

**ZUSAMMEN
ARBEITEN**



**EGAL WO SIE
SICH BEFINDEN**

**Alles, was Ihr Unternehmen
für die Arbeitswelt benötigt**

Backoffice

PRAXISFÜRMA
PRAXISFÜRMA



Das sind Wir



Ein Team mit...



Respekt und ...



Wertschätzung, das auch ...



Achtsamkeit lebt.



Wie wir arbeiten – unsere Ziele



Wir stellen den Mensch
In den Mittelpunkt
unseres Handelns



Umwelt- und Klimaschutz
sind uns wichtig, an den
Standorten an denen wir
arbeiten, sowie
auf unseren Planeten
bezogen.



Wir leben den
Nachhaltigkeitsgedanken
und streben danach,
unseren Fussabdruck
durch die Verwendung
nachhaltiger Ressourcen
und Produkte, die
Förderung der Artenvielfalt
zu verbessern



Wir unterstützen unsere
Kunden auf Ihrer Reise
nachhaltiger zu werden,
indem wir nachhaltige
Produkte und
Dienstleistungen anbieten
sowie eine Kultur der
kontinuierlichen
Verbesserung anstreben



Zusammen Arbeiten egal wo Sie sich befinden

Eine kleine Hilfe, damit sie **alles** finden, was Ihr Unternehmen benötigt

Alles fürs Büro

Bürobedarf

6 – 7	Computertechnik & Zubehör
8	Drucker & Druckerpapier
9 – 14	Büromaterial allgemein
15	Laminiergerät
16	Kalender & Agenda
17 – 22	Ordnung im Büro
23 – 27	Meeting & Präsentationen
28 – 31	Grusskarten
32 – 33	Etiketten & Papiertaschen

Büromöbel

35 – 36	Tipps für ein gesundes Arbeiten im Home-Office
37 – 38	Ergonomie am Arbeitsplatz
39	Bürostühle
40 – 41	Schreibtische
42	Regale
43	Rollcontainer
44	Beleuchtung

Pausenzeit

Getränke

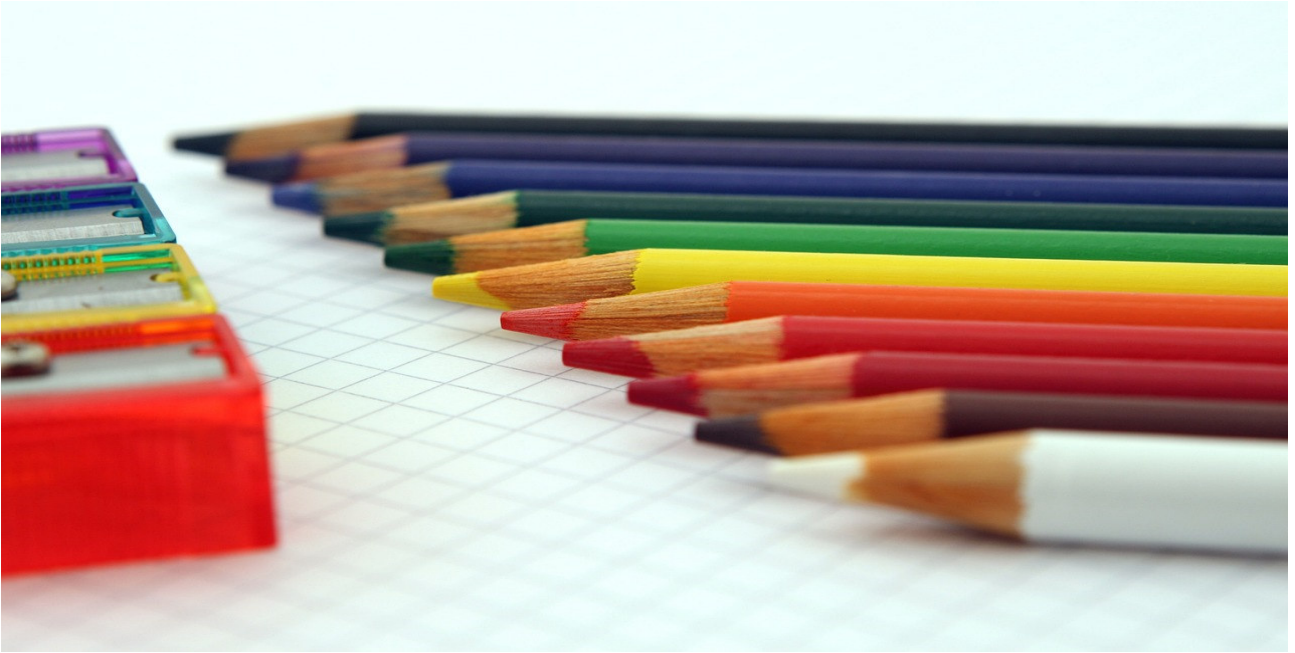
47	Kaffee
47 – 48	Tee
50 – 53	Trink- Behälter & Zubehör

Znüni

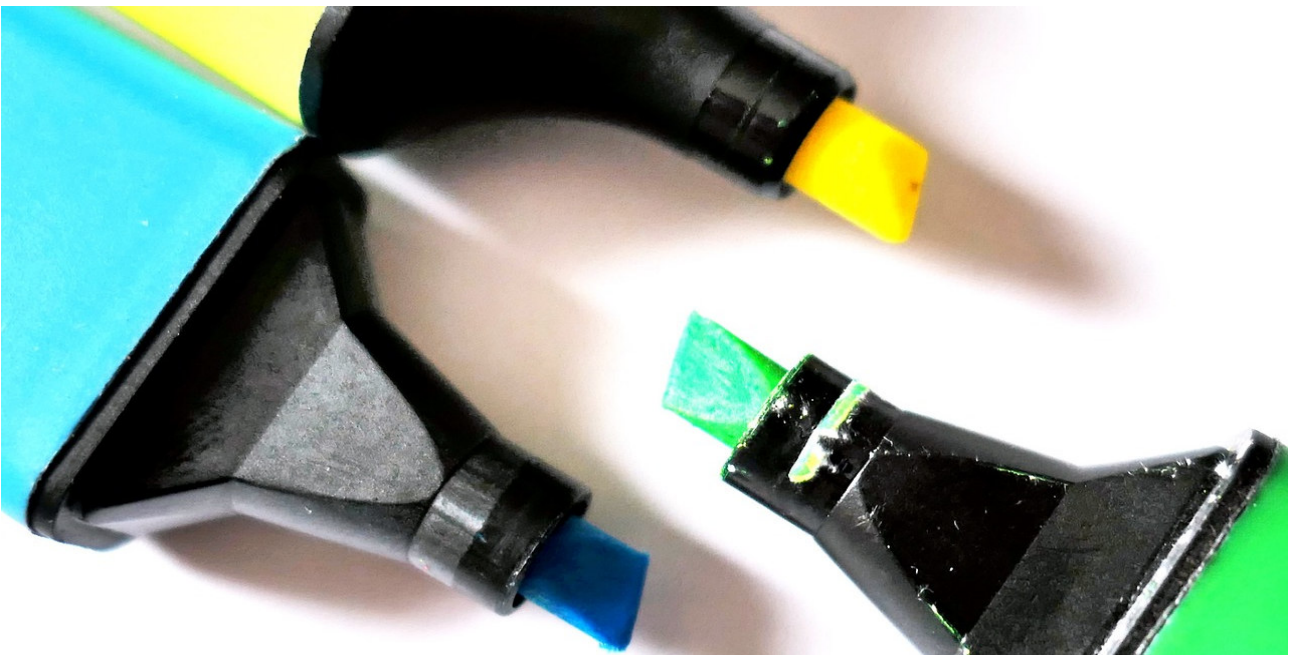
54 - 55	Süsse Versuchung
56	Früchte ABO

Unterwegs

58	Die Arbeitswelt im Wandel
59	Ein Büro zum Mitnehmen
60	Taschen & Rucksäcke
61	Business Trolley
62 – 63	AGB's



Alles fürs Büro





Computertechnik, Drucker & Zubehör



Art. Nr. BO-0186
CHF 19.00

SKROSS 2in1 Charge'n'Sync

- Mehrfachstecker
- Länge 1m
- Micro-, USB- und Apple-Lightning
- rot



Art. Nr. BO-0088
CHF 15.00

ACT USB-Hub AC6300

- 4 USB-A 3.0 Anschlüsse
- 34 x 10.5 x 240 cm



CHERRY Tastatur-Maus-Set

- Kabellos, Anschluss via USB-Stecker
- QWERTZ-Tastatur
- 3 AA-Batterien im Lieferumfang enthalten

Art. Nr. BO-0089

CHF 32.00



Kensington Pro Fit

- kabellos
- für Rechtshänder geeignet
- 2 AAA-Batterien im Lieferumfang enthalten

Art. Nr. BO-0087

CHF 27.00



Microsoft Tastatur-Maus-Set

- kabellos, Anschluss via USB-Stecker
- QWERTZ-Tastatur
- Akku Typ AA

Art. Nr. BO-0142

CHF 88.00



Art. Nr. BO-0095
CHF 240.00



Art. Nr. BO-0143
CHF 79.00

Canon MAXIFY MB5450

- Tintenstrahldrucker
- Geeignet für Home-Office, kleines Büro
- Druckgrösse bis DIN A4
- 46.3 x 39.4 x 29.1 cm

Canon Maxify MB5450 Tintenpatronen

- Set à 4 Stück
- Kompatibel mit Maxify MB5450
- Farbe Schwarz, Cyan, Magenta, Gelb, Grau
- Tintenvolumen von 29.1 ml



Xerox Business DIN

- DIN A4
- 80 g/m²
- Farbe Matt Weiss
- 2500 Blatt pro Schachtel

Art. Nr. BO-0144
CHF 52.00



Clairefontaine

Farbiges Kopier-/ Druckerpapier

- DIN A4
- 80 g/m²
- Farbig sortiert
- 500 Blatt

Art. Nr. BO-0169
CHF 22.00



Büromaterial Allgemein



Senator Kugelschreiber Standard

- Strichstärke 0.4 mm
 - Minenfarbe Schwarz
 - 1 Stück
- Art. Nr. BO-0112
CHF 2.00

Senator Kugelschreiber Standard

- Strichstärke 0.4 mm
 - Minenfarbe Schwarz
 - 100 Stück pro Pack
- Art. Nr. BO-0113
CHF 150.00



Senator Kugelschreiber Standard mit personalisiertem Profi Online Druck

1 Stück
Art. Nr. BD-0112
CHF 3.00

100 Stück
Art. Nr. BD-0113
CHF 200.00



Art. Nr. BO-0109
CHF 3.00

Pilot FriXion Ball Tintenroller

- Strichstärke 0.4 mm
- Farbe Pink
- Punktbreite 0.7 mm



Art. Nr. BO-0111
CHF 5.00

Pilot FriXion Refill Stiftminen

- Strichstärke 0.4 mm
- Farbe Rot
- Set à 3 Stück



Art. Nr. BO-0110
CHF 12.00

Pilot FriXion Ball Clicker

- Strichstärke 0.4 mm
- Set à 4 Stück
- Farbig assortiert



Art. Nr. BO-0181
CHF 40.00

Pilot Tintenroller Pen 2G

- Aus 70% recyceltem Plastik
- Strichstärke 0.7 mm
- Minenfarbe Schwarz
- Gel Tinte
- 12 Stifte + 12 Refill Stiftminen pro Pack



Art. Nr. BO-0118
CHF 4.00

STABILO Boss Original Textmarker

- Keilspitze 2-5 mm
- Nachfüllbar
- 4 Stück



Art. Nr. BO-0119
CHF 17.00

STABILO Point 88

- Strichstärke 0.4 mm
- Farbig sortiert
- 20 Stück



Art. Nr. BO-0121
CHF 4.00

edding 300 Permanent-Marker

- Rundspitze
- Strichstärke 3 mm
- Farbig Assortiert
- 3 Stück



Art. Nr. BO-0120
CHF 4.00

STABILO Buntstifte GREEN Colors

- Farbig sortiert
- 12 Stück
- FSC-zertifizierte Buntstifte
- Nicht bruchsfest



Art. Nr. BO-0114
CHF 4.00

Tipp-Ex Exact Liner Recycelt

- Korrekturroller weiss
- Bandbreite 5 mm
- Bandlänge 6 m
- Rechts- & Linkshänder tauglich



Art. Nr. BO-0115
CHF 7.00

Faber-Castell Grip 2001

- 3 verschiedene Anspitzer-Grössen
- Farbe Silber
- 5 x 10 x 10 cm



Art. Nr. BO-0116
CHF 1.00

Faber-Castell Radierer

- 1,8 x 0,8 x 0,5 cm
- rote Seite für Farbstifte & Bleistifte
- blaue Seite für Tinte



Art. Nr. BO-0117
CHF 1.00

STAEDTLER Bleistift Noris

- 122 HB
- Bruchfest
- mit Radiergummi
- PEFC-zertifiziert



Art. Nr. BO-0091

CHF 23.00

Novus Heftgerät B4

- Heftleistung 40 Blatt
- Farbe Schwarz
- 3.8 x 14.1 x 6.2 cm



Art. Nr. BO-0108

CHF 2.00

Novus OFFICE 23/8 Heftklammern

- Stahl Silber
- 1000 Stück / Pack
- umweltfreundlich verzinkt



Art. Nr. BO-0079

CHF 20.00

Scotch Magic Tischabroller C38

- Farbe Schwarz
- 92 mm x 33 cm
- Bandbreite 1,9 cm



Art. Nr. BO-0107

CHF 23.00

Scotch Crystal Clear Klebeband

- Starke Klebkraft & sehr reissfest
- Bandbreite 1,9 cm
- Bandlänge 33 m
- Transparent, Kristallklar
- Vorteilspack 7 Rollen + 1 Gratis

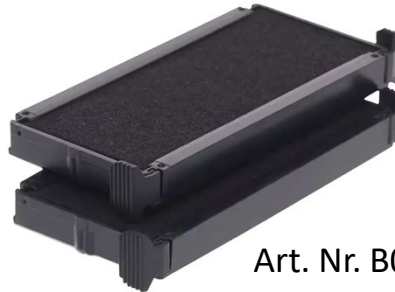


Art. Nr. BO-0092

CHF 17.00

Leitz NeXXt Style Locher 5006

- Stanzleistung 30 Blatt
- Lochung 2-fach
- Farbe Satin Schwarz
- Metall
- 10.7 x 13.7 x 10 cm



Art. Nr. BO-0100

CHF 22.00

Ersatzstempelkissen Trodat 6/4913

- Stempelfarbe Schwarz
- 2 Stück pro Packung
- 6.8 x 3.1 x 1 cm



Art. Nr. BO-0099

CHF 22.00

Trodat Adressstempel Printy 4913

- Stempelfarbe Schwarz
- Max. Textplattengröße von 5,8 x 2,2 cm
- 5 Zeilen
- Klimaneutrale Produktion aus Recyclingkunststoff

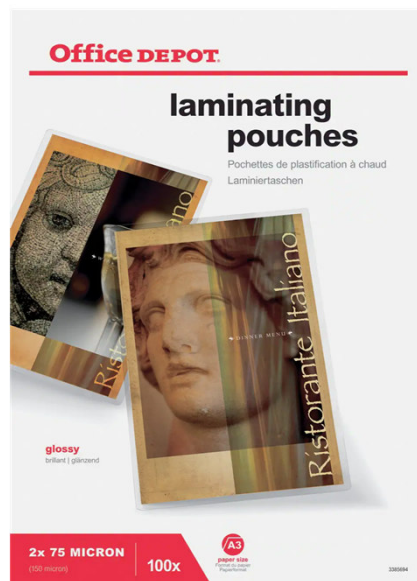


GBC Laminiergerät 1000L

- Farbe Schwarz
- Laminieren bis Grösse A3
- Die Aufheizzeit beträgt 3 Minuten
- Ideal für Privathaushalte oder kleine Büros

Art. Nr. BO-0076

CHF 79.00

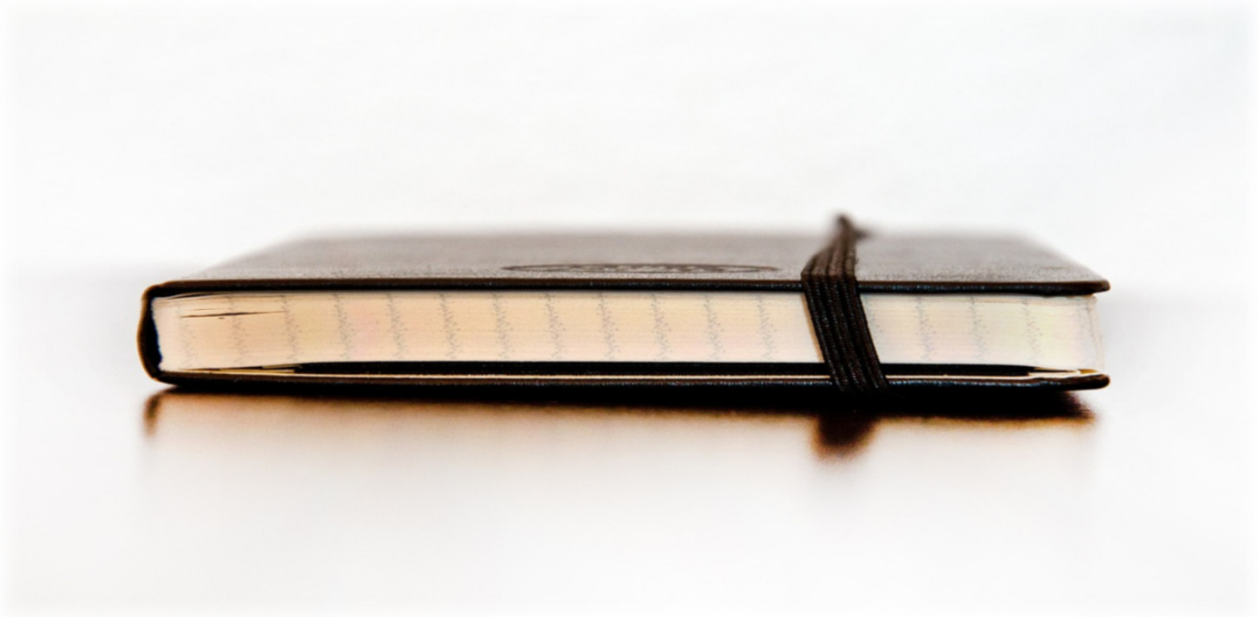


Office Depot Laminier Folien

- Grösse A3
- Glänzend
- 100 Stück pro Packung

Art. Nr. BO-0077

CHF 33.00



Kalender und Agenda

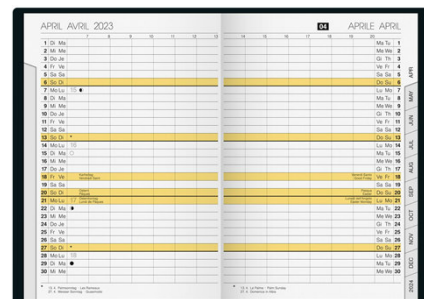


Agenda mit Hülle

- 21 x 15 cm
- 1 Tag pro Seite
- Upcycling Filmbanner

Art. Nr. BO-0149

CHF 35.00



BRUNNEN Buchkalender

- 1 Monat auf 2 Seiten
- Farbe Schwarz
- 15.3 x 10,4 cm

Art. Nr. BO-0071

CHF 26.00

Rido Tischkalender

- 30,7 x 10,5 cm
- 1 Woche auf 2 Seiten
- Farbe Gold

Art. Nr. BO-0070

CHF 28.00





Ordnung im Büro





Art. Nr. BO-0182

CHF 5.00

Exacompta Eterneco Stiftebox

- Recycelter Pappkarton
- Pflanzenöl beschichtet als Wasserschutz
- 4 Fächer
- 8,5 x 8,5 x 11 cm



Tischeimer

- push'n'swing Deckel
- Edelstahl
- Silber
- 12 x 16,5 cm

Art. Nr. BO-0195

CHF 25.00



Monolith Schreibtisch Organizer

- Integrierte Smartphone Ladestation
- Kunststoff
- schwarz-weiß
- 21,7 x 18,7 x 9,6 cm

Art. Nr. BO-0101

CHF 25.00



Office Depot Stifte Halter

- Metallnetz
- Schwarz
- 9 x 9 x 10 cm

Art. Nr. BO-0183

CHF 3.00



Office Depot Schreibtisch-Organizer

- Metallnetz
- Schwarz
- 22,2 x 14 x 12,5 cm

Art. Nr. BO-0102

CHF 14.00



Office Depot Papierkorb

- Metallnetz
- Schwarz
- 26 x 27 x 28 cm

Art. Nr. BO-0103

CHF 10.00

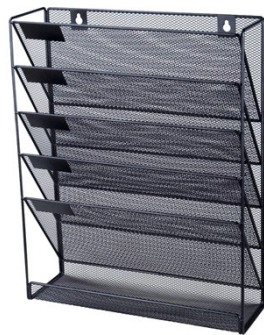


Office Depot Ablagefächer

- Metallnetz
- Schwarz
- 29,5 x 35,5 x 26,5 cm
- 3 Ablagefächer

Art. Nr. BO-0106

CHF 21.00



Portrait Prospekthalter

- 5 Ablagefächer
- Farbe Schwarz
- Metallnetz, Kunststoff
- 32,5 x 10,5 x 40,5 cm

Art. Nr. BO-0105

CHF 17.00



Office Depot Sortiersystem

- 3 Ablagefächer
- Metallnetz
- Schwarz
- 22,2 x 14 x 12,5 cm

Art. Nr. BO-0104

CHF 14.00



Art. Nr. BO-0046
CHF 115.00



Art. Nr. BO-0047
CHF 123.00

Leitz WOW Cube Schubladenbox Duo

- 5 Schubladen
- für Format A4
- 28,7 x 27 x 36,3 cm
- Weiß /Grau
- Bis zu 3 Einheiten stapelbar

Exacompta Schubladenbox

- 10 Schubladen
- für Format A4
- Lichtgrau/ Schwarz
- 28,8 x 35 x 32 cm



Art. Nr. BO-0048
CHF 104.00



Art. Nr. BO-0049
CHF 49.00

Hansa Ablagefächer

- Kunststoff
- Farbe Transparent Lichtgrau
- Für Format A4
- Höhe 20,5 cm

DURABLE Ablagefächer VARICOLOR TRAY

- Polystyrol
- Farbig sortiert
- 25,5 x 33 x 5,5 cm
- Set 5 Stück



Ordner 8cm

1 Stück / blau

Art. Nr. BO-0170



Ordner 8cm

1 Stück / gelb

Art. Nr. BO-0171



Ordner 8cm

1 Stück / schwarz

Art. Nr. BO-0172



Ordner 8cm

1 Stück / grün

Art. Nr. BO-0173



Ordner 5cm

1 Stück / blau

Art. Nr. BO-0174



Ordner 5cm

1 Stück / gelb

Art. Nr. BO-0175



Ordner 5cm

1 Stück / schwarz

Art. Nr. BO-0176



Ordner 5cm

1 Stück / grün

Art. Nr. BO-0177

**Pro Stück je
CHF 4.00**



Beispieldruck

Ordnerset mit Druck

**Orderrücken nach
Wunsch bedruckbar**

Druckpreis für 5 Stück

Art. Nr. BD-1006

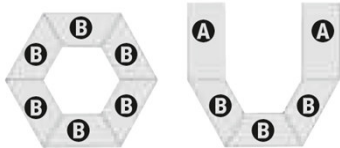
CHF 30.00



Beispieldruck

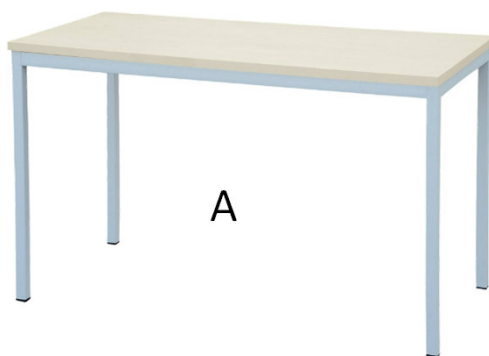


Meeting Präsentationen



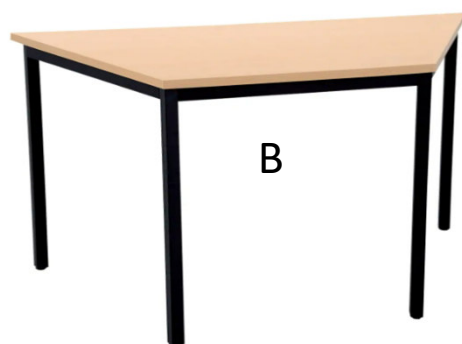
Niceday Konferenztische

- Kombinierbar
- leichte Aneinander Stellung durch gradlinige Form
- Farbe Ahorn, Silber oder Buche, Schwarz
- 2 Jahre Garantie



