

SCHRITT FÜR SCHRITT das Homeoffice einrichten:

Den richtigen Arbeitsort finden

Wenn möglich können Sie an diesem Ort ungestört arbeiten und haben genügend Platz.

SCHRITT **1**

Natürliches Tageslicht für mehr Konzentration

Versuchen Sie einen Ort mit Fenster zu finden.

SCHRITT **2**

Abgestimmter Büro-Tisch und -Stuhl (Drehstuhl)

Professionelle Büromöbel können mehr Bedürfnisse befriedigen, als gewöhnliche Sitzmöbel.

SCHRITT **3**

Die richtige Höhe für Ihren Bürostuhl

Stellen Sie Ihren Bürostuhl auf die richtige Höhe ein.

SCHRITT **4**

Idealerweise: Tischplattengröße 160 x 80 cm

Wenn Sie mehr Platz haben, empfehlen wir eine angemessene Arbeitsfläche.

SCHRITT **5**

Bildschirm 1 oder 2 Screens

Überlegen Sie sich, wie viel Platz Sie für die Screens brauchen.

SCHRITT **6**

Home-Office-Technik und Anschlüsse (Verkabelung)

Stellen Sie sicher, dass die Anschlüsse vorhanden sind. Alternativ können Sie mit Verlängerungskabeln arbeiten.

SCHRITT **7**

Stauraum um die Ecke

Stellen Sie sicher, dass Sie genügend Stauraum für ordentliches Verstauen einplanen.

SCHRITT **8**

Weniger ist mehr

So wenig wie möglich, so viel wie nötig.

SCHRITT **9**

Ordnung ist die halbe Miete

Arbeiten Sie mit Ordnern, Sortiersystemen oder gekennzeichneten Boxen.

SCHRITT **10**

Abschliessbare Akten-/ -Container/-Schränke (rechtlich bei Firmendaten Pflicht)

Sorgen Sie für sichere Verstaumöglichkeiten.

SCHRITT **11**

Raum für Arbeitsplatz sollte nicht einengen

Wenn möglich können Sie sich gut bewegen. Arbeiten Sie mit Gestellen in die Höhe, falls der Platz begrenzt ist.

SCHRITT **12**

Weitere Überlegungen

Arbeitsweise

Sitzen Sie lieber oder ist ein Stehpult besser?

SCHRITT **13**

Arbeitsumgebung

Mögen Sie es hell oder dunkel?
Schlicht oder verspielt?

SCHRITT **14**

Arbeitszeit

Wie viel Zeit verbringen Sie im Homeoffice?

SCHRITT **15**

Arbeitstyp

Haben Sie spezifische Vorlieben beim Arbeiten?

SCHRITT **16**

«Wann nutzt man «weiche» Rollen für Bürostühle, wann «harte» Rollen?»

Entscheidend ist der Bodenbelag.
Es gilt die einfache Regel:

- Weicher Boden (z. B. Teppichboden) = harte Rollen
- Harter Boden (z. B. Parkett, Laminat, Fliese) = weiche Rollen

SCHRITT

17

Die richtige Position:

