

A man with a beard, wearing a brown long-sleeved shirt and blue jeans, is sitting on a red office chair at a desk. He is looking at a laptop and holding some papers. The desk is in a living room with a large window, a potted plant, and a lamp. The room is bright and modern.

WORKING @HOME #2

MEHR HOME ALS OFFICE:

IM WOHNZIMMER
ENTSPANNT **UND** EFFIZIENT
ARBEITEN

TEIL 2: ARBEITSPLATZ IM WOHNZIMMER

DEKO-HACKS: NISCHEN NUTZEN | ABSCHIRMUNG | ZONIERUNG
EINRICHTUNGSTIPPS VON UNSERER EXPERTIN
PRODUKTIDEEN FÜR WOHLNISCHE ARBEITSECKEN



Produkte:
TALO.YOU Motortisch,
PUBLICA Konferenzstuhl

Unser Team kennt die Herausforderungen bei der Gestaltung von Büros, die einen guten Job möglich machen und gleichzeitig gemütlich sein sollen. Dank unserer jahrelangen Erfahrung in der Ausstattung und Gestaltung von Büroräumen liefern wir Ihnen in unserem **zweiten Workbook** Ideen dazu, wie sich der Arbeitsplatz entspannt ins Wohnzimmer integrieren lässt.

Ihr Vorteil:
Unsere Einrichtungs-
expertinnen und
Produktentwickler
wissen, wie Sie Räume
optimal und multi-
funktional gestalten.

Neuer Job fürs Wohnzimmer

Früher war unser Zuhause unser Zufluchtsort. Von hier aus starteten wir in den Arbeitstag. **Hier kamen wir nach Feierabend zur Ruhe und genossen am Wochenende das Nichtstun.** **Und jetzt?** In Zeiten hybrider New-Work-Modelle übernehmen unsere vier Wände eine neue, zusätzliche Aufgabe.

Heute findet daheim alles statt: Freizeit, Entspannung, Essen, Genießen, das Familienleben und eben immer häufiger auch die Arbeit. Wie gestalten Sie Ihre Homebase idealerweise, sodass Sie Ihre Aufgaben hier so effizient und produktiv wie möglich erledigen können?

*Wir verwenden den Begriff Homeoffice für alle Arbeitsformen in den eigenen vier Wänden: mobiles Arbeiten, hybrides Arbeiten, remote Work und digitale Arbeit, kurz: hybride Arbeitsformen.



Machen Sie Ihre Aufgaben salonfähig!

Wenn Sie zu Hause arbeiten, brauchen Sie einen geeigneten Platz dafür. Der kann sich im Arbeitszimmer befinden, aber auch in jeder anderen Ecke des Zuhauses eingerichtet werden. Wir liefern Ihnen hier Ideen dafür, wie sich Ihr Homeoffice gut ins Wohnzimmer integrieren lässt. Folgende Voraussetzungen sind dafür wichtig:

- Es ist ausreichend Platz für Tisch, Stuhl und Stauraum.
- Gegebenenfalls kann ein Möbelstück weichen, um eine Ecke freizumachen.
- Die Büromöbel fügen sich gut ins Gesamtbild ein.
- Sie haben ausreichend Ruhe, frische Luft und gutes Licht.

So fügt sich der Arbeitsplatz harmonisch ins Wohnzimmer ein.

TIPPS + TOOLS

Nischen nutzen



Versuchen Sie, Ihr Wohnzimmer neu zu sehen. Wie ist der Schnitt des Raums? Gibt es eine natürliche Nische, in der sich Ihr Arbeitsplatz gut machen würde? **An welcher Wand könnte Ihr Schreibtisch stehen, sodass er sich optisch etwas zurücknimmt?** Möchten Sie den Blick immer wieder gerne schweifen lassen? Dann wählen Sie eine Ecke, von der aus Sie nach draußen sehen können.

