

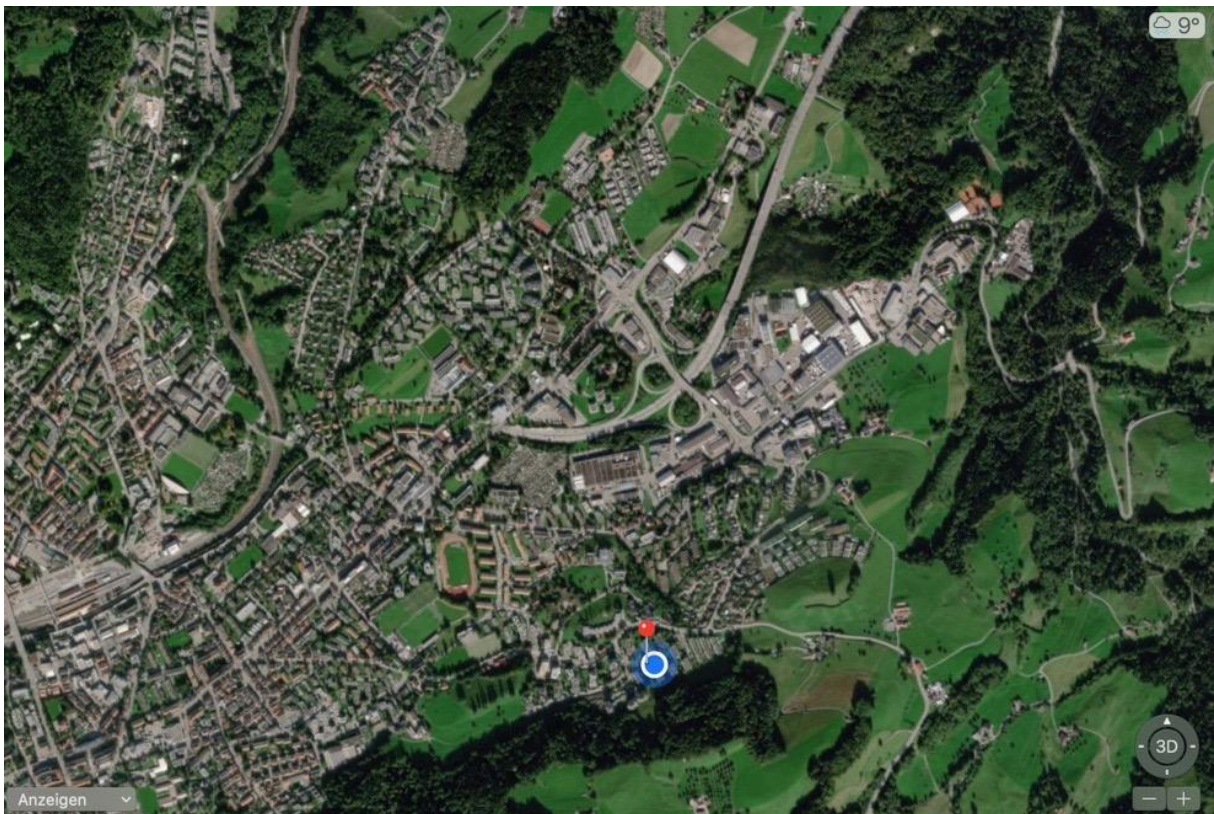
# „PlusSport im Homeoffice“

Home(Office)-Story #33:



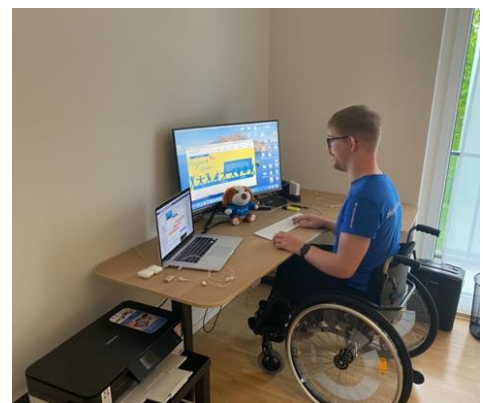
Gion Jäggi  
Assistent Medien &  
Digitale Medien

Wo arbeite ich jetzt?



