

# „PlusSport im Homeoffice“

Home(Office)-Story #29:



René Pfister  
Events und Sponsoring

Wo arbeite ich jetzt?



**Nänikon ZH** liegt rund 3km ausserhalb von Uster und ist im Gegensatz zur 3. grössten Stadt im Kt. Zürich noch richtig ländlich. Aktuell wohnen gerade mal 2400 Personen da, jedoch Tendenz stark steigend.

Wir wohnen in der Nähe vom Türmlischulhaus, dem Wahrzeichen von Nänikon. Die Glocke des Türmlischulhauses verkündet noch heute um 12.00 Uhr die Geburten und um 13.00 Uhr den Tod eines Nänikers oder einer Nänikerin. Erwähnenswert auch die **Festfreudigkeit** © der Näniker. Da ist die Dorfchilbi zu erwähnen, das Fest am längsten Tag des Jahres und das Grümpelturnier.

Wie ihr auf der Karte erkennen könnt, reicht mein Arbeitsweg gerade noch knapp aus, um bei Bike to work mitzumachen. Wenn ich die Route über die Bluetmatt wähle, so passiere ich die [Gedenkstätte aus dem alten Zürichkrieg](#) (gut dass niemand weiss, dass ich aus dem Kt. Schwyz stamme ;-)) und schaffe die 1.9km in rund 6 Minuten Fahrzeit. Die kurze Distanz zum Büro ist u.a. mit ein Grund, dass ich teils zuhause, aber auch teils im Office arbeite.



**Home sweet home**

vs.



**Chriesbaumstrasse 6**

## Wer ist um mich herum?

Family is my life –seit wir Kinder haben, dreht sich (fast) alles um die kleinen Racker. Meine Frau Viera und ich versuchen Victoria (2 ½ J.) und Kevin (1 J.) Meister zu werden. Unser Sohnmänn läuft und klettert seit rund einem Monat, seither benötigt er 1:1 Betreuung.



## Wie halte ich mich jetzt fit?



Grundsätzlich sorgen unsere zwei kleinen Kids für unser Bewegungsprogramm. Mein wöchentliches Training bei Volley Uster vermisse ich jedoch sehr, umso mehr, da wir jeweils nach der Wintersaison vom Hallenvolleyball zum Beachvolley umsatteln.

Auch wenn die Schnelligkeit und Sprunggewalt von Jahr zu Jahr härter erkämpft werden muss, macht der Funsport nach wie vor unglaublich Spass und ist deutlich körperschonender als der Hallensport.

Gespannt verfolge ich den BR-Entscheid vom 11. Mai; wer weiss, vielleicht können wir uns schon bald wieder am „Strand“ von Uster duellieren.

Alternativ zu PluSport@home halte ich mich mit Kinderwagen-Jogging fit. Habe ich doch andere Kinderwagen-Jogger stets belächelt und mich gefragt, ob das wirklich Spass machen kann, so geniesse ich nun meine rund stündigen Waldläufe mit Sohnnemann Kevin. **Und ganz wichtig**, gemäss „[KinderwagenOutdoor](#)“ verbrenne ich dabei 50% mehr Kalorien als ohne Kinderwagen. Na, wer sagt's denn!

## Was sind meine bisherigen Homeoffice-Erfahrungen?

Die Arbeit im Homeoffice gefällt mir grundsätzlich, habe ich doch meine Selbstständigkeit meiner Marketing- und Eventagentur Strategiefabrik von zuhause aus lanciert. Wie eingangs erwähnt arbeite ich teils Homeoffice und teils am Hauptsitz.

Die etwas spezielle Working-Station am Schminktisch meiner Frau ermöglicht mir zwar, mich in unserer 4 ½ Zimmer-Whg zurückzuziehen, erfüllt aber keinerlei Ergonomie-Standards, an die wir uns an unserem grosszügigen Arbeitsplatz in Volketswil gewöhnt haben. Der Faktor Kinder ist ebenfalls nicht zu unterschätzen. Die Kompromiss-Bereitschaft meiner kleinen Racker hält sich in Grenzen, denn der Papi ist doch da und doch ist er nicht wirklich da. Zudem kann sich ein fröhliches Kinderlachen schnell zu einem ausdrucksstarken Schreikonzert entwickeln. Daher schätze ich in der jetzigen Situation meinen Arbeitsplatz in Volketswil schon sehr. Dank guter Absprache mit meinen Bürospänli Anita und Alessandro ist das trotzdem möglich, gemeinsam sorgen wir für die nötige Social Distance und halten uns an die BR-Vorgaben.

Alles in allem erlebe ich die Corona-Zeit als prägend und allmählich auch etwas mühsam. Generell ist es aber Klagen auf hohem Niveau. Die Zeit mit der Familie weiss ich zu schätzen und im Gegensatz zu unseren Nachbarn im Süden dürfen wir uns immer noch anständig bewegen. Es ist zu hoffen, dass im Nach-Corona Wandel die vielen guten und besinnlichen Gedanken über unser Tun und Lassen, über Sinn und Unsinn, zu überleben wissen.

Gute Zeit, bleibt gesund auf bald.  
Liebe Gruess Ritschi