



Carnaval

*Avec Teresa Cippà
et sa clique.*

Fidélité professionnelle

*Plus de 40 ans à
la Poste et toujours
motivés.*

Transport des journaux

*Une prouesse logistique
minutée.*



*Chère lectrice,
cher lecteur,*

«Après quarante années de travail, on mise plutôt sur la qualité et on accepte que les collaborateurs plus jeunes soient plus rapides», déclare Hans Luder, collaborateur à la Poste depuis de nombreuses années. Les expériences avec des collaborateurs plus âgés révèlent pourtant de nombreux aspects positifs: d'excellentes compétences sociales, une solide expérience professionnelle et une grande loyauté envers l'employeur. Avec un âge moyen de 45 ans et un taux de fluctuation de 3,7%, la Poste compte ainsi de nombreux collaborateurs fidèles.

La Poste soutient les employés qui arrivent au dernier tiers de leur carrière professionnelle, soit entre 50 et 65 ans. Elle prend notamment des mesures de prévention de la santé ou leur ouvre d'autres perspectives professionnelles. En outre, celui qui a d'autres centres d'intérêt que le travail fait souvent preuve d'un meilleur équilibre et d'une motivation plus importante à la tâche. Dieter Lüthi, 63 ans, collaborateur de PostLogistics, en est un bon exemple: pendant son temps libre, il organise des trekkings, de préférence en Alaska. Cette activité qui aujourd'hui contribue à son équilibre professionnel deviendra bientôt un pilier à part entière de sa retraite (voir page 10).

Pourtant, il n'est pas toujours facile de combiner vie professionnelle et vie privée. Les collaborateurs contraints à des horaires de travail irréguliers risquent de laisser de côté leurs amis et leurs loisirs. Désirée Aebersold, conseillère au Bureau UND, livre en page 14 quelques pistes pour réussir à concilier le tout.

Sandra Gonseth

Sandra Gonseth, rédactrice



18



10



22

Actualités

5

La santé en réseau

La Poste est pionnière du développement de la cybersanté en Suisse. Son dossier médical informatisé «vivates» séduit plusieurs cantons.

6

Mobilité sous la loupe

Comment mieux répondre aux besoins des usagers? Une étude commanditée par CarPostal montre le chemin.

7

Le quotidien de Susanne Ruoff

La directrice générale partage dans une nouvelle chronique ses impressions et ses expériences à la Poste.

Dossier

10

Postiers au long cours

Ils travaillent depuis plus de 40 ans à la Poste. Des collaborateurs de longue date expliquent les raisons de leur fidélité.

Dialogue

14

Concilier famille et profession

Trouver un équilibre entre le travail et la maison n'est pas toujours facile. Désirée Aebersold livre des pistes pour y arriver.

Les gens

18

La fièvre du carnaval

En février, Teresa Cippà quitte son office de poste d'Arbedo pour l'animation débridée du carnaval. Portrait.

22

Prouesse logistique

Pour que les lecteurs reçoivent leur quotidien à temps, les postiers accomplissent chaque nuit un exercice sans faute. Reportage.

Services

27

Impression en 3D

Les imprimantes numériques hightech savent «imprimer» des chaises ou des souliers. La nouvelle exposition du Museum für Gestaltung de Zurich révèle comment.



111 Suisses timbrés

La Suisse compte près de huit millions d'habitants. Quelque 5000 d'entre eux ont exprimé le souhait de figurer sur le timbre-poste spécial «Visages de Suisse» de la Poste, mais seulement 111 ont été sélectionnés. Dans le cadre d'un jeu en ligne, les finalistes ont dû cliquer avec application pour insérer leur visage sur le timbre. Ce timbre spécial est disponible dès le 7 mars dans chaque office de poste. www.poste.ch/visages

Conducteur CarPostal et facteur

La Poste a trouvé pour le village d'Isenfluh dans l'Oberland bernois une solution adaptée afin de maintenir l'offre existante: pour la première fois en Suisse, le conducteur du car postal s'occupera aussi de la distribution du courrier. Grâce à la collaboration entre les transports publics et la distribution, le service public continuera à être assuré efficacement à Isenfluh.

Reprise de Scalaris, leader du scannage

Début février, la Poste a signé un accord portant sur l'acquisition de Scalaris SA, société active en Suisse et en Allemagne. Scalaris est leader sur le marché des plateformes de scannage performantes et des solutions logicielles pour le traitement des documents. Cette acquisition permettra à Swiss Post Solutions d'étendre substantiellement ses compétences et ses prestations en matière de solutions pour documents numériques.

Centrale photovoltaïque de Mülligen branchée



La Poste a mis en fonction, sur le toit du centre de tri de Zurich-Mülligen, sa première centrale photovoltaïque, couvrant 8000 m². Elle produit annuellement environ 1300 MWh d'énergie, soit l'équivalent de la consommation électrique de 370 foyers au cours de la

même période. A Yverdon, une centrale est également en fonction. 20 autres centrales sont planifiées. La Poste contribue ainsi notablement à la stratégie énergétique 2050 de la Confédération.

Le dossier médical informatisé de la Poste prend son envol

Les cantons de Genève et du Tessin misent sur «vivates». Cette solution, développée par Swiss Post Solutions, met en réseau les acteurs de la santé.

Texte: Lucie Hribal/Emmanuelle Brossin



«vivates» est déjà utilisé à Genève (projet e-toile).

Prix des médicaments ou hausse des primes d'assurance-maladie: la santé est un thème omniprésent. L'introduction d'un dossier médical informatisé est un facteur clé de réussite pour garantir à l'avenir aussi la qualité des soins. Dans ce contexte, la solution proposée par la Poste rencontre de plus en plus de succès auprès des cantons.

Baptisé «vivates», le dossier médical informatisé de la Poste met en réseau les acteurs de la santé – patients, médecins, hôpitaux, pharmacies, laboratoires – et assure une gestion efficace de la communication et de l'information. Indépendamment du lieu et de la date, les patients peuvent rendre accessibles aux professionnels de leur choix

des informations les concernant. La protection des données est garantie. Cette solution permet aux médecins ou aux pharmaciens d'accéder rapidement aux informations enregistrées électroniquement sur les patients. Ils peuvent ainsi poser un diagnostic plus précis, éviter les doublons et opter pour un meilleur traitement. Par ailleurs, les processus administratifs sont plus simples, ce qui permet de réduire les coûts.

