

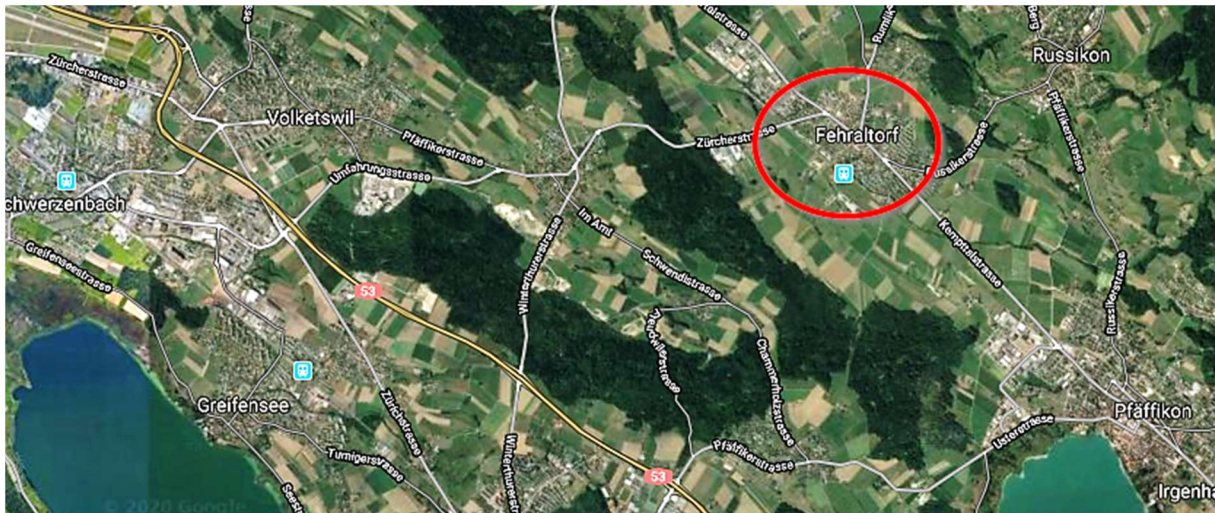
# „Plusport im Homeoffice“

Home(Office)-Story #21:



Caroline Hassler,  
Assistentin des Geschäftsführers,  
Leitung Redaktion/Digitale Medien

Wo arbeite ich jetzt?



Mein Zuhause liegt rund 6km, 10 Autofahrminuten, von der Geschäftsstelle Volketswil entfernt. Ich lebe hier in Fehraltorf seit gefühlt ewig mit meinem Mann; unsere beiden Kinder leben im Nachbarort Pfäffikon. Als ich 1986 aus der Stadt Zürich (ich bin dort aufgewachsen; eine Oerlikerin) hierherzog, fühlte ich mich wie das sprichwörtliche Landei. Aber Fehraltorf wuchs schnell und für eine Familie ist der Ort immer noch sehr geeignet: Natur vor der Tür und S-Bahn in die Städte Zürich und Winterthur ebenso.



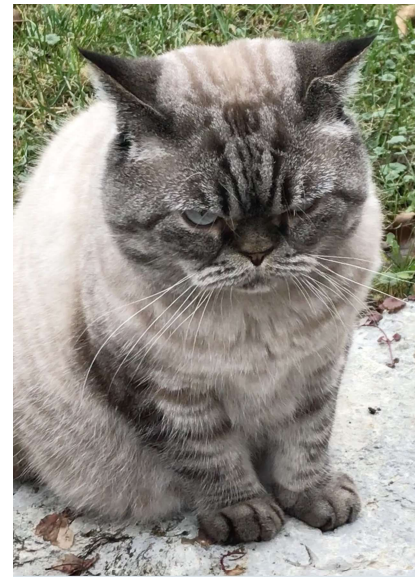
Vor über 20 Jahren haben wir bei unserer Wohnung einen Wintergarten angebaut. Nur für Grünzeug war mir das zu schade, deshalb habe ich vom Cheminée einen Warmluftauslass und auch gleich alle technischen Anschlüsse anbringen lassen, damit ich mir hier auch ein Büro einrichten konnte. Der Raum ist multifunktional; kann sich vom Büro schnell in einen Partyraum für 20 und mehr Gäste verändern. Ist aktuell gerade nicht angesagt...

## Wer ist um mich herum?



Nachbars Katzen: Brownly (links) und Moon (hinter Brownly und rechts). Sie haben dieselbe Mutter! Eine ganz zarte, kurzhaarige Graue. Unglaublich! Es gibt noch einen dritten Bruder: Morelito; der ist so schwarz wie Brownly und vielleicht 300g leichter; schwierig auseinanderzuhalten.

Natürlich kommen sie, wann es ihnen passt. Hauptsächlich, wenn bei ihnen zuhause zu viele Leute da sind oder zu laut Caribbean-Sound läuft. Jetzt wohl auch, weil der Junior immer lauthals mitsingt.



Die Woche durch bin ich meist alleine zuhause, weil mein Mann in Basel arbeitet. Video-Chats bin ich also gewohnt.

## Wie halte ich mich jetzt fit?

Das Minitrampolin habe ich erst letzten Herbst gekauft. Lange überlegt: steht das Teil (1m Durchmesser!) dann einfach herum, oder benutze ich es wirklich? Das Problem war, dass ich die wöchentlichen Morgen-Lektionen meiner liebsten Group Fitness-Stunden, v.a. Aerobics häufig nicht besuchen konnte, und abends bringt mich echt niemand mehr ins Fitness-Studio! Mir fehlte also Ausdauertraining.



Tatsächlich habe ich mir aber die Hüpf tour auf dem Trampolin abends zur Routine gemacht. Ich sagte mir: easy einsteigen, ohne Druck. Und jetzt springe ich darauf herum, während ich irgendwelche Krimis schaue – mit der Spannung geht das Tempo höher. Ein Selfie zu machen erwies sich als schwierig (aber es gäbe eins).

Das Theraband von PluSport finde ich auch cool, das nehme ich sogar in die Ferien mit. Ich mache normalerweise v.a. für Rücken und Gelenke (eher widerwillig) Kraftübungen im Fitness-Studio, zuhause geht das mit dem Theraband und weiteren spezifischen Übungen fast genauso gut.

Beim aktuell schönen Wetter sind auch längere Spaziergänge angesagt – auf Distanz z.B. mit der Nachbarin und Hund Nemo. Der im November '19 bestellte Flyer hat wegen Teile-Lieferverzögerung Verspätung, sonst wäre ich jetzt auch schon öfters mit dem neuen Radl unterwegs.

## Was sind meine bisherigen Homeoffice-Erfahrungen?

Bevor ich zu PluSport kam, war ich als selbständige Webdesignerin in meinem Wintergarten tätig, deshalb ist dieses Office für mich keine Neuheit. Als Déjà-vu empfinde ich eine gewisse Einsamkeit hier – das war auch der Grund, weshalb ich damals wieder in einem Team arbeiten wollte und nun seit 10 Jahren bei PluSport bin.

Video-Calls und -Konferenzen sind eine willkommene Abwechslung. Im Homeoffice kann man konzentriert und effizient arbeiten, vorausgesetzt, man ist alleine. Ich freue mich aber jetzt schon auf die Zeit, in der wir uns in Volketswil wiedersehen und uns wieder etwas näher sind.

Bis hoffentlich glii und bliibed alli gsund!  
Caroline