



PRESSEINFORMATION

April, 2021

Produktiv arbeiten – auch im Home-Office

Durch die Corona-Krise wurde Home-Office für viele Personen schlagartig zur neuen Realität. Umso wichtiger ist es, gerade im Heimbüro, auf Ergonomie, rechtliche Rahmenbedingungen und einen ausgewogenen Tagesablauf zu achten. Alternierende Heimarbeit, also der ausgewogene Wechsel zwischen Büro und Home-Office, schafft laut Experten die beste Balance für Produktivität und Zusammenarbeit.

Die fünf wichtigsten Voraussetzungen für dauerhafte Produktivität und Motivation im Home-Office im Schnellüberblick:

- **Eingespielte Routine:**

Ein geregelter Tagesablauf mit definierter Arbeitszeit und Pausen ist essenziell, um die Effizienz und Zufriedenheit zu steigern.

- **Ergonomischer Arbeitsplatz:**

Die richtigen Büromöbel, allen voran ein ergonomischer Bürostuhl, können Schäden am menschlichen Bewegungsapparat vorbeugen.

- **Technische Voraussetzungen:**

Die richtige technische Ausstattung, sowie stabiles Internet, sind Voraussetzungen für einen reibungslosen Arbeitsablauf und erleichtern die virtuelle Kommunikation und Zusammenarbeit.

- **Work-Life-Balance:**

Beim Arbeiten in den eigenen vier Wänden ist für eine bestmögliche Abgrenzung von Familie beziehungsweise Mitbewohner, Beruf und Freizeit zu sorgen – auch wenn das nicht immer leichtfällt.

- **Büro – Home-Office – Switch:**

Nur abgeschottet im Heimbüro zu sitzen, kann auf Dauer unzufrieden und unproduktiv machen. Eine gute Lösung ist die alternierende Arbeit im Büro. Das stärkt die Zusammenarbeit und das soziale Gefüge eines Unternehmens.



Arbeit zwischen Wäscheberg und Staubsauger?

Auch wenn sich der permanente Aufenthalt in den eigenen vier Wänden schnell, wie zusätzlich gewonnene Freizeit anfühlen kann, sollte genau das vermieden werden. Ein geregelter Tagesablauf, ähnlich wie im normalen Büro, ist die Voraussetzung für produktives und gesundes Arbeiten. Klar definierte Arbeitszeiten und Pausen verhindern die Ablenkung durch Hausarbeit und Mitbewohner. Ein festgelegter Feierabend sorgt für die nötige Abgrenzung zwischen Freizeit und Arbeit und unterstützt eine ausgewogene Work-Life-Balance. Eine Studie der Universität Stanford hat gezeigt, dass gerade die Mischung aus Home-Office und Büropräsenz die Produktivität steigert, Mitarbeiter, die lediglich im Heimbüro beschäftigt sind, verlieren laut Studie, durch die miteinhergehende soziale Isolation langfristig die Motivation an ihrer Beschäftigung.

Gesetzliche Regelungen.

Für die Arbeit im Heimbüro wurden erst kürzlich neue gesetzliche Regelungen festgelegt. Grundsätzlich ist weder der Arbeitgeber dazu verpflichtet Home-Office zu bewilligen, noch ist der Arbeitnehmer gezwungen zu Hause zu arbeiten. Kommt eine einvernehmliche Vereinbarung zustande, gelten dieselben Arbeitszeiten wie im Büro. So sind Arbeitnehmer auch während ihres Tages im Heimbüro unfallversichert. Ein Problem stellt die oft mangelnde Sicherheit firmenbezogener Daten dar. Sicherheitsstandards sind in privaten Haushalten meist gering, was ein gefundenes Fressen für Cyberkriminalität ist. Um die Sicherheit der firmeninternen Daten dennoch zu gewährleisten, bedarf es einer klaren Vorgabe des Arbeitgebers.