«vivates» a été développé par Swiss Post Solutions et est déjà utilisé dans quatre communes genevoises (projet e-toile). Au vu de son évolution réjouissante, e-toile sera étendu à l'ensemble du canton de Genève au cours de l'année 2013. Le Tessin mise également sur «vivates» et lancera un projet pilote au printemps 2013 dans le domaine de l'oncologie. D'autres cantons ont aussi manifesté leur intérêt pour le dossier médical informatisé de la Poste. La Poste propose aussi des outils pour l'accès sécurisé au dossier électronique. Elle a ainsi déve-

loppé la carte d'assuré pour la caisse-maladie Helsana.

La stratégie de cybersanté adoptée par la Confédération prévoit que d'ici à 2015 toutes les personnes vivant en Suisse soient en possession d'un dossier électronique du patient. La Poste dispose ici de bons atouts. Le traitement confidentiel d'informations, l'identification de l'émetteur et du destinataire et la transmission fiable et sûre de données font partie de ses activités centrales. Or, ces compétences s'avèrent primordiales pour le secteur de la cybersanté. ■

PostVenture: finalistes sélectionnés

Les quatre finalistes du concours de plans commerciaux PostVenture ont été sélectionnés. Il s'agit de Frédéric Devrient, PM (idée commerciale: offre multicanal, combinaison de PromoPost et de l'affichage); Nicolas Renoux, SPS (idée commerciale: Pénétration de marché pour Image+); Walter Schlatt, PV (idée commerciale: iBibliothèque) et Stefan Widmer/Raphael Furrer, tous deux de PF (idée commerciale: Swiss Travel Box). Ils pourront présenter leurs idées le 20 février au comité Innovation, nouvelles activités et développement durable (KLA INN) de la Direction du groupe. Ce comité sélectionnera ensuite le gagnant.

Meilleurs buteurs de LNB

Sous les projecteurs de la cérémonie de remise des prix se tenait pour la première fois un Suisse: Marco Truttmann, attaquant d'EHC Olten (à gauche sur la photo, avec le 3^e, Lee Jinman, HC La Chaux-de-Fonds), a glané en ligue nationale B le plus de points; il a reçu la semaine dernière à Montilier un chèque de 8400 francs, remis par PostFinance, sponsor principal. Au total, onze topscorers de la LNB ont reçu des chèques d'une valeur totale de 61 200 francs.

Les clubs investissent ces montants dans leur section junior. Les topscorers de LNA seront connus à fin février. Depuis 2001, PostFinance s'engage pour le hockey suisse et sa relève.



Des courses plus fréquentes attirent plus de voyageurs

Pour améliorer son offre, CarPostal veut mieux comprendre le comportement de ses utilisateurs. Une étude sur la mobilité du futur a livré d'intéressantes pistes à ce sujet.

Texte: Simon Oswald / Photo: Dominique Meienberg



Les passagers des lignes qui aboutissent à une gare desservant une agglomération sont en forte augmentation.

A quoi ressemblera la mobilité de demain? En 2009, CarPostal a mandaté le Centre de Transport de l'EPFL pour que ce dernier étudie la question. Le but était de déterminer la manière dont l'offre de services de CarPostal pouvait être préparée pour l'avenir et correspondre davantage aux besoins des clients.

La dernière étude finale du projet vient de paraître. Les chercheurs y ont notamment regroupé les nombres de voyageurs des années 2007 à 2010 sur 147 lignes CarPostal à Bâle, St-Gall, Uznach, Frauenfeld, Brigue, Sion et dans le canton d'Argovie. Ces chiffres ont été calculés automatiquement par un système de capteur installé dans un certain nombre de bus. Ils ont ensuite été comparés avec les modifications apportées aux horaires et aux liaisons pendant la période en question. L'objectif consistait à découvrir la manière dont le nombre de voyageurs évoluait lorsque CarPostal augmentait par exemple la fréquence, c'est-à-dire le nombre de courses par jour.

Le rôle central de CarPostal

Les résultats sont éloquentes. Lorsque le nombre de courses quotidiennes augmente, le nombre de voyageurs est également en hausse. Une densification des horaires de 7,5% a mené à un accroissement de 15% du nombre de voyageurs. «Une offre plus développée rapporte plus de clients. Cela se vérifie particulièrement sur les lignes qui relient les agglomérations à des

centres urbains ou des gares», explique Gregor Ochsenbein, responsable du projet de CarPostal.

Le fait que le nombre de voyageurs des lignes qui mènent à une gare affichent la plus forte progression confirme le rôle central de CarPostal comme fournisseur de mobilité. L'entreprise conduit les gens jusqu'aux trains et les ramène de la gare à leur domicile.

L'impact des écoles et des centres commerciaux

Mais les résultats ont aussi suscité d'importantes prises de conscience concernant d'autres facteurs qui dirigent la demande de liaisons de bus. La densité de population à proximité d'un arrêt de bus et le développement structurel de certaines régions jouent également un rôle important. A Sion, par exemple, la fréquentation des cars postaux a enregistré une hausse, bien que l'offre n'ait pas changé. Il convient de chercher l'explication dans l'ouverture du tunnel du Lötschberg. La région a alors été mieux reliée au réseau des transports publics grandes lignes, et les courses de CarPostal se sont avérées plus attrayantes. L'ouverture ou la fermeture d'écoles ou de centres commerciaux sur des lignes en sont un autre exemple: ces événements ont un impact immédiat sur le nombre de voyageurs.

Les conclusions de l'étude livrent des bases pour la poursuite du développement de l'offre. «Pour la première fois, nous disposons de bases de planification économiquement fondées pour déterminer combien de voyageurs nous gagnerons avec une modification de l'itinéraire ou de la fréquence», déclare Gregor Ochsenbein. Cela permet de planifier une offre proche des besoins des clients. Il est possible de faire des propositions aux commanditaires – cantons ou Confédération – concernant la manière dont les fonds publics peuvent être utilisés encore plus efficacement. ■

Chiffre du mois

28,8 mio

Quickmail communique qu'elle a distribué, en 2012, 28,8 millions d'envois adressés (14,1 millions l'année précédente). La société explique cette croissance de 103% par les volumes plus importants d'envois des clients existants, l'acquisition de nouveaux clients et l'extension des zones de distribution. En comparaison, La Poste Suisse a distribué, en 2011, 2334 millions d'envois adressés, rien que pour le service intérieur.

La chronique de Susanne Ruoff Régulièrement, la directrice du groupe nous livre ses impressions sur la Poste et les événements qui l'ont marquée.

Le postier électronique

«Le postier traditionnel et le postier électronique font bon ménage sous le même toit. J'en ai la conviction. J'ai eu l'occasion de le vérifier lors des visites que j'ai faites le mois passé.

