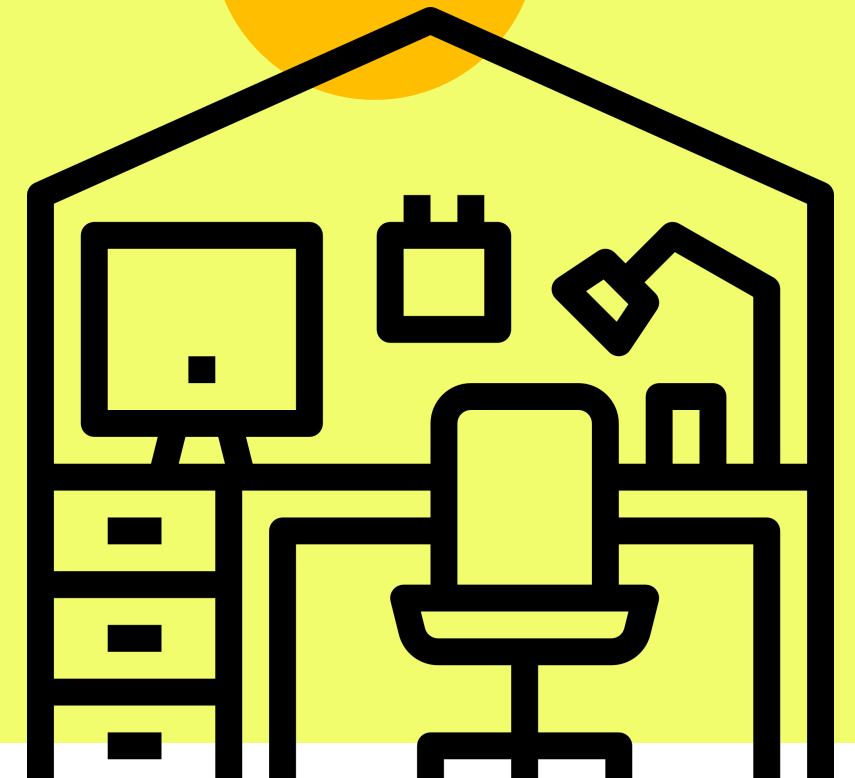


Home Office

Die 10 besten Tipps zur Home Office Optimierung





Zuallererst sei gesagt, ein Arbeitsplatz bleibt ein Arbeitsplatz – egal, ob er sich zu Hause oder im Büro befindet. Daher sollte die Auswahl des Ortes gut überlegt sein.

Und zweitens: ein Esstisch bleibt ein Esstisch, soviel vorweg! Folgende Kriterien solltest du bei der Gestaltung deines Home Offices berücksichtigen:



1. Licht

Die Experten empfehlen den Ort eines Arbeitsplatzes nicht direkt vor einem Fenster zu wählen, da das Lichtgefälle zwischen Tages- und Digitallicht das Auge überstrapazieren soll.

Daher empfiehlt es sich eher einen Platz seitlich von einem Fenster zu suchen. Ein Fenster im Rücken kann zu störenden Spiegelungen am Monitor führen. Doch zur Not kann man sich auch mit Rollos behelfen.



2. Akustik

In privaten Räumen zu arbeiten erfordert extrem viel Disziplin. Daher Sorge dafür, dass du bei der Auswahl des Arbeitsplatzes einen ruhigen Ort bestimmst wo dich so schnell keiner ablenkt. Falls das nicht möglich ist,

investiere in Noise Cancelling Kopfhörer, die dich von dem unerwünschten, Geräuschpegel abhalten. Es empfiehlt sich die Bürozeiten und die gewünschten Verhaltensregeln in der Zeit in seiner Familie zu kommunizieren.



3. Technik

**Check die Internetverbindung von deinem zukünftigen Arbeitsplatz.
Ggf. kann ein Wlan-Verstärker weite Entfernungen zum Router überbrücken.**

Überprüft die Sinnhaftigkeit weiterer Geräte, die nur Platz rauben und nur selten in Gebrauch sind.



4. Höhe des Arbeitstisches

Wir empfehlen einen Hochtisch von ca. 115 m – je nach Körpergröße.

Mittlerweile findet man im Netz dazu ganz gute Rechner. Der Vorteil ist, man kann in Kombination eines ergonomischen Barhockers den Arbeitsbereich stehend oder sitzend nutzen.

Ein wenig Bewegung zwischendurch kann da Wunder wirken.