A

Art. Nr. BO-0128
CHF 264.00



B

Art. Nr. BO-0129
CHF 229.00

Niceday Rechtecktisch

- 160 x 80 x 75 cm
- Farbe Ahorn, Silber

Niceday Trapez Tisch

- 120 x 60 x 75 cm
- Farbe Buche, Schwarz



3 Jahre
Garantie *

**Selbst-
montage**

Realspace® Besucherstuhl Ella

- Starkes Polypropylen-Material
- Sitzbezug Stoff weiss
- Sitztiefe von 38,5 cm
- Sitzbreite von 48 cm

Art. Nr. BO-0126

CHF 60.00



3 Jahre
Garantie *

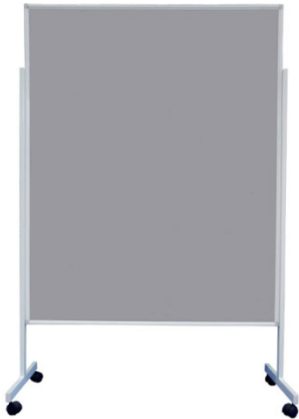
**Selbst-
montage**

Realspace® Besucherstuhl Emma

- Starkes Polypropylen-Material
- Sitzbezug Stoff schwarz
- Sitztiefe 43 cm
- Sitzbreite 52 cm

Art. Nr. BO-0127

CHF 86.00



Art. Nr. BO-0136
CHF 154.00

Office Depot Moderationstafel

- Langlebige Filzpappe, geeignet für Klett
- Kann auch als Raumteiler verwendet werden
- 125 x 185 cm
- Farbe Grau, Weiss
- Inklusive Rollen
- Beidseitig verwendbar



Art. Nr. BO-0137
CHF 164.00

Franken Moderationskoffer

- Abschliessbarer Aluminiumkoffer mit abnehmbarem Tragegurt und reichhaltigem Inhalt (über 2.100 Teile)
- Farbe Silber
- Masse 43 x 12 cm
- Moderationskarten in 5 Grössen, Markierungspunkte, Flipchartmarker, Jumbomarker, Papierschere, Klebeband, Klebestift, Pinnadeln, Laserpointer



Art. Nr. BO-0019
CHF 61.00

Franken Leinwand

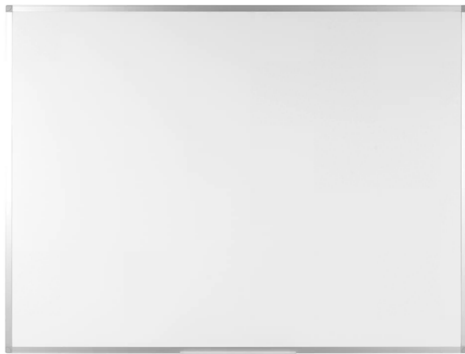
- Weiss / Schwarz
- Valueline 150 x 150 cm



Art. Nr. BO-0020
CHF 284.00

Nobo Projektions-Leinwand

- Weiss / Grau
- 200 x 131cm



Art. Nr. BO-0022
CHF 39.00

Office Depot Whiteboard

- 90 x 60 cm
- Lackierter Stahl
- Magnetisch
- wandmontierbar



Art. Nr. BO-0023
CHF 440.00

Legamaster 7-210500

- 75 x 120 cm
- Farbe Weiss
- Magnetische Fläche



Art. Nr. BO-0025
CHF 22.00

Tabletop Flipchart Pad 563R

- 50 x 60 cm
- freistehend
- Farbe Weiss
- 20 Blatt



Art. Nr. BO-0026
CHF 182.00

Office Depot Flipchart Management

- Höhenverstellbar 70 x 100 cm
- Farbe Silber
- Freistehend
- Magnetische Fläche



Art. Nr. BO-0138
CHF 184.00



Art. Nr. BO-0139
CHF 36.00

Franken Flipchart ECO Mobil

- Magnethaftende Schreiftafeloberfläche
- Masse 68 x 105 cm
- Höhenverstellbar bis 195 cm
- Metall, Kunststoff
- 5 Rollen und Stiftablage

Office Depot Flipchart-Papier

- 70 g/m²
- 5 Stück à 20 Blatt
- recycelt



Art. Nr. BO-0140
CHF 4.00



Art. Nr. BO-0141
CHF 4.00

Niceday Flipchart Marker

- Tinte auf Wasserbasis, schnelltrocknend
- Rundspitze mit Strichbreite von 1 – 3 mm
- Farbig sortiert
- 6 Stück pro Set

Niceday Magnete

- 3 cm
- Farbig assortiert
- 3 x 3 cm
- 10 Stück



Grusskarten

- inkl. Couvert 16,5 x 12 cm
- Auf Recycling Papier gedruckt

10er Set assortiert

Art. Nr. BO-0163

CHF 50.00





von Herzen

Glückwunschkarte "von Herzen"

Art. Nr. BO-0151

CHF 6.00



Zur Hochzeit...

Glückwunschkarte "Zur Hochzeit"

Art. Nr. BO-0152

CHF 6.00



Glückwunschkarte "Geburtstag"

Art. Nr. BO-0153

CHF 6.00



Wie die Zeit vergeht...

Glückwunschkarte "Zeit"

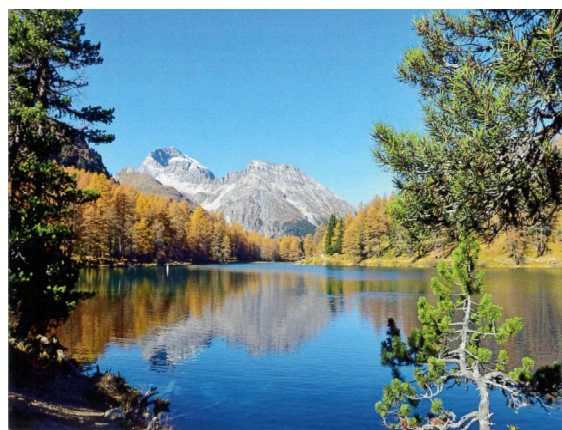
Art. Nr. BO-0154

CHF 6.00



Glückwunschkarte "New Home"

Art. Nr. BO-0155
CHF 6.00



Glückwunschkarte "Landschaft"

Art. Nr. BO-0156
CHF 6.00



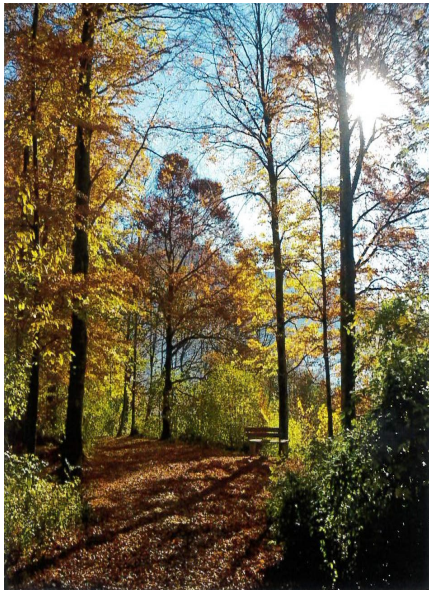
Glückwunschkarte "Glück"

Art. Nr. BO-0157
CHF 6.00



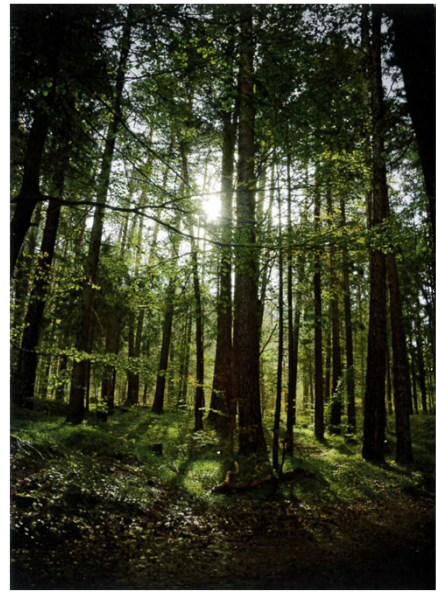
Glückwunschkarte "Alltag"

Art. Nr. BO-0158
CHF 6.00



Trauerkarte "Wald I"