Prenons les postiers électroniques que j'ai rencontrés à Glattbrugg au siège d'ePost Product House (ePPH). C'est une équipe motivée, une sorte de *start-up* où l'esprit d'innovation règne. C'est là que sont développées nos prestations électroniques comme la messagerie sécurisée IncaMail, la boîte aux lettres électronique Swiss Post Box ou l'identité numérique Suisse ID. Leur tâche n'est pas facile car développer des solutions viables et rentables prend du temps et nécessite beaucoup de force de persuasion. La Poste

a en fait de bons produits que plus de gens devraient connaître et utiliser. Nous devons les promouvoir encore mieux!

A quelques dizaines de kilomètres de Glattbrugg, j'ai également rencontré des postiers traditionnels. Au centre courrier de Zurich-Mülligen, au centre logistique de traitement du courrier de Gossau ainsi qu'au centre colis de Frauenfeld – je garde d'ailleurs un excellent souvenir du trajet en locomotive avec la conductrice Petra Keller –, le tri des lettres et colis s'effectuent de manière très organisée à un rythme soutenu, dans la bonne humeur et avec un immense savoir-faire. Ne l'oublions pas: les activités traditionnelles restent la locomotive de la Poste. Leur

développement est un des leviers que nous voulons utiliser pour rester sur les rails du succès.

La Poste est au carrefour de deux mondes, physique et électronique. Les besoins de nos clients évoluent et sont différenciés. C'est pourquoi nous devons mener une activité, sans laisser tomber l'autre. Nous continuerons de miser dans les années à venir sur la tradition et sur l'innovation. Et assurerons ensemble – postiers traditionnels et électroniques – le succès de la Poste.» ■

Susanne Ruoff

directricegenerale@poste.ch



De gauche à droite: Au siège de ePost Product House avec Urs Fischer et Beat Christen; tri des lettres au centre logistique de traitement du courrier de Gossau; petit voyage en compagnie de Petra Keller, conductrice de locomotive au centre colis de Frauenfeld.

Caisse de pensions Poste – quel plan d'épargne choisir?

Texte: Emmanuelle Brossin

La Caisse de pensions Poste a informé ses assurés fin janvier 2013 de la réduction du taux d'intérêt technique et des taux de conversion (lire notre édition de janvier). Les assurés ont reçu en outre de la Caisse de pensions Poste (CP Poste) un formulaire leur permettant de changer de plan d'épargne au 1^{er} août 2013. Vaut-il la peine de changer de plan? Quelles sont les conséquences d'un tel changement? Les réponses de Françoise Bruderer, directrice de la CP Poste.

Quels sont les plans d'épargne disponibles?

Il existe trois plans: Minus, Standard ou Plus dont les cotisations sont plus ou moins élevées. Le plan est indiqué en haut à droite de votre certificat de prévoyance. Les cotisations,

valables dès le 1^{er} août 2013, sont publiées sur le site www.pkpost.ch.

Quelles sont les conséquences d'un changement de plan?

Si vous choisissez le plan Plus, vos cotisations mensuelles seront plus élevées mais votre compte d'épargne sera plus garni et votre rente plus élevée. C'est le contraire avec le plan Minus.

Prenons un exemple: Max a 40 ans. Son salaire de 75 000 francs est assuré dans le plan Standard. Son salaire assuré, sur lequel il verse des cotisations d'épargne, s'élève à 50 430 francs (salaire déduction faite du montant de coordination de 24 570 francs). S'il passe du plan Standard au plan Plus, ses cotisations annuelles

seront de 882,50 francs plus élevées (cotisations annuelles dans le plan Standard: 4160,50 francs) et sa rente vieillesse annuelle augmentera d'environ 3000 francs par rapport à la rente Standard. Le contraire avec le plan Minus.

Dans quel cas faut-il remplir le formulaire?

Seulement si vous désirez changer de plan.

Le choix est-il définitif?

Non; vous pouvez changer de plan d'épargne pour chaque début d'année. Il suffit de remplir le formulaire de la Caisse de pensions Poste (à télécharger sur www.pkpost.ch) et de le renvoyer avant la fin de l'année. ■

Si vous avez encore des questions, la Caisse de pensions Poste vous renseignera volontiers.

Des cartes postales personnalisées

L'application PostCard Creator permet de créer facilement et rapidement des cartes postales en quelques clics. La nouvelle application de la Poste a remplacé les deux applications en ligne DirectFactory et SwissPostCard.

Texte: Manuel Fuchs

Vous aimeriez envoyer une carte postale personnalisée de l'endroit où vous passez vos vacances d'hiver? Ou inviter des amis à votre prochain anniversaire en leur faisant parvenir une carte festive? Rien de plus facile avec l'application PostCard Creator.

Voici comment: sur www.poste.ch/postcardcreator, choisissez le format de votre carte. Tapez ensuite votre texte, insérez votre propre image ou choisissez un sujet dans la base de données. Pour finir, chargez les adresses des destina-

taires, choisissez l'affranchissement et terminez votre commande. La Poste Suisse imprime et distribue les cartes à la date indiquée.

Il n'y a pas de quantité minimale. Vous pouvez donc faire imprimer et envoyer une seule carte postale. Jusqu'au 31 mars, tous les collaborateurs et collaboratrices de la Poste bénéficient d'un rabais de 5% sur les coûts de production. Il suffit d'indiquer le code cadeau poste310313 avant de valider votre commande. ■



Nouvelles conditions générales

En été 2013, PostFinance sera transformée en société anonyme. C'est pourquoi elle a adapté ses conditions générales (CG). Cette transformation ne va entraîner que peu de changements pour la clientèle. Patrick Muff, responsable du Service juridique de PostFinance, en résume l'essentiel.

Texte: Renate Schoch

Pourquoi PostFinance a-t-elle adapté les CG?

De nouvelles exigences légales et réglementaires s'appliquent à PostFinance en tant que société anonyme, par exemple la loi sur les banques et les dispositions de la FINMA. Même si ces modifications seront à peine perceptibles pour nos 2,9 millions de clients, nous tenons à les informer des nouvelles CG.

Qu'est-ce qui va changer concrètement?

