

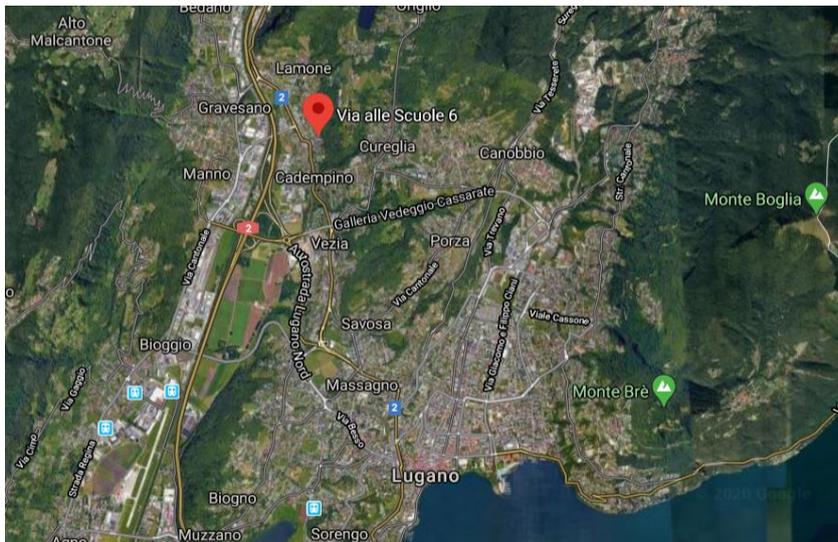
«PluSport à l'heure du télétravail»

Home(Office)-Story #30:



Giada Besomi, responsable Formation Tessin

Où est-ce que je travaille?



Je travaille depuis ma maison à Cadempino, qui se trouve en fait à quelques minutes à pied de notre nouveau bureau PluSport Formation Tessin à Lamone.



Depuis mon balcon, j'ai une belle vue sur toute la partie basse de la ville de Veduggio, jusqu'à l'aéroport d'Agno. Et derrière la maison, il y a une forêt avec un grand parcours Vita.

Qui se trouve dans mon entourage?

À cause de ma maladie, j'ai connu plusieurs périodes pendant lesquelles j'ai dû rester à la maison sans pouvoir sortir, et donc travailler également à la maison. Et je voyais peu mes amis et mes proches. J'ai donc la chance d'avoir construit un bon réseau social, formé aussi d'amis qui vivent en dehors de la Suisse et avec lesquels j'ai donc l'habitude de maintenir

des contacts à distance grâce aux nouvelles technologies: e-mails, appels téléphoniques, réseaux sociaux, vidéoconférences, appels vidéo ou simples messages.

Durant cette période bizarre, il est important de maintenir les rapports sociaux avec les personnes qui nous étaient proches dans le quotidien avant le Covid-19: les athlètes / les participants aux cours, les collaborateurs, les amis et les proches. Avec les groupes de danse de l'association New Ability, nous avons créé un chat de groupe qui nous permet de toujours rester connectés, comme une grande famille. Pendant la journée, je me réserve un peu de temps pour prendre des nouvelles de ceux qui me sont proches, selon la devise: proches même en étant éloignés.

Comment est-ce que je me maintiens en forme?



Normalement, je me maintiens en forme avec des exercices quotidiens de Qi Gong et des étirements musculaires, sans oublier mes séances de physiothérapie. Malheureusement, avec l'arrivée du Covid-19, les physiothérapeutes ont fermé et je n'ai donc pas pu me rendre à mon rendez-vous habituel. Mais je continue ma thérapie seule.

Les leçons de danse et les activités sportives de New Ability ont aussi été suspendues. Mais nous nous sommes réorganisés de manière créative, en enregistrant les leçons virtuellement. Donc on continue à enseigner! Un grand travail d'organisation, de collaboration et d'engagement pour tout mon staff d'enseignants et notre technicien vidéo. L'enseignement prend de nouvelles formes, qui doivent toutes être découvertes et mises en place. Les objectifs changent, les exercices sont structurés différemment, et même la communication évolue. Le rapport à la famille s'intensifie, et nous avons encore plus besoin de nos proches pour rendre l'enseignement accessible à tous. Nous avons encore beaucoup à apprendre sur l'enseignement virtuel à distance... et nous sommes prêts à affronter également ce nouveau défi!

Quelles sont les expériences faites jusqu'à présent dans mon bureau à la maison?

Par le passé, j'ai beaucoup travaillé et étudié depuis la maison. De nombreux cours universitaires comprenaient des leçons en ligne et, quand je travaillais avec des sportifs professionnels, nos séances avaient lieu par Skype parce que de nombreux kilomètres nous séparaient. Je suis donc à l'aise pour travailler à distance.

Je pense que c'est une bonne solution que nous devrions aussi utiliser à l'avenir pour notre session Formation. Cela nous permettrait de faire des réunions virtuelles de manière plus simple et rapide avec l'antenne romande, la centrale de Volketswil et le bureau au Tessin.