Art. Nr. BO-0159
CHF 6.00



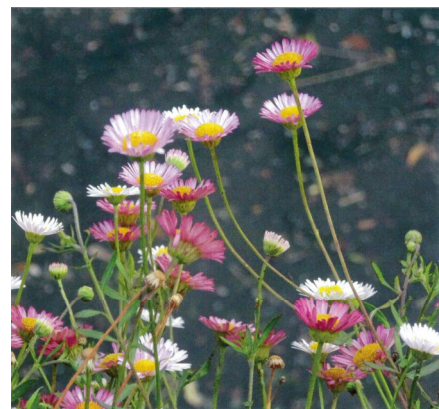
Trauerkarte "Wald II"

Art. Nr. BO-0160
CHF 6.00



Glückwunschkarte "Glück"

Art. Nr. BO-0161
CHF 6.00



Glückwunschkarte "Gute Besserung"

Art. Nr. BO-0162
CHF 6.00



Etiketten und Papiertaschen

Backoffice Ihr Druckspezialist für:

- ✓ Werbedruck von diversen Produkten
 - ✓ Betriebliche Druckerzeugnisse
 - ✓ Personalisierte Etiketten





Art. Nr. BO-0096
CHF 22.00

AVERY Zweckform Adressetiketten 260

- Selbsthaftend
- Bedruckbar mit Laserdrucker
- Farbe Weiss
- 3,6 x 8,9 cm
- 2 Rollen à 260 Etiketten

**AVERY Zweckform Adressetiketten 260
mit personalisiertem Profi Online Druck**

Art. Nr. BD-0096
CHF 32.00



Art. Nr. BO-0097
CHF 13.00

VERY Zweckform Adressetiketten 130

- Selbsthaftend
- Bedruckbar mit Laserdrucker
- Farbe Weiss
- 2,8 x 8,9 cm
- 2 Rollen à 130 Etiketten

**AVERY Zweckform Adressetiketten 130
mit personalisiertem Profi Online Druck**

Art. Nr. BD-0097
CHF 23.00



Art. Nr. BO-0098
CHF 37.00

Raja Tragetasche RECY22

- Aus Recyclingpapier
- Braun
- 90 g/m²
- 50 Stück pro Packung



Art. Nr. BD-0098
CHF 50.00

Raja Tragetasche RECY22 mit personalisiertem Profi Online Druck

- Druck à 50 Stück



Büromöbel





Tipps

für ein gesundes Arbeiten im Home-Office

Umso wichtiger ist es, die Zeit im Home-Office so gesund wie möglich zu gestalten

So richten Sie das Home Office optimal ein

Arbeiten von der Couch oder sogar im Bett?

Der Arbeitsplatz sollte idealerweise in einem Arbeitszimmer, mindestens an einem Arbeitsbereich mit eigenem Schreibtisch eingerichtet sein.

Die räumliche Trennung von Arbeits- und Privatbereich hilft sich während der Arbeitszeit zu konzentrieren und nach der Arbeit loszulassen.

Eine gesunde Sitzhaltung entlastet den Rücken

Die optimale Sitzposition ermöglicht einen entspannten Blick auf den Bildschirm, von oben in einem Abstand von 50 bis 70 cm. Der Kopf sollte beim Blick auf den Monitor leicht gesenkt sein, um Verspannungen im Nackenbereich zu vermeiden.

Ein guter Bildschirm unterstützt Sie bei der Arbeit

Laptops sind sehr nützlich – aber keineswegs optimal geeignet für permanentes Arbeiten. Der ständige Blick auf diese oft zu kleinen und kontrastarmen Bildschirme kann zu trockenen Augen führen, welche anfälliger für Infektionen sind.

Stattdessen lohnt es sich, in einen Bildschirm mit einer Diagonalen von min. 22 Zoll zu investieren. Ausserdem sollte die Reflektion, des Tageslichts auf dem Bildschirm vermieden werden, da es die Augen zusätzlich belastet.

Auch zu empfehlen ist, die Luftfeuchtigkeit im Raum bei etwa 50% zu halten, z. B. durch aufgestellte Wasserschalen. Vermeiden Sie ausserdem, direkten Luftstrom und Ventilatoren oder Klimaanlage sollten nicht in der Nähe der Augen aufgestellt werden.



Legen Sie regelmässige Pausen ein

Der Kaffee, das Gespräch mit den Kollegen oder Gang zur Kantine sorgt für kurze Pausen im Büro und damit eine Entlastung für die Augen und den Kopf. Im Home-Office hingegen verbringen viele Menschen ihre Mittagspause vor dem Computer oder gönnen sich gar keine Pausen. Effizientes Arbeiten aber schliesst effiziente Regeneration mit ein.

Tipps für Pausen und Entspannung im Home-Office

Trinken Sie immer ausreichend Wasser, mindestens zwei Liter pro Tag.

Nehmen Sie sich Zeit für Pausen und verbringen Sie diese, wenn möglich nicht vor dem Computer.

Gönnen Sie Ihren Augen eine Pause schauen Sie alle zehn Minuten kurz aus dem Fenster, konzentrieren Sie sich bewusst auf Objekte am Rande des Blickfeldes, machen Sie Sehübungen und lassen Sie die Pupillen nach links und rechts sowie nach oben und unten wandern.

Dunkelheit und Wärme schonen die Augen- legen Sie mehrmals täglich Ihre Hände

kurz (ohne Druck) auf die Augen und denken Sie an schöne Dinge wie ein Urlaubs-panorama, bunte Blumen oder Ihr letztes Outdoor-Abenteuer.

Aktiv bleiben mit Workouts und Übungen

Zu wenig körperliche Aktivität in Kombination mit zu langem Sitzen schadet dem Blutkreislauf und der Sauerstoffversorgung des Körpers. Die Bandscheiben werden überdurchschnittlich belastet und die Muskulatur bildet sich bei Nichtgebrauch zurück.

Umso wichtiger ist eine ausreichende Bewegung als Ausgleich. In ländlichen Gebieten hilft ein täglicher Spaziergang an der frischen Luft. In Regionen, die komplett abgeschottet sind, wird das eigene Haus oder der Garten zu Ihrem Fitnessstudio.

Die Zeit, die Sie durch den nicht vorhandenen Weg zur Arbeit einsparen, ist eine perfekte Gelegenheit für Ihre Fitnessübungen. So sorgt eine Yogasitzung für einen gesunden Start in den Tag. Klassische Eigengewichtsübungen, wie Liegestütze oder Kniebeugen, aber auch Sit-ups, Planking Übungen oder Hampelmänner sind perfekt für eine Pause nach der Arbeit.