Sous le secret postal qui prévalait jusqu'ici, les clients pouvaient au guichet postal transférer de l'argent à quelqu'un, même s'ils n'avaient pas toutes les données nécessaires. Les collaborateurs de PV complétaient ce qui manquait. Les clients peuvent également vérifier dans e-finance si un numéro de compte appartient bien au destinataire du paiement. Avec le secret bancaire qui sera désormais en vigueur pour PostFinance, cela ne sera plus possible. Afin de pouvoir continuer à proposer ce service, nous convenons expressément des restrictions nécessaires avec nos clients par

l'intermédiaire des CG. Comme nous sommes légalement tenus d'assurer un service universel dans le trafic des paiements, mais sommes soumis aux exigences de la régulation bancaire, nous devons à l'avenir pouvoir rompre les relations bancaires problématiques – comme n'importe quelle autre banque. Par ailleurs, nous avons rédigé et restructuré les CG de manière plus simple et plus claire.

Que doivent faire les clients?

Nous communiquons les changements par écrit à tous nos clients. S'ils les acceptent, ils n'ont rien à faire. S'ils refusent les nouvelles CG, ils doivent alors résilier leur relation d'affaires avec PostFinance. ■

Pour plus d'informations:

www.postfinance.ch/adaptation-cg

L'avenir avec l'e-business

La Poste du Liechtenstein entend renforcer sa position dans le domaine des solutions de communication électronique.

Texte: Simone Hubacher

La Poste du Liechtenstein suit la tendance: comme l'activité traditionnelle est en recul, elle investit désormais dans l'e-business. Les secteurs d'activité «achats électroniques», «factures électroniques» et «transmission des données» prennent de l'importance. Grâce à l'acquisition de l'entreprise allemande newtron AG fin janvier 2013, la société est en mesure de proposer le traitement physique et électronique de documents à ses clients. newtron AG a été créée en 1998 et développe des logiciels en tant que solution de portail pour les achats et la logistique (comme solution Cloud via Internet ou par l'intermédiaire d'une installation logicielle classique).

En 2011, la Poste du Liechtenstein avait déjà acheté la société autrichienne DIG AG, leader en matière d'achat stratégique et opérationnel. Son siège est basé à Linz. Au total, DIG AG et newtron AG encadrent 900 clients en Europe.

La Liechtensteinische Post AG a ainsi la capacité de réaliser la plateforme de distribution électronique de la Principauté de Liechtenstein. ■



Chine **SPS à Hongkong**

Swiss Post Solutions (SPS) va ouvrir une succursale à Hongkong afin de mieux exploiter les opportunités de croissance dans la région Asie-Pacifique. Le nouveau bureau appartient à SPS Asia et est dirigé par Dimitri Getsios. Avec cette nouvelle succursale, SPS poursuit sa stratégie d'accompagnement de la clientèle à l'international.

Australie **SPS s'étend vers l'Australie et la Nouvelle-Zélande**

Swiss Post Solutions (SPS) Singapore a signé un contrat de cinq ans avec la société Drake Business Logistics (DBL), établie en Australie. Ainsi, SPS sera représenté par des partenaires au Portugal, aux Emirats arabes unis, en Nouvelle-Zélande et en Australie. Elle dispose en outre de propres filiales dans 14 pays.

Espagne **Correos lorgne vers l'Est**

Conformément à sa nouvelle stratégie, l'opérateur postal espagnol Correos souhaite se développer en Chine. D'ailleurs, la Chine représente un élément moteur dans le cadre de l'internationalisation prévue au cours des cinq prochaines années. Correos entend aussi bien coopérer avec China Post qu'avec d'importantes entreprises espagnoles visant également des collaborations avec la Chine.

Belgique **Etudes sur le secteur postal**

En début d'année, la Commission européenne a publié de nouvelles études sur le secteur postal: sur mandat de la Commission, Front Economics a analysé les différentes approches inhérentes au calcul des frais générés par la fourniture du service universel. Les études détaillées peuvent être téléchargées sur le site Internet de la Commission européenne.

Collaborateurs au long cours



Dieter Lüthi (63 ans), conducteur de camion à Bâle 2, 48 ans à la Poste.

«Mon travail à la Poste me plaît toujours autant, même après toutes ces années de métier. Pourquoi? A mon avis, il n'y a pas beaucoup d'entreprises qui permettent autant de possibilités professionnelles que la Poste: durant les dix premières années, j'ai été engagé pratiquement partout, du tri à la distribution. A l'origine, je voulais être bûcheron. Naturellement, beaucoup de choses ont changé ces dernières années, c'est surtout le contact avec les clients qui me manque parfois. Mais nous sommes aujourd'hui une bonne équipe et ça me plaît. J'ai de la chance, je n'ai pas de problèmes de santé, probablement parce que je fais beaucoup de sport dans mon temps libre. Mais pour nous les conducteurs, le travail est physiquement moins pénible que pour les facteurs colis. Ils sont généralement impatientes de partir à la retraite. Comme je vais bien, je ne pense pas non plus à la retraite. Ma vie privée est pour moi une autre source de motivation, comme je l'occupe presque exclusivement avec l'organisation de randonnées en montagne. J'espère que cela sera encore le cas après mon départ à la retraite.»

Les postières et les postiers sont des employés fidèles: plus d'un tiers travaillent déjà depuis 20 ans ou plus à la Poste; 2149 même depuis plus de 40 ans. Pour quelles raisons? Nous avons entre autres interrogé cinq collaborateurs de longue date.

Texte et interviews: Sandra Gonseth / Photos: Monika Flückiger, Isabelle Favre, Michela Locatelli, Dominic Büttner

A la Poste, le «job hopping», c'est-à-dire le changement fréquent d'employeur, n'est pas un phénomène répandu. En 2012, le taux de rotation s'élevait à 3,7%. Cette valeur est très faible par rapport aux 10% enregistrés à l'échelle de la Suisse. En moyenne, un postier est fidèle à son entreprise pendant 16 ans. Et plus d'un tiers travaillent déjà depuis plus de 20 ans à la Poste. Pour quelles raisons? Selon le Secrétariat d'Etat à l'économie (SECO), le salaire et les bonnes prestations sociales peuvent favoriser la loyauté des employés. Mais de toute évidence, il existe d'autres motivations. C'est ce que montrent aussi les témoignages des collaborateurs de longue date de la Poste. Pour eux, l'ambiance de travail agréable, l'activité intéressante et les possibilités de perfectionnement sont tout aussi importantes (voir pages 10 et 12).

Perspectives pour le dernier tiers de la vie active

Mais comment les collaborateurs restent-ils engagés, même dans le dernier tiers de la vie au travail? Selon Lorenz Kopp, responsable de l'encadrement du personnel de la Poste, «de nombreux collaborateurs sont motivés et aiment travailler à la Poste. C'est ce que montre le sondage du personnel réalisé chaque année». Le spécialiste préconise à tous les autres un bilan de situation auprès de la Bourse de l'emploi (AMZ). De nouvelles perspectives pour le domaine professionnel ou privé peuvent y être élaborées. En effet, «jusqu'à la retraite, un quinquagénaire dispose encore de quinze années dont il peut tirer profit».

