

# Gesünder arbeiten!

Die New-Work-Formel für ein langes und erfülltes Berufsleben  
**Seite 28**

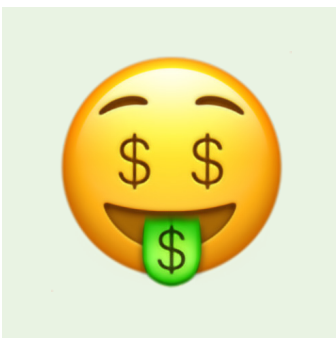
## Leadership im Flow

So leiten Führungskräfte ihre Teams kompetent und selbstsicher  
**Seite 34**



## Putin plant die Netz-Invasion

Der russische Staat will das Internet stärker überwachen, doch es regt sich Widerstand  
**Seite 62**



## New Pay

Die neue Arbeitswelt braucht neue Gehälter. Lasst uns darüber reden!  
**Seite 90**



## Tools für Freelancer

Business-Lösungen für Selbstständige im Überblick  
**Seite 140**



## Plädoyer fürs Zocken

MIT-Wissenschaftlerin T. L. Taylor erklärt im Interview, warum Gaming zum Kern unserer Kultur gehört  
**Seite 70**

**INTRO**

**Meet the Team** ..... 8

**Digital Pioneers: Wem du im Netz folgen solltest** ..... 12

**Office-Check: So arbeitet Ecosia** ..... 14

**Ein Tag mit ... Leila Summa** ..... 16

**Pioneers Lifestyle: Gadgets und Accessoires** ..... 18

**Das muss mit! Essentials von Dorothee Bär** ..... 20

**Die Events des Quartals** ..... 22

**Lesestoff: Buchempfehlungen für Webworker** ..... 24

**Postkartensprüche auf Twitter** ..... 26  
Melanie Petersen wundert sich über „Lebenshilfe to go“

**SCHWERPUNKT**

**Der perfekte Arbeitsplatz** ..... 28  
Wie ein gesunder Berufsalltag aussieht

**Chill mal, Chef!** ..... 34  
So meistern Führungskräfte mentale Herausforderungen

**Länger leben durch gesunde Arbeit?** ..... 40  
Unser Reporter auf der Suche nach dem Lebenselixier

**Health(y)-Gadgets** ..... 46  
Apps und Hardware für mehr Wohlbefinden im Büro

**Krankschreibung per App** ..... 50  
Wie die Digitalisierung das Gesundheitssystem verändert

**Die Vermessung des Alltags** ..... 56  
Was ist dran an Health-Tracking und Selbstoptimierung?

**Der Weg ist der Weg** ..... 194  
Seine Arbeitsstrecke hält Felix Schwenzel fit

**TRENDS UND TECHNOLOGIEN**

**Putin spinnt sein Netz** ..... 62  
Dem russischen Internet droht die Totalüberwachung

**„Games zu streamen, ist harte Arbeit“** ..... 70  
Wissenschaftlerin T. L. Taylor im Interview

**Es lebe der Newsletter!** ..... 74  
Johnny Haeusler hat ein totgesagtes Medium wiederentdeckt

**Elektro ohne Schrott** ..... 76  
Ideen für eine nachhaltigere Techbranche

**DIGITALE WIRTSCHAFT**

**Startup-Check: Pendix, Vyble, Flipcar** ..... 80

**Software eats Spaltmaße** ..... 82  
Digitale Dienste dominieren zunehmend die Autoindustrie

**New Pay** ..... 90  
Neue Gehälter für eine neue Arbeitswelt

**Gesetze gegen den Hass** ..... 96  
Markus Beckedahl wünscht sich mehr staatliches Vorgehen

**Stadt, Land, Datenfluss** ..... 98  
Wohnen und Arbeiten fernab der Großstädte

**MARKETING**

**Marketing-Tipp** ..... 104  
Individualisierte AR-Filter für Instagram und Facebook

**Whatsapp für den Kundenchat** ..... 106  
Die Service-Kommunikation automatisieren

**Google geht in die Nische** ..... 110  
Noch hat der Konzern das Social Web nicht aufgegeben

**Online-Bewertungen** ..... 114  
Wie Unternehmen mit negativem Feedback umgehen sollten

**SEO-Trends 2020** ..... 118  
Was wichtig bleibt und wichtig wird

**E-COMMERCE**

**News für Händler** ..... 122

**Shopperträt Ryzon** ..... 124  
Wie ein kleiner Modehändler gegen große Marken punktet

**Advertising für Ebay und Amazon** ..... 130  
Effiziente Werbestrategien für Marktplätze

**Versandkosten abschaffen!** ..... 134  
Jochen Fuchs ärgert sich über den Online-Einkauf

**SOFTWARE UND INFRASTRUKTUR**

**Office-Gadgets: Das muss ins Büro** ..... 136

**Freelancer-Tools** ..... 140  
Die beste Business-Software im Überblick

**Künstliche Intelligenz** ..... 146  
Deep-Learning-Dienste aus der Cloud

**Software-Tipps** ..... 150

**Hosting-Ticker** ..... 152

**ENTWICKLUNG UND DESIGN**

**Tooltipp: Log-Management für Profis** ..... 154

**Tools für Coder und Designer** ..... 156

**Coder-Porträt** ..... 158

**Agentur-Showcase** ..... 160

**UX-Design** ..... 162  
Glücklichere Nutzer durch positives Webdesign

**JAMstack** ..... 166  
Mehr Performance dank der smarten Webarchitektur

**SEO und UX mit Next.js** ..... 170  
Single-Page-Apps mit dem React-Framework erstellen

**Web Components** ..... 176  
Wie die Bibliothek den Programmieraufwand reduziert

**WebAssembly** ..... 180  
Web-Apps mit dem Bytecode schneller und sicherer machen

**RUBRIKEN**

**Impressum** ..... 152

**Firmen** ..... 185