Ergonomie am Arbeitsplatz

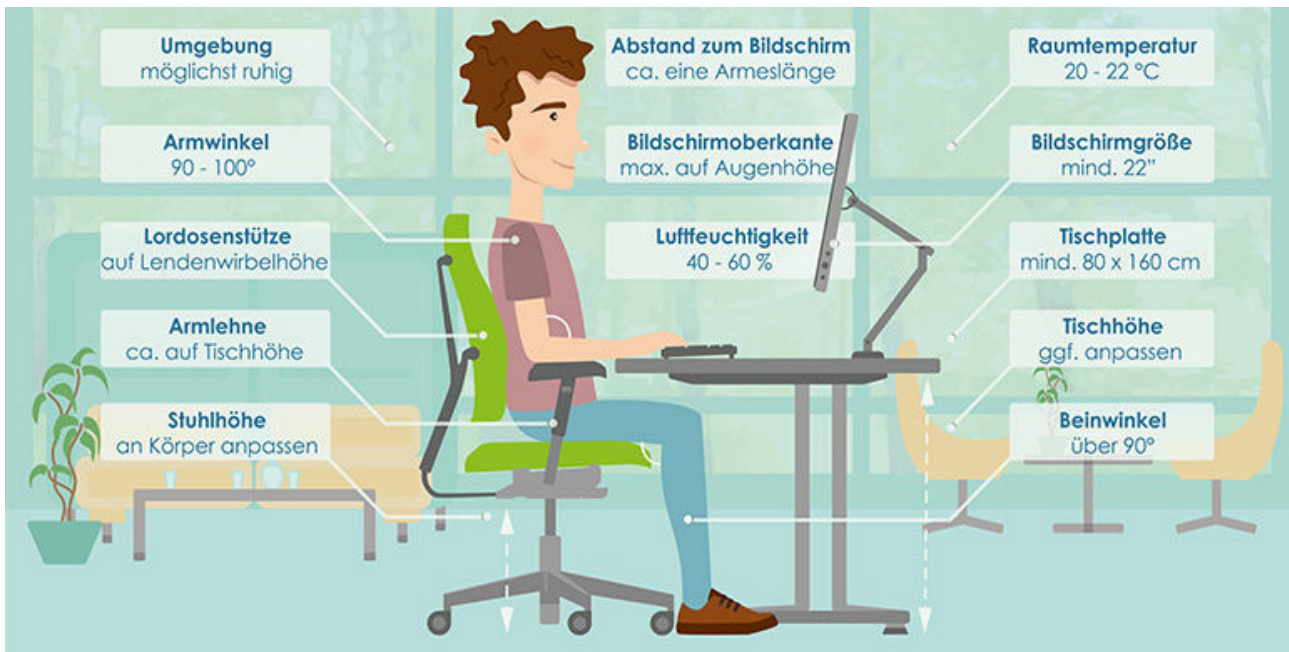
Persönliche Beratung vor Ort

- Dauer nach Absprache
- Preis pro Stunde CHF 150.00

Art. Nr. BD-1008

CHF 150.00





Mit dieser 11-Schritte Anleitung werden Sie ab sofort richtig sitzen

- Ihr Rücken liegt beim Sitzen an der Rückenlehne des Stuhles an
- Nutzen Sie die ganze Sitzfläche Ihres Stuhles
- Nehmen Sie eine möglichst aufrechte Sitzposition ein
- Unter- und Oberschenkel bilden beim Sitzen einen 90-Grad Winkel oder mehr
- Unterarme liegen auf dem Schreibtisch auf
- Unter- und Oberarme haben beim Sitzen einen 90-Grad Winkel oder mehr
- Ihr Becken sollte etwas nach vorn gekippt sein, sodass die Oberschenkel leicht abfallen
- Um Beine und Rücken zu entlasten, benötigen die Füße einen festen Halt auf dem Boden
- Richtig sitzen Sie, wenn sie dynamisch und nicht statisch sitzen
- Achten sie bewusst auf die Körperhaltung
- Die richtige Sitzposition unterstützt immer die natürliche Doppel-S-Form der Wirbelsäule

40-15-5 Regel

Für einen gesünderen Arbeitstag sollen Sie sich jede Stunde so einteilen, dass Sie 40 Minuten dynamisch sitzen, 15 Minuten stehen (beispielsweise an einem höhenverstellbaren Schreibtisch) und 5 Minuten laufen. Da es nicht ausreicht, sich nur nach der Arbeit sportlich zu betätigen, bauen Sie einfach mehr Bewegung in Ihrem Arbeitsalltag ein.

Weniger Sitzen ist Richtiges Sitzen

Nutzen Sie zum Beispiel die Treppe statt des Aufzugs oder ordnen Sie Ihr Büromaterial so an, dass Sie zum Aufstehen gezwungen sind, wenn Sie einen Aktenordner oder den Locher brauchen.



Art. Nr. BO-0122
CHF 119.00

Realspace Bürostuhl Jura

- Ergonomische Rückenlehne mit Formpolster
- Entspricht der europäischen Norm EN 1335
- Sitzhöhe 450-590 mm; Sitz 46 x 45 cm; Rückenlehne 45 x 52 cm
- Stoffbezug blau



Art. Nr. BO-0123
CHF 194.00

Leitz Ergo Cosy Aktiv 6518

- Ermöglicht flexibles Arbeiten Sitzend oder Stehend
- Sitz-/Stehhöhe 46 - 79 cm
- Sitzfläche 37 cm
- Belastbar bis zu 110 kg
- Farbe Blau



Art. Nr. BO-0124
CHF 86.00

Alba Ergoball

- Durchmesser 65 cm
- max. Belastung 120 kg
- Stoffbezug blau



Art. Nr. BO-0125
CHF 107.00

Niceday Chefsessel Malaga

- Hohe Rückenlehne
- Gewicht-aktivierter Synchronmechanismus basierend auf Benutzergewicht und Sitzposition
- Sitzhöhe 52- 64 cm; Sitz 55 x 52 cm;
- Rückenlehne 56 x 66 cm
- Genarbtetes Leder



Schreibtische

Für jeden Arbeitsbereich die richtigen Möbel

Allen Anforderungen Ihres Büros gewachsen

Ein Büro besteht aus verschiedenen Arbeitsbereichen, an die unterschiedliche Anforderungen gestellt werden. Wir haben für jeden Arbeitsbereich die optimale Möbellösung.

Die Kombination aus unserer jahrelangen Erfahrung und unserem umfassenden Sortiment macht uns zu Ihrem idealen Partner rund um Ihre Büroeinrichtung.





Art. Nr. BO-0130
CHF 1609.00



Art. Nr. BO-0131
CHF 974.00



Hammerbacher Sitz-Stehschreibtisch XDSM

- Buche, Silbergrau
- 120 x 80 x 62- 127 cm
- Elektrisch höhenverstellbar, inkl. Memoryschalter
- 2 Motoren Antrieb
- Abklappbarer Kabelkanal unter der Tischplatte
- Display links oder rechts unter der Tischplatte, montierbar

Hammerbacher Sitz-Stehschreibtisch VXDK

- Ahorn, Graphit
- FSC®-zertifizierter Schreibtisch
- 180 x 80 x 60,5 -125,25 cm
- Druckknopf für eine einfache Höhenverstellung
- Geräuschpegel: <50dB
- Duale Motoren
- Tragfähigkeit: 125 kg
- Geschwindigkeit: 3,8 cm / s



schwarz
Art. Nr. BO-0193
CHF 99.00

Schreibtisch Demestico Eiche

- Mit Rollen
- 120 x 60 x 75 cm

weiss
Art. Nr. BO-0194
CHF 99.00



Regale



Art. Nr. BO-0010
CHF 198.00

Regal Buche-Nachbildung

- 80 x 33 x 114,4 cm
- 2 Tablare



Art. Nr. BO-0134
CHF 654.00

Hammerbacher Rollladen- schrank Matrix

- Farbe Silber / Ahorn
- 120 x 40 x 110 cm
- Abschliessbar
- 1 Tablar



Rollcontainer



Art. Nr. BO-0132
CHF 247.00

Hammerbacher Rollcontainer

- Rollcontainer mit 4 Schubladen
- Farbe Buche
- Masse 42,8 x 58 x 59 cm
- Tragkraft 8 kg pro Schublade
- Der Schubladenauszug beträgt 75%



Art. Nr. BO-0133
CHF 389.00

PAPERFLOW PERSONO ART DECO - DUNKELHEIT

- Rollcontainer mit 3 Schubladen
- Masse 64,2 x 39 x 43,6 cm
- Tragkraft 7.5 kg pro Schublade
- Der Schubladenauszug beträgt 75%



Beleuchtung



Art. Nr. BO-0017
CHF 203.00

Hansa Schreibtischlampe Vario Plus

- Höhe 54 cm
- Farbe Anthrazit
- LED Leuchtmittel
- 10.5 W Leistung



Art. Nr. BO-0016
CHF 39.00

Hansa Schreibtischlampe Ecostar

- Höhe 70,5 cm
- Farbe Silber
- Energiesparlampe
- 11 W Leistung



Pausenzzeit





Getränke





Art. Nr. BO-0028
CHF 7.00



Art. Nr. BO-0029
CHF 17.00

Jacobs Lungo Decaffeinato 6

- kompatibel mit Nespresso Geräten
- Arabica- und Robusta-Bohne
- entkoffeiniert
- 20 Stück pro Packung

CAFÉ ROYAL Lungo

- Kaffeepads kompatibel mit Nespresso Geräten
- 100 % Arabica Bohnen
- UTZ-zertifiziert
- 50 Stück pro Packung



Art. Nr. BO-0031
CHF 36.00

L'OR Elegant Kaffeekapseln

- 100 % Arabica Bohnen
- 100 Stück pro Packung
- kompatibel mit Nespresso Geräten



Art. Nr. BO-0032
CHF 4.00

Meßmer Darjeeling Tee

- Schwarztee entkoffeiniert
- 25 Stück pro Packung
- Stück à 3g



Art. Nr. BO-0083
CHF 34.00

TEEKANNE Collection

- 180 Stück pro Packung
- 12 verschiedene Geschmacksrichtungen
- Rainforest Alliance zertifiziert



Art. Nr. BO-0094
CHF 6.00

TEEKANNE Frio Sport

- Apfel-Zitrone Geschmack mit Magnesium
- 18 Stück pro Packung
- wird kalt aufgegossen
- koffeinfrei



Art. Nr. BO-0084
CHF 3.00

TEEKANNE 8 Kräuter

- Kräuter Tee
- 20 Stück pro Packung
- aromatisch-milder Geschmack
- laktosefrei, glutenfrei und vegan