De la musculation au Pilates

Les collaborateurs les plus âgés témoignent généralement d'une compétence sociale élevée, de nombreux contacts amicaux avec les clients et d'une grande loyauté envers l'entreprise. «Il ne s'agit pas forcément d'une deuxième carrière, car les employés plus âgés ont généralement d'autres attentes concernant leur vie professionnelle, à la différence des plus jeunes.» Ils recherchent plutôt davantage de sens et de satisfaction dans leur travail, sans avoir forcément d'ambitions de carrière plus aiguës. «S'agissant des activités manuelles, on peut aussi émettre le souhait d'obtenir un travail physiquement moins astreignant», explique Lorenz Kopp.

Une santé déficiente joue parfois de mauvais tours. En effet, selon une étude du SECO, les problèmes de santé sont la raison pour laquelle une personne sur quatre quitte la vie active avant d'avoir atteint l'âge officiel de la retraite. Certes, l'expérience des collaborateurs de longue date augmente, mais dans les domaines requérant principalement un travail physique, la productivité peut diminuer. C'est pourquoi outre une tâche valorisante, la conception du poste de travail selon des directives organisationnelles et ergonomiques est importante, comme le souligne Ginie Meier, physiothérapeute d'entreprise au centre courrier de Zurich-Mülligen: «Cela permet de compenser les éventuelles baisses de productivité des employés plus âgés, souvent déclenchées par des problèmes de santé (voir également l'interview en page 13).»

Moyenne d'âge en hausse

Comme à Mülligen, PostLogistics propose aussi, outre la physiothérapie, des programmes de musculation dans les centres colis. «L'objectif principal n'est pas de réparer quelque chose sur le tard, mais de prévenir dès les jeunes années», souligne Christine Schmidhalter, responsable de la promotion de la santé en entreprise chez PostLogistics.

Le vieillissement démographique concerne également la Poste. L'âge moyen d'un postier est de 45 ans. Cette valeur va probablement continuer à augmenter au cours des prochaines années. Le personnel de conduite de CarPostal présente également une moyenne d'âge élevée. C'est pourquoi CarPostal recherche sa relève avec une offensive de recrutement: «Pour atteindre une bonne mixité de notre personnel, également concernant l'âge, nous ciblons notamment les personnes qui ont entre 21 et 40 ans», explique Marianne Pulver, responsable de la gestion du personnel. En cela, CarPostal mise aussi sur les personnes ayant changé de filière. En effet, il est de plus en plus difficile de trouver des jeunes qualifiés. Une tendance qui s'observe dans de nombreux secteurs. Et une raison de plus pour la Poste de s'assurer grâce à des prestations particulières (voir encadré en page 13) que les collaborateurs restent en bonne santé et motivés dans le dernier tiers de la vie au travail. ■

Collaborateurs et collaboratrices de la Poste avec plus de 20 ans de service

40 ans et plus



2149 collaborateurs

30 à 39 ans



5822 collaborateurs

20 à 29 ans



10 159 collaborateurs

50 434 collaborateurs au total

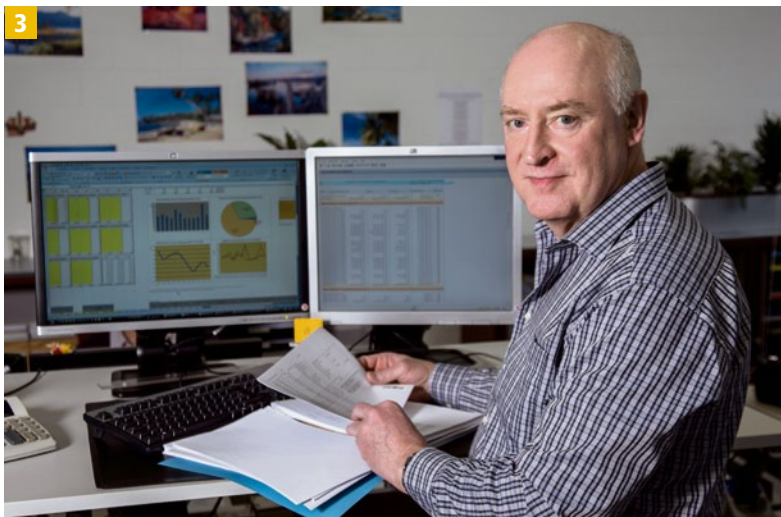
1 Stefan Andenmatten (61 ans), teamleader à Grächen, depuis 44 ans dans la distribution dans la vallée de Zermatt.

«Comme j'aime bouger et être dehors, j'ai le job idéal. Naturellement, beaucoup de choses ont changé. Aujourd'hui, nous envoyons les derniers envois express du 24 décembre à 9 heures, avant cela durait jusqu'à 21 heures. Depuis dix ans, des réunions font aussi partie de mon travail – alors que j'ai passé trente ans sans participer à aucune. Le plus grand changement pour les clients est certainement le scanner. Aujourd'hui, je travaille dans une équipe et cela me plaît beaucoup. Une motivation supplémentaire a été ma formation comme *teamleader* il y a cinq ans. Un défi énorme que j'ai eu du plaisir à relever, même en tant qu'ancien. Dans ces changements, j'ai toujours eu le soutien de mon supérieur. Je ne sais pas trop ce qui m'attend avec la retraite l'année prochaine. Mais je suis assez content de pouvoir remettre mes responsabilités professionnelles.»



2 Edelbert Zengaffinen (63 ans), formateur en logistique, à la Poste depuis 45 ans.

«Il est important d'avoir un objectif en tête. Après une carrière classique à la Poste suite à une formation de facteur et de collaborateur du service des ambulants, je me suis reconverti dans la formation professionnelle. Je suis formateur à la Poste depuis 23 ans déjà, dont 15 ans comme formateur pour les apprentis en logistique au centre de formation BWZ de Lyss. Ce changement d'orientation professionnelle m'a demandé beaucoup de temps et d'énergie. Maintenant, je suis formateur, et aussi psychologue voire figure paternelle. Je vais me retirer progressivement de la vie active, en allégeant mes obligations quotidiennes. Car, avec deux employeurs et beaucoup d'e-mails, de séminaires, de réunions et de semaines d'intégration sociale, il devient difficile de tout mener de front. Mais je n'ai aucun sentiment de frustration, j'ai toujours aimé travailler pour la Poste.»