Neben digitalem Equipment ist besonders die Ausstattung mit den passenden Büromöbeln von Bedeutung. Arbeitgeber können die Gesundheit ihrer Mitarbeiter unterstützen, indem sie ergonomische Büromöbel für ihre Angestellten zur Verfügung stellen. Meist ist der Arbeitnehmer aber selbst für die Beschaffung seines Mobiliars verantwortlich. Deshalb besteht laut neuem Gesetz die Möglichkeit für Arbeitnehmer, Büromöbel mit bis zu 300 Euro steuerlich als Werbungskosten abzusetzen. Dafür muss mindestens 26 Tage pro Jahr im Home-Office gearbeitet werden.

Ciao Küchenstuhl! Ergonomie im Home-Office.

Werden also Home-Office-Möbel eingekauft, ist auf einige ergonomische Standards zu achten. In erster Linie sollte vom Küchenstuhl auf einen passenden Bürostuhl gewechselt werden, der dynamisches Sitzen ermöglicht. Höhenverstellung, Synchronmechanik für freifederndes Sitzen, Anpassung des Anlehndrucks auf das Körpergewicht und gute Rückenunterstützung sind Features,



welche ein optimaler Bürostuhl in jedem Fall bieten soll. Der passende Schreibtisch sollte eine ausreichend große Arbeitsfläche aufweisen.

Das Heimbüro selbst, wird bestenfalls in einem eigenständigen Raum angesiedelt. Dieser sollte bei einer Mindestgröße von acht Quadratmetern eine Raumhöhe von 2,5 Metern aufweisen. Ein Fenster sorgt für ausreichend Frischluft und Tageslicht. Der Arbeitsplatz ist parallel zum Fenster zu arrangieren, sodass das Licht seitlich einfallen kann, was wiederum Blendungen und Reflexionen vermeidet. Reicht das Tageslicht nicht mehr aus, braucht es im unmittelbaren Arbeitsumfeld Kunstlicht mit einer Beleuchtungsstärke von circa 300 Lux. Wer am Laptop arbeitet, tut aus ergonomischer Sicht gut daran, sich zusätzlich einen größeren Bildschirm, sowie eine externe Tastatur und Maus zu beschaffen.

Home-Office ist also weder Urlaub noch 24-Stunden-Job, sondern eine Alternative zum etablierten Gang ins Büro. Und genau wie im klassischen Büro sollten auch Arbeitsplatz und Tagesablauf geplant und gestaltet werden.

Weitere Infos zu Ergonomie im Home-Office: [Think NewWork - Wiesner Hager Content Hub](#)

Weitere Infos zur gesetzlichen Lage im Home-Office: [Think NewWork - Wiesner Hager Content Hub](#)

Altheim, April 2021

Für weitere Informationen kontaktieren Sie bitte:

Wiesner-Hager Möbel GmbH
Linzer Straße 22; AT-4950 Altheim

Ansprechpartner: Franz Gurtner
tel: +43 (7723) 460-152 | mobil: +43-(0)664-5311961
email: f.gurtner@wiesner-hager.com

Über Wiesner-Hager:

Wiesner-Hager ist der österreichische Spezialist für Büroeinrichtung, Office Consulting und Innenarchitektur. Das Unternehmen betreibt zwei Produktionsstätten – eine am Unternehmenssitz im oberösterreichischen Altheim und eine zweite in der tschechischen Stadt Humpolec. Hinzu kommen Vertriebsgesellschaften in Deutschland, Frankreich, Großbritannien, den Niederlanden und in Tschechien. Konzernweit beschäftigt der Büromöbel-Experte ca. 340 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Wiesner-Hager setzte im abgelaufenen Geschäftsjahr 35 Millionen Euro um. 52 Prozent des Umsatzes wurden im Export erwirtschaftet. Am Heimmarkt Österreich ist das Unternehmen seit vielen Jahren Marktführer bei Bürostühlen und Objekteinrichtung. Mehr Informationen finden Sie unter wiesner-hager.com.

Besuchen Sie unseren neuen Office Blog „[Think New Work](#)“. Hier publiziert Wiesner-Hager regelmäßig Stories, Trends und Meinungen rund um das Zukunftsthema „New Work“.

Druckfähiges Bildmaterial zum Download finden Sie [hier](#).