiten 18/19 flexible Bürokonzepte vor.