3 Hans Luder (56 ans), responsable des preuves dans la Gestion des processus comptabilisation à PostFinance, 40 ans de service.

«J'ai toujours eu du plaisir à travailler. Les défis sans cesse renouvelés de PostFinance et les collaborateurs qui m'entourent me motivent au quotidien. Je ne peux pas encore imaginer la vie sans mon travail. Le travail donne une structure à ma vie. Quand on est jeune, on est fier de pouvoir traiter un maximum de tâches en peu de temps. Après quarante ans, on mise plutôt sur la qualité et on accepte que les collaborateurs plus jeunes soient plus rapides. Mon ouïe s'est détériorée suite à une chute il y a 5 ans, et je porte des aides auditives. Malgré ces deux appareils high-tech, je me sens un peu limité – surtout dans le travail. J'ai toujours essayé de comprendre et d'accepter les réorganisations. Avec le recul, chaque réorganisation que j'ai vécue était fondée.»



4 Mariangela Brenna (57 ans), est responsable de l'office de poste de Lugano 8 Massagno. Elle travaille à la Poste depuis 40 ans.

«A la fin de ma scolarité, j'avais le choix: apprentissage à la Poste ou hôtesses chez Swissair? Aimant le contact avec les gens, j'ai postulé pour les deux. J'ai toutefois décidé de garder les pieds sur terre, aux côtés de ma famille et de mes amis. J'ai commencé mon apprentissage en 1973 et une vingtaine d'années plus tard j'ai endossé le rôle de responsable d'office. Au fil des années, les activités de guichet ont connu un changement radical: ce qui se faisait à la main auparavant est aujourd'hui rapidement exécuté grâce aux nouvelles technologies. Avec l'âge, la récupération physique est différente. En travaillant à 70%, je ne renonce pas au sport et à la nature. La Poste reste un excellent employeur; j'apprécie son engagement pour l'égalité des sexes, même en termes de salaires.» (Texte: Nevia Crivelli)

«Jamais trop tard pour le sport»

Pour éviter les problèmes physiques engendrés par de faux mouvements répétés jour après jour, la Poste agit sur deux fronts: la prévention et l'ergonomie.



Ginie Meier, physiothérapeute du travail au centre courrier de Zurich-Mülligen, explique à un collaborateur la technique pour soulever un poids correctement.

Les collaborateurs âgés ont-ils plus souvent des douleurs physiques?

Ils souffrent des conséquences d'une charge de travail étalée sur de nombreuses années. Avec l'âge, le corps récupère plus lentement. Le bruit, la lumière artificielle ou le travail par équipe sont aussi des éléments aggravants. Cela peut provoquer des problèmes physiques comme troubles du sommeil ou de la digestion.

Quel est le rôle joué par l'ergonomie sur la place de travail?

Le traitement mécanique dans les centres a aussi des répercussions sur les charges physiques à la place de travail. Les mouvements effectués près des machines sont plus répétitifs et unilatéraux. Un faux mouvement répété sur plusieurs années peut engendrer des problèmes physiques.

A quoi cela ressemble-t-il?

Une surcharge ou un faux mouvement répété sur plusieurs années provoque une usure du système osseux, avec des répercussions sur les nerfs et les muscles. Dans les cas les plus rares, un employé peut avoir des douleurs sans signes avant-coureurs. Dans la plupart des cas, les problèmes ont fait leur apparition longtemps auparavant, sous une forme quelconque. Mais avec un changement de situation de travail, ces problèmes peuvent subitement s'aggraver.

Que fait la Poste pour y remédier?

D'un côté nous agissons de manière préventive en offrant des cours et des programmes de musculation, de l'autre nous examinons de près la place de travail selon des directives ergonomiques et organisationnelles. Les conditions préalables sont souvent réunies, comme par exemple les casiers de tri à hauteur réglable, mais ne sont pas exploitées correctement par les employés. Par ailleurs, nous donnons des conseils pour une bonne technique de travail et pour soulever correctement des poids.

Comment peut-on soi-même y parer?

En plus d'une technique de travail correcte, il est important d'exercer sa force musculaire et sa résistance. Il n'est jamais trop tard pour se mettre au sport. Et quelle que soit la discipline pratiquée, elle doit aussi faire plaisir. ■

Prestations particulières pour collaborateurs fidèles

Temps partiel pour le personnel âgé

Les collaborateurs de 58 ans et plus peuvent par exemple maintenir les prestations actuelles de la Caisse de pensions en réduisant leur temps de travail à leurs frais.

Garantie d'emploi dans le cadre du plan social

Les collaborateurs de plus de 55 ans et comptant 20 années de service ont une garantie d'emploi jusqu'à 62 ans révolus.

Perspectives professionnelles

La Bourse de l'emploi (AMZ) conseille les collaborateurs de longue date qui souhaitent se réorienter au niveau professionnel et les aide à rédiger les documents de candidature.

Promotion de la santé en entreprise

Des formations relatives au travail par équipe, une consultation par des physiothérapeutes et d'autres mesures améliorent en particulier la santé des collaborateurs plus âgés et travaillant souvent dans l'entreprise depuis longtemps.

Retraite flexible

Les collaborateurs peuvent anticiper leur retraite ou retraite partielle à partir de leur 58^e année.

Primes de fidélité

A partir de la 10^e année de service accomplie et ensuite tous les 5 ans, la Poste octroie une prime de fidélité sous forme de temps ou d'argent.

Perfectionnement

Les mesures de formation et de perfectionnement sont ouvertes aux collaborateurs de tous âges.

Vacances supplémentaires dès 50 ans

Les collaborateurs bénéficient de jours de vacances supplémentaires à partir de leur 50^e année.

Pour plus d'informations:

Vos conseillers/conseillères RH sont à votre disposition. Bourse de l'emploi de la Poste (AMZ), tél. 058 448 03 06. Gestion de la santé / Formation et perfectionnement: Intranet > Portail RH.

«L'équilibre famille-travail est revendiqué, aussi par les hommes»

Comment concilier famille et profession? Selon Désirée Aebersold, conseillère au Bureau UND Equilibre entre famille et emploi, de bonnes solutions pour les collaborateurs et pour l'entreprise existent.

Interview: Beat Gerber / Photo: Annette Boutellier



Désirée Aebersold: «Il n'y a pas de recette miracle, tout passe par le dialogue.»

Plus de 70% des collaborateurs de la Poste considèrent qu'ils arrivent bien à concilier travail et famille. Que pensez-vous du résultat du sondage?