Art. Nr. BO-0085
CHF 3.00

TEEKANNE Kamille Tee

- 100% Kamille
- 20 Stück pro Packung
- laktosefrei, glutenfrei und vegan



Art. Nr. BO-0038
CHF 13.00

Jacobs Kaffeesahne

- 10 % Fettgehalt
- UHT
- 240 Stück pro Packung
- Stück à 7.5 g



Art. Nr. BO-0034
CHF 48.00

Elite Schwarz Honiglöffel

- 125 Stück Pro Packung
- Stück à 7 g
- Bioqualität



Art. Nr. BO-0037
CHF 2.00

Hellma Kaffeesahne

- 7.5 % Fettgehalt
- 10 Stück pro Packung
- Stück à 10 g



Art. Nr. BO-0035
CHF 35.00

Zuckersticks "Paraguay"

- 1000 Stück pro Packung
- Stück à 4 g
- aus fairem Anbau



Trink-Behälter & Zubehör



Kaffeebecher "To Go"

- wiederverwendbar
- 240ml Inhalt
- aus erneuerbaren Zuckerrüben hergestellt

Art. Nr. BO-0146

CHF 5.00



Kaffeebecher "To Go"

mit personalisiertem Profi Online Druck

Art. Nr. BD-0146

CHF 13.00



Art. Nr. BO-0190

CHF 13.00

CEP Becherträger TAKE A BREAK

- Schwarz
- 11 Becher (3 x gross, 8 x klein)
- 33 x 25 x 46 cm



Art. Nr. BO-0188
CHF 7.00

PAPSTAR „Macchiato“

- Druck Grün
- 300 ml Inhalt
- biologisch abbaubar
- 50 Stück pro Pack



Art. Nr. BO-0189
CHF 9.00

PAPSTAR „Pure Joy“

- weiss
- Pappdeckel, Ø 9 cm
- 50 Stück pro Pack



Art. Nr. BO-0187
CHF 6.00

PAPSTAR „Espresso“

- Druck Taupe
- 100 ml Inhalt
- biologisch abbaubar
- 80 Stück pro Pack



Art. Nr. BO-0145
CHF 6.00

PAPSTAR „Pure Joy“

- Pappbecher aus recyceltem Karton
- Inhalt 200 ml
- 50 Stück pro Packung

Unser Angebot exklusiv für Sie



Trinkflasche

- Inhalt 1 Liter
- Recycling Glas
- ohne Logo

Art. Nr. BO-0179
CHF 5.00



Holzkiste

- aus unbehandeltem Holz
- 11.7 x 11.3 x 36 cm
- "ein Stück Natur kaufen"

Art. Nr. BO-0178
CHF 13.00

Trinkflasche mit personalisiertem Profi Online Druck

Art. Nr. BD-0179
CHF 13.00

Holzkiste mit personalisiertem Profi Online Druck

Art. Nr. BD-0178
CHF 21.00



Art. Nr. BO-0192
CHF 35.00



Art. Nr. BO-0191
CHF 49.00

schwarz
Art. Nr. BO-0198
CHF 49.00

Tork Servietten Xpressnap N12

- weiss
- kompatibel mit Tork Serviettenspender N4
- 1-lagig , gefaltet
- 5er Pack (5 x 225 pro Pack)

Tork Serviettenspender N4

- Geeignet für Xpressnap N12 Servietten
- Füllmenge 200 Blatt
- 20.1 x 15 x 15.5 cm



Art. Nr. BO-0180
CHF 12.00

PAPSTAR Servietten

- 250 Stück pro Packung
- Farbe blau
- 3-lagig



Art. Nr. BO-0045
CHF 8.00

PAPSTAR Rührstäbchen "Pure Bambus"

- Länge 150 mm
- 1000 Stück pro Packung
- Aus nachhaltig produziertem Bambus



Süsse Versuchung



Art. Nr. BO-0040
CHF 19.00

Ferrero Gebäckkugeln Giotto

- 120 Stück pro Packung



Art. Nr. BO-0086
CHF 8.00

Haribo Fruchtgummi Süsse Teufel

- 150 Stück pro Packung



Art. Nr. BO-0081
CHF 13.00

Gebäckmischung Danish

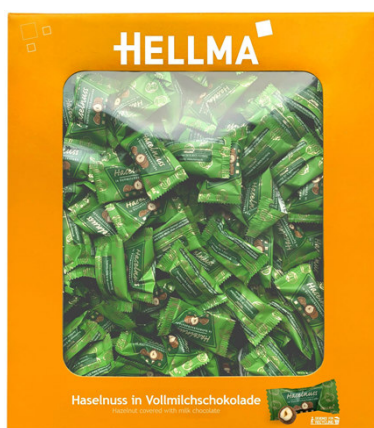
- Dänische Butter Kekse
- 500 g pro Büchse



Art. Nr. BO-0082
CHF 22.00

HELLMA Goldline

- Div. Gebäck
- 140 Stück pro Packung



Art. Nr. BO-0041
CHF 31.00

HELLMA Haselnuss in Milkschokolade

- 380 Stück pro Packung
- Haselnuss in Vollmilchschokolade



Art. Nr. BO-0042
CHF 24.00

RITTER SPORT Mini

- 84 Stück pro Packung
- 7 Geschmacksrichtungen pro Packung



Früchte ABO

Wir liefern im Abo jede Woche Frisch



Früchtekorb wöchentlich frisch aufgefüllt

- nach Möglichkeit mit saisonalen Früchten
- Jederzeit kündbar

Art. Nr. BD-1003

CHF 45.00



Unterwegs





Die Arbeitswelt im Wandel

Neue Technologien, neue Gewohnheiten, sowie sich wandelnde Werte in der Arbeitswelt bedingen eine neue Arbeitsplatzgestaltung.

Der Trend zu orts- und zeitunabhängigem Arbeiten und digitalen Prozessanläufen

Die heutige Art zu arbeiten verändert sich. Prozessabläufe werden automatisiert oder digital unterstützt und manuelle Tätigkeiten nehmen ab. Es wird fast ausschliesslich an Computern oder Laptops gearbeitet, sowie die Kommunikation, grösstenteils digital erfolgt. Dafür steigt der Trend des zeit- und ortsunabhängigen Arbeiten. Es wird vermehrt von zu Hause, aus dem Home Office oder von einem mobilen Arbeitsplatz aus gearbeitet.

Clean-Desk Policy macht's möglich

Dies geht mit einer steigenden Desk-Sharing Policy einher. Dies bedeutet, dass es keine festen Arbeitsplätze mehr gibt, sondern jeder Schreibtisch im Büro geteilt wird. Die Mitarbeitenden arbeiten dann an dem Platz, der gerade zur Verfügung steht. Um dies zu ermöglichen, ist es wichtig, dass die Arbeitsplätze immer sauber, neutral und aufgeräumt gehalten werden – sogenannte Clean Desk Policy.

Ein gutes Raum- und Arbeitsplatzkonzept verhilft zum effizienten Arbeiten und Erfolg

Es wird verstärkt in unterschiedlich zusammengesetzten Projektgruppen gearbeitet. Die Aufteilung der Fachkräfte an die jeweiligen Projekte, wird nach deren Fähigkeiten und Wissen festgelegt. So haben Mitarbeiter teilweise Aufgaben in mehreren Projekten gleichzeitig. Damit dies zusammen mit einer Desk-Sharing Policy funktioniert, wird ein neues und flexibles Raum- und Arbeitsplatzkonzept, mit entsprechender Ausstattung vorausgesetzt, das den einzelnen Projektteams ermöglicht sich zusammenzufinden und kreativ, effizient und effektiv zu arbeiten. Dabei werden auch gerade durch die Konzepte des ortsunabhängigen Arbeitens und «Bring Your Own Device» IT-Sicherheit und Datenschutz zur Herausforderung.

Damit mobiles, flexibles, effektives und gesundheitliches Arbeiten mit einer Clean Desk Policy möglich wird, haben wir unsere Produktpalette erweitert. Sie finden unsere Artikel zum mobilen Arbeiten auf den folgenden Seiten (59- 61).