5. Größe der Arbeitsfläche

Zum Glück brauchen wir in dem digitalen Zeitalter kaum noch mehr als ein Plätzchen, wo wir unser Laptop aufschlagen können. Überdenke, welche Arbeitsmittel wie Drucker, Materialien, Bücher oder Ordner zum Einsatz kommen. Doch wichtig ist: Nutze die Arbeitsfläche wirklich nur zum arbeiten. Alles was nicht in Gebrauch ist sollte griffbereit in Regalen, Schubläden etc. verstaut werden.

Versuche für jeden Gegenstand einen festen Platz einzurichten und alles Überflüssige und auch private (Sorry!) zu verbannen. Wenn man alle paar Wochen doch mal den Tesa-Abroller braucht, kann man sich doch bestimmt auch mal am Bastelschrank der Kinder bedienen.



6. Tischplatte

Wir bevorzugen einfache und schlichte Lösungen, die sich gestalterisch in die Wohnung einbetten lassen. Der Kauf von einem neuen Tisch kann sehr mühselig sein. Neben deinem persönlichen Geschmack & Stil muss der Tisch schlussendlich noch die perfekte Maße für den gewählten Ort aufweisen.

Daher empfiehlt sich mit etwas handwerklichem Geschick eine eigene Lösung zu bauen. Wir können dir aber dabei auch helfen.



7. Material & Farbe

Schau Dir Deinen restlichen Raum an und versuche die Gestaltung fortzusetzen. Was hast Du für einen Boden? Welche Farben oder Materialien bestimmen den Raum? Versuche ein Detail der Raumgestaltung wie beispielsweise Farbe oder Material aufzunehmen. Das geölte Eichenparkett oder die graue Kunststoff-Oberfläche des Einbauschranks können hier materialgebend sein.

Hier ist dein Gestaltungsgeschick gefragt. Arbeite mit Moodboards. Schau bei Pinterest nach vergleichbaren Räumen und mach dir Pins. Doch Achtung: Verzettel dich nicht! Stell einen Wecker. Denn sonst wirst du kein Ende finden.



8. Schicke Arbeitshelfer

Seien wir doch mal ehrlich, ein Homeoffice wird in Familienwohnungen oft auch in den Abendstunden – wenn die Kids schlafen gehen – genutzt. Klar, wäre es jetzt schöner mit dem Partner und einem Glas Wein auf dem Sofa zu hocken. Doch die Arbeit ruft. Daher ist es wichtig, dass du es dir schön machst.

Eine exklusive Tisch- oder Wandlampe kann für eine extrem beruhigende Arbeitsstimmung sorgen. Eine schöne Thermoskanne gefüllt mit duftenden + einer handgefertigten Keramik kann für mehr Produktivität sorgen.



9. Kinder

Home Office mit Kindern ohne externer Betreuungsmöglichkeit ist eine große Herausforderung. Je nach Altersgruppe kann man die Bürozeiten in die Schlafzeiten legen. Stehen aber unausweichliche Termine an und ihr befürchtet kleine Störenfriede?

Dann setzt ausnahmsweise auf das digitale Entertainment-Angebot. Streamingdienste oder großartige Kinder-Apps wie die von Fiete, Yatatooy, Fox & Sheep und Wonderkind können deine Kids für einen begrenzten Zeitraum beschäftigen.



10. Hygiene

Wir hoffen, dass das “regelmäßige Händewaschen” mittlerweile für jeden eine Selbstverständlichkeit geworden ist. Daher möchten wir an dieser Stelle gar nicht weiter auf das Bewusstsein deiner Verantwortung appellieren. Mit “Hygiene” meinen wir die Ordnung & Struktur am Arbeitsplatz. Empfehlenswert sind zwei Ablagekörbe. Kennzeichne den einen mit “unbearbeitet” und den anderen mit “What ever”. In der “unbearbeitet” Ablage sollte sich möglichst selten was stapeln.

Stell dir am Ende der Woche festen Slot um diesen zu bearbeiten und damit zu leeren. Die andere Ablage ist der Ort für Dinge (wie Geschäftskonto-Karte, Post its, nützliche Tools, etc.), in der du immer wieder ran musst. Alles andere bitte sofort in die Mülltonne werfen oder sofort in den jeweiligen Ordner weg heften. Nach Feierabend wird täglich aufgeräumt. Eigentlich sehr einfach.



**Für weitere Fragen oder Infos
schreibe uns gerne eine Mail an:**

kontakt@habitiny.de

**Wir freuen uns auf Deine Mail!
Nur für kurze Zeit gibt es ein
kostenloses Video Coaching.**

#BleibZuhause

Dein Habitiny-Team!



Viel Erfolg!

Sima Niroumand
Hackländerstraße 28
50825 Köln

0221. 963 00 737
kontakt@habitiny.de
www.habitiny.de