A première vue, il s'agit certainement d'un bon résultat. Les collaborateurs répondent globalement de manière positive à la question de la compatibilité du travail et de la famille. Mais si l'on creuse un peu, de nombreux problèmes font surface. Pour une entreprise, il est important de savoir exactement où le bât blesse.

Y a-t-il une recette simple pour que la compatibilité fonctionne?

Il n'y a pas de recette miracle, mais la clé du succès réside dans le dialogue. Il faut tout d'abord une discussion intense au sein du couple et de la famille: «Comment voulons-nous organiser la garde des enfants ou des parents qui ont besoin de soins?» Deuxièmement, il faut un dialogue dans l'entreprise et une vraie volonté de trouver des solutions communes. Cela exige de la flexibilité – de la part des deux parties.

Est-ce que les entreprises ont aujourd'hui des difficultés à satisfaire les besoins de leurs collaborateurs?

La société a beaucoup évolué. De plus en plus d'hommes trouvent importante la compatibilité entre travail et famille, et la revendiquent de plus en plus. Pour attirer les meilleurs spécialistes, les entreprises ont raison de proposer des modèles de travail flexibles. En fait également partie le travail à temps partiel pour les cadres.

La possibilité de travailler à temps partiel ou en télétravail est particulièrement importante pour nombre de collaborateurs. Que faut-il pour qu'un modèle soit profitable aussi bien aux collaborateurs qu'à l'entreprise?

Lors du passage d'un travail à temps plein à un travail à temps partiel, il importe que la charge de travail soit aussi répartie de manière nouvelle,

et qu'il ne s'agisse pas simplement de fournir la même charge de travail pour un salaire moins élevé. De même, le télétravail n'est pas attrayant pour tous, et tout travail ne s'y prête pas. Il y a aussi le danger que les collaborateurs s'isolent trop et que leurs relations avec l'équipe en souffrent. Pour pouvoir travailler sans être dérangé, l'environnement à la maison doit aussi être adapté. Avec un bébé, ce n'est souvent pas possible.

Dans les commentaires en ligne, les collaborateurs de la Poste mentionnent le travail par équipe et les horaires de travail changeants comme entrave. Est-ce un phénomène connu?

Oui, c'est un grand problème dans de nombreuses entreprises. Les employés travaillant en rotation manquent souvent de jours fixes où ils peuvent s'occuper de leurs enfants ou de leurs proches. Le risque existe que leur vie sociale et leurs loisirs pâtissent de cette situation.

Quelles sont les solutions à ce problème?

Une entreprise peut proposer plus de postes à temps partiel. Il est ainsi souvent plus facile d'accorder des jours de congé fixes aux employés. De même, les horaires de service devraient être communiqués le plus tôt possible et présenter de bonnes possibilités de permutations. Souvent, les parents de petits enfants ont besoin de plus de flexibilité en début ou en fin de journée. C'est d'autant plus important pour les personnes élevant leurs enfants seules, qui ont une responsabilité encore plus grande.

Pour les employés à revenus peu élevés, le travail à temps partiel est souvent impossible pour des raisons financières. Que leur conseillez-vous?

Il faut analyser la situation et identifier les besoins les plus urgents. Parfois cela peut aider de répartir un 100% sur quatre jours et demi pour pouvoir gagner une demi-journée pour la famille. Ou de prendre de plus longues vacances, en baissant légèrement le salaire ou en augmentant légèrement la durée hebdomadaire du travail. ■

La Poste crée des conditions-cadres permettant à son personnel de concilier les différents aspects de la vie. En font partie diverses formules de travail à temps partiel, y compris pour les cadres. La Poste propose notamment 4 mois de congé maternité, 2 ans de congé non payé pour les pères et mères, ou un soutien financier pour une garde d'enfants en dehors du cadre familial. Les collaborateurs peuvent s'adresser à leur supérieur direct ainsi qu'au Conseil RH et au Service social.

*Intranet de la Poste: Personnel > Gestion de la diversité;
www.plusplus.ch, www.und-online.ch, www.svamv-fsfm.ch*

Résultat du sondage du mois de janvier

«Arrivez-vous à bien concilier vie professionnelle et famille?»

Paolo Stecchi, PF

Souvent, les objectifs de travail ne permettent pas de déconnecter à la fin de la journée. Personnellement, je n'arrive pas toujours à dissocier complètement les deux réalités.

Yvan Cramatte, PV

Assurer un poste à responsabilités et gérer une famille de quatre enfants (5, 7, 11 et 13 ans) représente déjà un joli défi. Lorsqu'il faut en plus faire face au handicap (autisme) du plus jeune, il ne s'agit plus de «concilier», mais simplement de «survivre» au quotidien. Le temps et surtout la force mentale deviennent des biens très précieux. Tout se déroule dans l'urgence, chaque journée est un combat et une course contre la montre. Grâce à mon employeur qui me permet d'effectuer un jour de télé-travail par semaine, je peux maintenir un équilibre aussi précaire soit-il. Merci.

Martin Büchler, SecurePost

En gros, j'y arrive. Je veille en effet à avoir un mode de vie équilibré. Même en travaillant par équipe, c'est possible, il faut alors faire preuve de flexibilité. Ce qui m'arrange, c'est que mon épouse ne travaille plus. Avantage du travail de nuit: on peut mieux organiser les journées. Il est par exemple possible d'entreprendre quelque chose à l'improviste. Un inconvénient du travail de nuit: les



possibilités de formation et la participation à la vie sociale sont limitées.

Anja Mosdorf, PM

Je trouve que, pour une femme à un poste de cadre, réussir à concilier travail et vie privée est déjà un défi en soi, même sans les enfants. Avec des enfants, cela serait impossible. Je pense qu'on aurait besoin de solutions créa-

tives, car il est souvent impossible ou difficilement possible de réduire le taux d'occupation.

Jacqueline Funk, PV

J'élève seule mes enfants et je travaille à 100%. La vie de famille passe souvent au second plan. Les formations et la participation à la vie sociale restent aussi sur le carreau.

Peter Schwob, PV

J'ai la chance de pouvoir partager mon travail avec mon épouse. Tout le monde y gagne: moi, ma femme et nos enfants. De plus, il ne faut jamais perdre de vue que la vie de famille est au moins aussi importante que la vie professionnelle.

Claudia Grob, PV

En travaillant à 50%, il devrait être possible de travailler toujours les mêmes jours de la semaine. Malheureusement, mes jours de travail changent d'une semaine à l'autre. Il n'est donc pas si simple de concilier famille et travail.