Ein Büro zum mitnehmen

Die optimale Lösung, um unabhängig von Ort und Zeit zu arbeiten sind unsere praktischen
Specials, angepasst an ihre individuellen Bedürfnisse.



weiss
Art. Nr. BO-0185
CHF 79.00



grau
Art. Nr. BO-0184
CHF 67.00

CEP Schubladenmodul

- 80% Recycling
- tragbar
- 37 x 27,5 x 14,6 cm
- 2 kleine Schubladen, 24,5 x 16 x 4 cm
- Schulblade für Laptop bis 14",
verschiessbar, 33 x 24,5 x 4 cm

Ergo Cosy Laptopständer

- 31,2 x 24,8 x 5 cm
- Gewicht 380g
- höhenverstellbar von 16,2 bis 19,5 cm
- sicherer Sitz durch Gummi-Elemente



blau
Art. Nr. BO-0196
CHF 23.00



grau
Art. Nr. BO-0197
CHF 23.00



Monolith Laptoptasche Mobile

- Laptopgrösse bis 15.6
- Material Nylon
- Farbe Schwarz
- 42,5 x 20 x 32,5 cm

Art. Nr. BO-0167

CHF 93.00

Business



Samsonite Laptop-Rucksack Guard

- Laptopgrösse bis 17.3
- Servicetasche mit Soft-Touch-Futter für Sonnenbrillen
- Material Polystyrol
- Farbe Schwarz
- 32 x 20,5 x 48 cm

Art. Nr. BO-0168

CHF 75.00

Trolley`s



Wenger Laptoptasche Potomac 17

- Material Polyester
- Volumen von 23 Litern
- auf Flügen als Handgepäck
- Farbe Schwarz
- 44 x 25 x 42 cm

Art. Nr. BO-0147

CHF 133.00



Art. Nr. BO-0148

CHF 85.00

Laptoptasche "Filmbanner"

- Material Upcycling Filmbanner
- 40 x 30 cm

Tasche

Rucksack



Art. Nr. BO-0150

CHF 145.00

Roll Rucksack "Segel"

- 40 x 60 cm
- Material Upcycling Segel
- kann auch als Umhängetasche getragen werden

Allgemeine Geschäftsbedingungen & Nutzungsbedingungen (AGB's)

1. Geltung der Allgemeinen Geschäftsbedingungen

Diese Allgemeinen Geschäftsbedingungen regeln das Verhältnis zwischen Ihnen als Käufer und der BackOffice Praxisfirma.

2. Betreiber der BackOffice Praxisfirma

BackOffice Bürocenter
Elestastrasse 16 7310 Bad Ragaz
Tel: +41 (0)81 303 44 66
Mail: info@bo-buerocenter.ch

3. Mehrwertsteuer

Alle Preise sind inkl. MwSt. angegeben.

4. Urheberrecht

Die Informationen im «BackOffice BüroShop» Online-Shop einschliesslich aller Abbildungen, Zeichnungen, Designs, Fotografien, Videoclips, Texte und Beschreibungen sowie aller Inhalte sind urheberrechtlich, markenrechtlich oder anderweitig geschützt und sind geistiges Eigentum der Stiftung BackOffice Bürocenter oder lizenziert oder das Eigentum der entsprechenden Hersteller/Fotograf.

5. Angaben

Alle Informationen beziehen sich auf die Zukunft und sind somit nur unter Vorbehalt von Änderungen angegeben. Irrtümer vorbehalten.

6. Portogebühren

Portogebühren betragen bis CHF 100.00 pauschal CHF 7.00
Ab Warenbestellwert CHF 100.00 sind die Portogebühren pauschal CHF 15.00

7. Auftragsbestätigung

Eine ausdrückliche Bestätigung der Auftragsannahme bedarf es nicht. Die Annahme der Bestellung erfolgt durch Anlieferung der Ware.

8. Preise - Zahlungsbedingungen

- 8.1. Alle Preise sind in Schweizer Franken (CHF) ausgewiesene Preise zuzüglich der gesetzlichen Mehrwertsteuer.
- 8.2. Rechnungen sind innerhalb von 30 Tagen ohne Abzüge ab Rechnungsdatum zur Zahlung fällig. Zahlungen sind per Überweisung oder Einzahlung zu leisten an die auf den Rechnungen angegebenen Konten.
- 8.3. Es gelten die gesetzlichen Regeln betreffend der Folgen des Zahlungsverzugs. Für die zweite Mahnung verrechnen wir CHF 20.00 und für die dritte Mahnung zusätzlich CHF 40.00.
- 8.4. Zur Verrechnung, Zurückbehaltung, Minderung ist der Kunde nur berechtigt, wenn seine Gegenansprüche rechtskräftig festgestellt oder von uns anerkannt wurden.

9. Lieferfristen

Nicht von uns zu vertretende Liefer- und Leistungsverzögerungen aufgrund höherer Gewalt und Ereignissen wie Streiks, Aussperrung, behördliche Anordnungen, Materialausfall, Betriebsstörungen usw. führen auch dann, wenn sie bei unseren Lieferanten oder deren Unterlieferanten eintreten, zu einer Verlängerung der Lieferfristen in angemessenem Umfang.

10. Eigentumsvorbehalt

Wir behalten uns das Eigentum sowie alle weiteren Rechte an der gelieferten Ware bis zur vollständigen Bezahlung des Rechnungsbetrages (zuzüglich Verzugszins) vor (Art. 715f. ZGB). Kommt der Kunde mit der Zahlung des Kaufpreises in Verzug, so ermächtigt er uns hiermit, den Eigentumsvorbehalt auf seine Kosten im Eigentumsvorbehaltsregister eintragen zu lassen. Der Kunde unterrichtet Dritte über unseren Eigentumsvorbehalt und unterrichtet uns unverzüglich bei einem Zugriff durch Dritte. Bei Widerhandlung sind wir berechtigt, die unter Eigentumsvorbehalt stehende Produkte auf Kosten des Kunden zurückzunehmen.

11. Mängelhaftung

- 11.1** Mängelansprüche setzen voraus, dass die gelieferte Ware bei Erhalt überprüft und Mängel unverzüglich, spätestens jedoch zwei Wochen nach Erhalt der Ware, schriftlich mitgeteilt werden.
- 11.2** Soweit ein Mangel der Kaufsache vorliegt, leistet BO-Praxisfirma anstelle der Gewährleistungsansprüche des Schweizer Obligationenrechts zunächst nach eigener Wahl Gewähr durch Nach-besserung oder Ersatzlieferung. Schlägt die Nacherfüllung fehl, so ist der Kunde nach seiner Wahl berechtigt, Wandelung oder Minderung zu verlangen.
- 11.3** BO-Praxisfirma haftet nur für direkte Schäden, die durch eine vorsätzliche oder grob fahrlässige Vertragsverletzung durch BO-Praxisfirma entstehen. Jede weitergehende Haftung ist – ohne Rücksicht auf die Rechtsnatur des geltend gemachten Anspruchs – ausgeschlossen. Dies gilt insbesondere für vorvertragliche, vertragliche und ausservertragliche Schadensersatzansprüche.
- 11.4** Die Gewährleistungsfrist beträgt 12 Monate, gerechnet ab Gefahrenübergang.

12. Produktänderungen

Wir behalten uns das Recht vor, Produktänderungen, die ausschliesslich der Verbesserung des Artikels dienen, den Vertragsinhalt nicht gefährden und zumutbar sind, ohne Vorankündigungen durchzuführen.

13. Gerichtsstand – Erfüllungsort

Ausschliesslicher Gerichtsstand ist unser Geschäftssitz. Wir sind jedoch berechtigt, den Kunden auch an seinem Wohn- oder Geschäftssitz zu verklagen. Es gilt das Recht der Schweiz; die Geltung des UN-Kaufrechts ist ausgeschlossen. Sofern sich aus der Auftragsbestätigung nichts anderes ergibt, ist unser Geschäftssitz Erfüllungsort.

14. Sonstiges

Auf eventuelle Druckfehler in unseren Veröffentlichungen werden wir Sie bei Ihrer Bestellung hinweisen. BO-Praxisfirma übernimmt jedoch keine Haftung für Rechen-, Schreib- und/oder Druckfehler.

15. Verarbeitung von Daten

Die Daten des Kunden werden nur zu dem genannten Zweck verwendet und nicht an unberechtigte Dritte weitergegeben. Die Kundendaten können zur Durchführung des Versands an von BO-Praxisfirma beauftragte und sorgfältig ausgesuchte Partnerunternehmen übermittelt werden. BO-Praxisfirma verwendet die Informationen auch, um mit den Kunden über Bestellungen, Produkte, Dienstleistungen und über Marketingangebote zu kommunizieren sowie dazu, unsere Datensätze zu aktualisieren und die Kundenkonten zu unterhalten und zu pflegen sowie dazu Produkte oder Dienstleistungen zu empfehlen, die die Kunden interessieren könnten.