

«Plusport en télétravail»

Story (de travail)
à la maison #5:



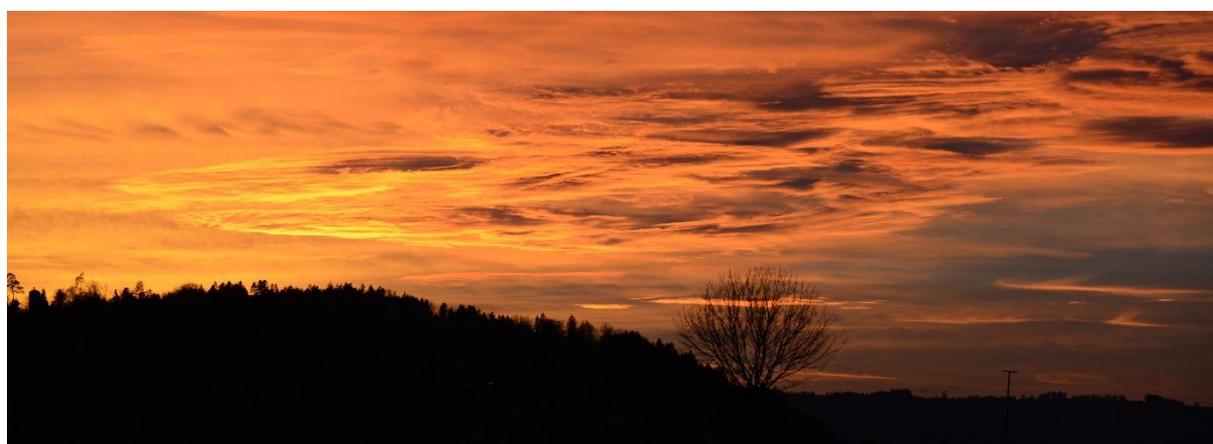
Matthias Schlüssel, Responsable
Sport d'élite

Où est-ce que je travaille en ce moment?



J'effectue mon télétravail depuis Oberkirch (LU), une commune située entre le lac de Mauensee et le lac de Sempach. J'ai spontanément transformé notre table à manger en bureau, car le bureau est déjà occupé par ma compagne Annatina, qui travaille aussi en télétravail. Heureusement, nous avons encore une table de bar que nous nous pouvons provisoirement utilisé en majorité comme table à manger.

Notre quartier est situé à la lisière d'une petit forêt, ce qui nous permet encore de profiter de quelques balades dans la nature. Depuis le salon, nous profitons chaque soir d'un joli coucher de soleil.



Qui se trouve autour de moi?

Je vis ici depuis 2017 avec ma compagne Annatina. Au lieu des pauses café avec les collègues de travail, nous prenons désormais le café ici au salon et nous mangeons ensemble à midi. Quelque chose qui serait normalement possible exclusivement le week-end.

Nous pouvons ainsi conserver plutôt bien le rythme de bureau habituel.



Comment est-ce que je garde la forme?

J'ai la chance de pouvoir continuer à me rendre de temps en temps dans la nature, puisque nous avons la forêt à côté. Je peux sortir pour une petite session de jogging ou une promenade sans croiser personne. Mais désormais, je fais essentiellement de l'exercice dans ma petite cave-fitness, où j'ai la possibilité d'entraîner mon endurance sur un vélo ergométrique. J'ai aussi un Sypoba, une barre d'haltère et un TRX pour travailler la force et l'équilibre. Je dois toutefois reconnaître qu'en tant que sportif passionné de sports en plein air, il m'est quelque peu difficile de me motiver dans ma cave sombre alors qu'il fait si beau dehors. Ce qui fait que je bouge un peu moins dans l'ensemble, mais avec des objectifs plus précis et de manière plus efficace, ce qui a aussi quelque chose de positif.



Quelles sont mes expériences de télétravail jusque-là?

Le fait d'être limité dans ma mobilité représente pour moi un grand changement au quotidien. Généralement, je suis constamment en déplacement. Que ce soit en raison de mon long trajet vers le travail ou des nombreux rendez-vous externes. Jusque-là, je ne connaissais pas le télétravail sous cette forme, même si j'avais déjà régulièrement travaillé depuis la maison. Par exemple lorsque j'avais un rendez-vous externe qui ne me prenait pas toute la journée, ou que je travaillais le soir ou le week-end.

Je suis donc déjà habitué à travailler ailleurs qu'au bureau et que désormais le volume est simplement plus conséquent et mon écran d'ordinateur plus grand et plus solidement installé. Je réalise maintenant des réunions par conférence téléphonique, ce qui s'est déjà révélé très efficace. Je vois cela comme une grande opportunité pour les futures réunions: nous pourrions continuer à en organiser certaines par téléphone.