

# „Plusport im Homeoffice“

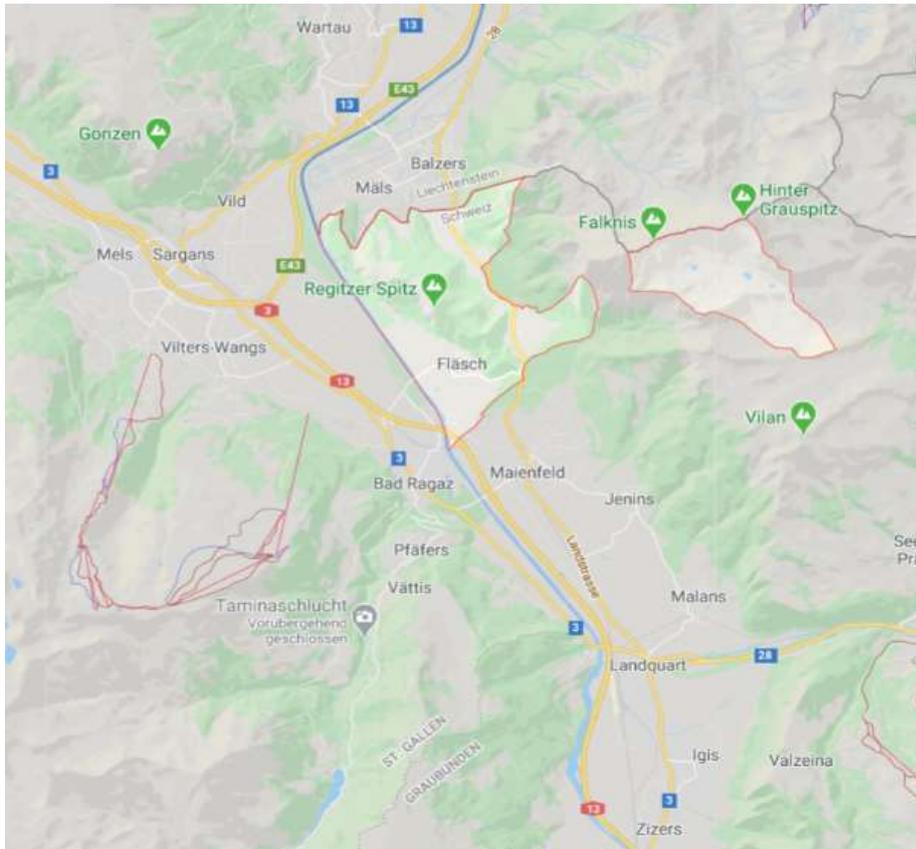
Home(Office)-Story #14:



Uschi Jakopic, Organisation & Administration Sportcamps

## Wo arbeite ich jetzt?

Mein Homeoffice liegt im Moment in der wunderschönen Bündner Herrschaft oder etwas genauer gesagt in Fläsch. Normalerweise lebe ich unter der Woche in Seegräben und das Wochenende verbringe ich bei meinem Lebenspartner Hanspeter in Fläsch.



Das Weinbaurdorf Fläsch ist die nördlichste Gemeinde der Bündner Herrschaft und grenzt an den Kanton St. Gallen und das Fürstentum Liechtenstein. Das Dorf liegt am Fuss des Fläscherberges. Auf Gemeindegebiet liegen hinter dem Regitzerspitz (1135 m. ü. M.) der Übergang über die Luzisteig und auch der 2599 m hohe Grauspitz im Falknismassiv.

Ich habe mich im grosszügigen Büro von Hanspeter eingerichtet. Den Balkontisch haben wir zum Schreibtisch umgerüstet. Im Büro ist fast alles vorhanden. Meine Sicht aus dem Fenster fällt auf einen gepflegten Nachbarsgarten. Meistens habe ich das Büro für mich alleine, da Hanspeter während der Bürozeiten in den Reben oder im Weinkeller arbeitet.



## Wer ist um mich herum?

Mein Partner Hanspeter und seine 2 Kinder. Hanspeter ist selbständiger Winzer und bewirtschaftet 4 ha Reben. Nicolas ist 21 Jahre alt und arbeitet als Zimmermann. Ende Juni geht er in die RS. Carla arbeitet als MPA (Lernende) in einer Arztpraxis in Chur und ist 18 Jahre alt. An zwei Tagen macht sie Homeschooling. Da verschiedene Nachbarn/Freunde von zu Hause aus arbeiten, haben wir eine WhatsApp Gruppe eröffnet und treffen uns vormittags mit grosszügigem Abstand im Hof zur Kafipause (fast wie bei PluSport ☺).

## Wie halte ich mich jetzt fit?

Am Allerliebsten bewege ich mich im Freien. Ich unternehme Mountainbike-Touren in der Umgebung oder wandere auf den schönen Regitzerspitz oder die umliegenden Berge. Bei schlechtem Wetter nehme ich die Jogamatte aus dem Schrank und mache eine Yoga- oder Pilates-Session.



## Was sind meine bisherigen Homeoffice-Erfahrungen?

Das Homeoffice ist für mich eine neue Erfahrung und ich bin sehr überrascht, wie einfach dieser Umzug über die Bühne gegangen ist. Computertechnisch funktioniert alles einwandfrei. Die Zusammenarbeit mit meinen KollegInnen klappt problemlos (Dank Asana, Teams oder Zoom).

Normalerweise arbeite ich vormittags und checke abends nochmals meine Mails. Diese Variante hat sich bei mir bewährt.

Ich sehe diese herausfordernde Zeit als Chance mein Leben ein wenig zu entschleunigen und meine Lebensweisen zu überdenken. Glücklicherweise bin ich kein ängstlicher Mensch und stelle mich den neuen Herausforderungen. Think positive and stay healthy.