Abschirmung

Im Homeoffice* müssen Sie ungestört arbeiten können – in akustischer wie in visueller Hinsicht. Vor allem, wenn das Wohnzimmer der Familientreffpunkt ist, sind gute Lösungen gefragt. Indem Sie eine Stauraumlösung wählen, die als Raumtrenner fungiert, profitieren Sie von einer Doppelfunktion. Akustisch wirksam sind zudem Textilien oder entsprechende Oberflächen an Schränken bzw. schallabsorbierende Akustikpaneele. **Auch eine Pflanze kann als Abschirmung dienen, die zudem die Luftqualität verbessert.**



Räume zonieren



Gerade wenn Ihr Wohnzimmer multifunktional genutzt wird, können Sie die Gesamtwirkung positiv beeinflussen, indem Sie es optisch in Zonen aufteilen. Sofa und Couchtisch bilden dann beispielsweise die Relax-Zone, während Ihr Arbeitsplatz die Work-Zone darstellt. Indem Sie einen Bereich mit einer **entsprechenden Wandfarbe oder mit einem andersfarbigen Teppich absetzen**, separieren Sie beide Bereiche mehr voneinander, was das Abschalten am Abend unterstützt.

Wie der Schreibtisch zur Workout-Zone wird



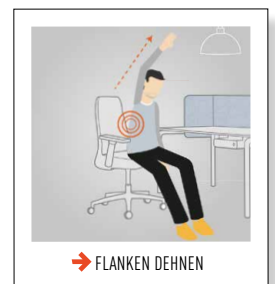
→ ZUR DECKE STRECKEN

Heben Sie die Arme nach oben und strecken Sie abwechselnd die Hände zur Decke. Beim Strecken einatmen. Sie dehnen damit die Flanken und weiten den Brustkorb. Der Blick kann den Händen folgen. **Auf jeder Seite 5-mal wiederholen**



→ BRUSTKORB DREHEN

Setzen Sie sich vorne auf Ihren Stuhl, stellen Sie die Füße fest auf dem Boden ab und strecken Sie die Arme weit zu den Seiten aus. Drehen Sie sich achtsam weit nach rechts, sodass die gesamte Wirbelsäule vom unteren Rücken bis zum Nacken aktiviert wird. Sie können die linke Hand auch unterstützend außen am rechten Knie ablegen. Das belebt die Bandscheiben, weitet die Brust- und dehnt die Rückenmuskeln. **5- bis 10-mal pro Seite wiederholen**



→ FLANKEN DEHNEN

Sitzen Sie aufrecht auf dem Stuhl, heben Sie einen Arm und strecken Sie ihn diagonal weit über den Kopf nach oben. Lassen Sie den anderen Arm locker hängen. Für ein bis zwei Atemzüge in der Dehnung bleiben und dann wechseln. **5- bis 10-mal pro Seite wiederholen**

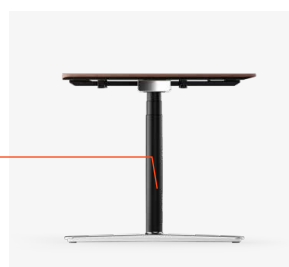
Elegantes Design, entspannter Arbeitsmodus

TALO.YOU mit Platte in Eiche-Optik und A-Fuß-Gestell

Einer unserer Klassiker im Homeoffice*: Die helle Eichennote passt in viele Wohnzimmer, der Look wirkt clean und wohnlich zugleich.

Dabei ist unser **Tischsystem TALO.YOU** sehr vielfältig. Es lässt sich immer wieder neu konfigurieren und an geänderte Wohn- und Arbeitssituationen anpassen. So kommt im **Homeoffice*** auch häufig die **Variante mit A-Fuß** zum Einsatz.

- + **TALO.YOU** ist ganz einfach elektromotorisch in der Höhe einstellbar, damit Sie unkompliziert vom Sitzen zum Stehen wechseln können.
- + Tischplatte, Gestell, Höhenverstellbarkeit, Rollen: **Sie haben die Wahl aus vielen verschiedenen Designs und Ausstattungsvarianten.**
- + Unser Tischsystem bietet viele Ausstattungsoptionen und richtet sich auf unterschiedlichste Anforderungen ein. So kann **TALO.YOU z.B. mit unterschiedlichsten Add-ons** (Stauraumlösung **PERSONALBOX**, **einer Schublade**, Elektrifizierungsbuch, neuer Kabelwanne, Schiebeplatte etc.) versehen werden.