Ich wohne und arbeite zurzeit in der Stadt, wo die Bratwürste so köstlich sind, dass man sie tatsächlich **OHNE** Senf essen kann – ja sogar muss! ☺ Ja richtig, mein Homeoffice befindet in St. Gallen.

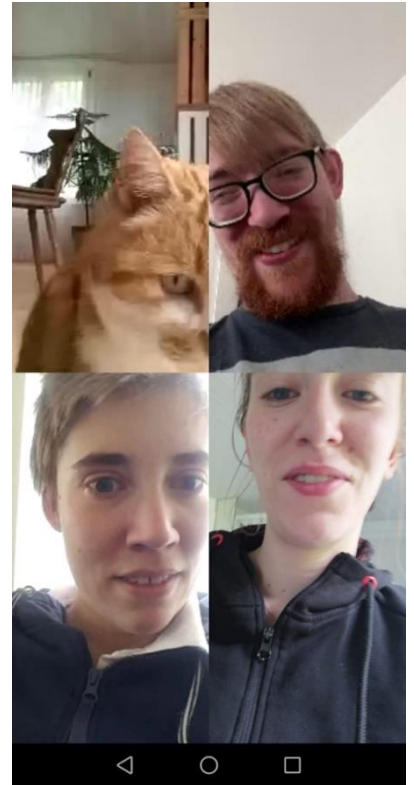
Meine 3.5 Zimmerwohnung befindet sich im Osten der Stadt gleich an der Grenze zum Kanton Appenzell Ausserroden und in unmittelbarer Nähe zum Kantonsspital und dem OLMA-Areal.



## Wer ist um mich herum?

Eigentlich lebe ich ja alleine in meinem Reich, jedoch besuchen mich zwei Mal täglich meine persönlichen Assistenten, von mir auch liebevoll «Assis» genannt, und unterstützen im Alltag, dort wo ich Hilfe brauche. Mein dreiköpfiges Team besteht aus einem ehemaligen Gastronomen, einer Textilentwerferin und Fränzi, Coiffeuse, Fachfrau Betreuung und PluSport-Leiterin bei PluSport St. Gallen.

Diese Arbeit ist und war gerade in Zeiten von Corona nicht nur für die Assistenzpersonen, sondern auch für mich als Arbeitgeber besonders verantwortungsvoll, weshalb ich mich konsequent in Isolation begab. Doch zum Glück gibt es ja die technischen Hilfsmittel – so konnte ich doch noch Kontakt zu Familie und Freunden halten.



## Wie halte ich mich jetzt fit?



Nun, das mit dem Sport ist bei mir so eine Sache: bin ich doch begeisterter Powerchairhockey-Spieler. Leider fallen auch unsere Trainings aus und auch die Meisterschaft wurde abgesagt.

Das wird wohl auch noch eine Weile so sein, sind doch viele der Spieler Risikopatienten.

Bis wieder trainiert werden kann, müssen wir auf Anordnung unseres Coaches unsere Skills verbessern, etwa so wie in diesem Video:

<https://www.facebook.com/IPCHPowerchairHockey/videos/2820850724707240/>. Auch sonst bin ich viel mit Hockey beschäftigt: Als Vorstandsmitglied des Rollstuhlclub St. Gallen bin ich für unsere Sportart verantwortlich und kümmere mich um Trainings und Spielbetrieb, Klassifikationen, Material, Sponsoren etc.

Sonst krame ich hin und wieder das Theraband hervor und seit letzter Woche kann ich nun auch wieder in die Physiotherapie.

## Was sind meine bisherigen Homeoffice-Erfahrungen?

Homeoffice stellt sich für mich als interessante Variante dar, fällt doch der (vor allem bei schlechten Wetterbedingungen) beschwerliche Arbeitsweg von St. Gallen nach Volketswil weg.

Auch wenn wir dank Zoom oder Teams uns hin und wieder sehen können, freue ich mich, euch wieder im Büro über den Weg zu rollen. Denn die besten Ideen und Geschichten entstehen «face to face»!