Auch als T-Fuß-Variante erhältlich



Klare Linie – im Job und im Privatleben **PUBLICA mit Vollpolster**

Ein höhenverstellbarer Drehstuhl mit bequemen Armlehnen und einem dezenten Look fügt sich auch ins Wohnzimmer ganz elegant ein. **PUBLICA ist in unterschiedlichen Varianten und Stoffen erhältlich:**

- + Armauflage aus Holz oder Kunststoff
- + Sitzfläche gepolstert oder ungepolstert in vielen Stoffvarianten und Farben
- + verschiedene Gestellvarianten und -farben
- + mit Gleitern oder Rollen ausgestattet

Behind the scenes

Interview mit unserer Innenarchitektin Daniela Weber

Du hast dieses Wohn-Arbeitszimmer geplant.

Wie bist du dabei vorgegangen?

Mein Ziel war es, dass sich der Homeoffice*-Arbeitsplatz harmonisch in das Wohnzimmer einfügt. Deshalb habe ich **gleiche und zueinander passende Materialien und Farben** ausgewählt.

Der Schreibtisch steht an der Wand und nicht frei im Raum, dadurch nimmt er nur eine Nebenrolle ein, **das Wohnen spielt die Hauptrolle**. Durch den Teppich unter dem Schreibtisch wird der Arbeitsbereich klar definiert und begrenzt. Der wohnliche und zierlichere Besucherstuhl auf Gleitern passt besser zur Gesamtsituation als ein klassischer Bürostuhl. Er hat dieselbe Farbe wie das Kissen.



Arbeitest du zu Hause?

Wie schaffst du es, abends abzuschalten?

Ich arbeite zu Hause und freue mich als Freiberuflerin über den Luxus eines separaten Büros. Weil ich leider abends nicht gut abschalten kann und oft länger als geplant am Schreibtisch sitze, versuche ich, mir **auch zu Hause feste Arbeitszeiten einzuplanen** und sie, soweit es geht, einzuhalten.

Am Feierabend packe ich alles weg, mache die Bürotür zu und nehme mir vor, sie auch wirklich nicht mehr aufzumachen. (lacht) Bei mir entfällt die Heimfahrt aus dem Büro, deshalb improvisiere ich eine „Übergangsphase“. Das kann ein **Spaziergang**, eine **Joggingrunde** oder eine **Yogasequenz** sein, gelegentlich widme ich mich auch meinem Garten, der das dann dringend nötig hat!

Verrätst du uns einen Geheimtipp:

Wie hängt man Bilder am besten auf?

Hier gibt es einiges zu beachten. Zuerst einmal ist es wichtig, die Umgebung und die Größenproportionen zu beachten: Großes Bild an große Wand bzw. über große Möbel, kleines Bild an kleine Wand. **Die Wirkung:** eine horizontale Anordnung lässt Wände breiter wirken, eine vertikale dagegen höher. **Höhe:** Bilder immer in Augenhöhe aufhängen, also die Bildmitte circa 1,60 m über dem Boden einplanen. Hier auch beachten, ob man sie im Stehen, Sitzen oder Vorbeigehen betrachtet. Gut ist es, sie an einer vorhandenen Linie im Raum zu orientieren. **Vorbereitung:** Man kann die Anordnung vorher am Boden testen, für die Aufhängung unbedingt Hilfsmittel wie Malerkreppband und Wasserwaage benutzen.

Reihen- und Kantenhängung: Alle Bilder orientieren sich an einer (gedachten) Linie, das kann eine Bildkante oder die imaginäre Bildmittellinie sein. Die Abstände zwischen den Bildern sollten immer gleich sein. Ein ruhiges Gesamtbild ergibt sich bei einer Gruppenaufhängung am ehesten, wenn alle Bilder die gleichen Rahmen und Passepartouts haben.

Geballte Kompetenz, garantiert in Ihrer Nähe

Kompetente Beratung ist das A und O einer professionellen Büroplanung. Wir vertreiben unsere Möbel und Einrichtungs-lösungen über ein zuverlässiges Fachhändler-Netzwerk. Hier stehen Ihnen Profis mit Rat und Tat zur Seite – und Sie können unsere Produkte auf Herz und Nieren testen. Wenden Sie sich einfach an unsere Vertriebspartnerinnen und -partner in Ihrer Nähe.

Übrigens: Die Vorschläge, die wir Ihnen hier vorstellen, stehen unseren Vertriebspartnern schon zur Verfügung, sie sind **online in unserem Partnerportal** downloadbar.

Unsere regionalen Fachhandelspartnerinnen und -partner



homeoffice.koenig-neurath.com

**KÖNIG +
NEURATH**