Irene Lehmann-Fäh, P

Chez moi ça marche très bien, car mon mari travaille aussi à temps partiel et est généralement à la maison quand je travaille à la Poste. Cela fonctionne aussi parce que j'ai un très bon réseau social pour la garde des enfants en cas de jours de travail supplémentaires ou reportés. Mon mari, moi-même et nos supérieurs directs sommes tous flexibles.

Question du mois

«Pour vous rendre au travail, utilisez-vous les transports publics, le vélo ou votre voiture?»

(lire en page 6)

La photo du mois



La vie en jaune

La photo de ce mois a été envoyée par **Claudia de Klark-Cecchet**, centre courrier de Härkingen. Elle nous écrit:

«Voici une photo en phase avec la saison. J'ai constaté que tout ce qui chassait la neige était jaune – et ma grise journée en a été comme ensoleillée.»

Transmettez-nous par e-mail (redaction@post.ch) une photo avec des teintes jaunes, et précisez-nous pourquoi le jaune est pour vous si important. La meilleure photo du mois sera publiée. Le gagnant ou la gagnante recevra deux bons pour aller au cinéma. La Poste sponsorise les principaux festivals de film en Suisse.

Adresses utiles

Contexte de vie difficile, conflit au travail

Le **Service social** conseille en toute discrétion et gratuitement les collaborateurs actifs et retraités en cas de difficultés personnelles, familiales et financières. Téléphonnez-nous ou écrivez-nous: **tél. 058 448 03 05**
e-mail: servicesocial@post.ch

Nouvelles perspectives professionnelles

La **Bourse de l'emploi Poste (AMZ)** conseille gratuitement les collaborateurs. **Tél. 058 448 03 06**

Le **Fonds du Personnel** offre au personnel actif et retraité des logements de vacances avantageux.

Tél. 058 338 97 21,
www.pfp-ferienwohnungen.ch/cgi/fr

Impressum

Editeur

La Poste Suisse, Communication
Viktoriastrasse 21, 3030 Berne
N° 2/2013

Paraît une fois par mois en allemand, français et italien.

E-mail: redaction@post.ch
www.poste.ch/journaldupersonnel
Reproduction avec autorisation expresse de la rédaction uniquement.

Rédaction

Emmanuelle Brossin, rédactrice en chef (eb)
Sara Baraldi (sb)
Marie-Aldine Béguin (mab)
Lea Freiburghaus (lf)
Sandra Gonseth (sg)
Claudia Grasso (cg)
Simone Hubacher (sah)
Correction: Diana Guido

Layout

Branders Group,
Rämistrasse 6, 8001 Zurich

Photo de couverture

Matteo Fieni

Annonces

Annoncen-Agentur Biel,
Längfeldweg 135, 2501 Bienne,
Tél.: 032 344 83 44;
E-mail: anzeigen@gassmann.ch

Impression

Mittelland Zeitungsdruck,
Neumattstrasse 1, 5000 Aarau

Abonnements/Changement d'adresse

Personnel actif: annoncer les mutations d'adresse au service du personnel compétent.

Retraités: mutations d'adresse et d'abonnement par écrit à Caisse de pensions Poste, service des adresses, case postale 528, 3000 Berne 25

Autres abonnés:

Swiss Post Solutions,
Service des abonnements Poste,
Viktoriastrasse 21, 3030 Berne
E-mail: abo@post.ch
Tél.: 058 338 20 61

Prix de l'abonnement: CHF 24.– par an



RECYCLÉ
Papier fait à partir
de matériaux recyclés
FSC® C005019

CCT Poste 2015



«Le personnel d'exploitation de la Poste, p. ex. dans le secteur de la distribution, a aujourd'hui droit à 62 jours de repos (dimanches et jours fériés). Un tel droit garanti n'existe quasiment pas dans le secteur privé. Qu'en sera-t-il avec la nouvelle CCT?» Patrick Koch, Kriens

La réponse de Thomas Thut, équipe de projet CCT 2015

La réglementation actuelle se fonde sur la loi sur la durée du travail, applicable pour le personnel d'exploitation de la Poste jusqu'en juin 2015. Après cette date, la loi sur le travail constituera la nouvelle base juridique. Seul le personnel d'exploitation de CarPostal restera soumis à la loi sur la durée du travail.

Ne serait-ce qu'en vertu de ce changement de fondement juridique, les questions relatives à la durée du travail, notamment la question du nombre de jours fériés payés, seront au centre des négociations de la CCT. Les questions de la durée du travail ne doivent cependant pas être envisagées à travers un seul sujet: il faut prendre en compte toutes ses manifestations (durée du temps de travail, vacances, congés, etc.). La nouvelle CCT compor-

tera-t-elle des modifications, et sur quels aspects? On le verra au cours des négociations. Il est aujourd'hui trop tôt pour faire des déclarations précises. Ce qui est certain, c'est que la Poste, même avec la nouvelle CCT, continuera de mener une politique du personnel sociale et d'offrir des conditions de travail modernes. ■

Envoyez vos questions sur la CCT par e-mail à redaction@poste.ch ou par courrier à La Poste Suisse, Rédaction «la Poste» (K11), Viktoriastrasse 21, 3030 Berne.

Lettre de lecteur

Au sujet de l'article «Véhicule XXL», édition 1/13

Rien de nouveau... En 1986, nous nous sommes rendus à Schwägalp dans la remorque passagers attelée au car postal P 32008. Sur le panneau d'information figurait: Urnäsch – Schwägalp – Urnäsch.

Werner Roth, 3553 Gohl



Teresa et sa clique

Teresa Cippà, responsable de l'office de poste d'Arbedo, est une passionnée du carnaval. Et, entre une poignée de confettis et un chou à la crème, elle s'est aussi découvert un talent de musicienne.

Texte: Claudia Grasso / Photos: Matteo Fieni



Une clique qui se respecte ne mise pas que sur la musique, mais aussi sur les danses et les costumes.



Le carnaval, c'est l'occasion de se défouler, de laisser de côté les soucis et les préoccupations, estime Teresa Cippà.

Le 7 février dernier, à l'ouverture de la 150^e édition du Rabadan (ndlr. le carnaval de Bellinzona), les 90 membres du Carnasc Band de Cadenazzo ne pouvaient pas manquer à l'appel. Dans la foule chamarrée et la cacophonie musicale des cliques pointe la mèche tricolore (turquoise, bleue et violette) de Teresa Cippà. La responsable de l'office de poste d'Arbedo, trombone à la main, n'aurait manqué cette occasion pour rien au monde.

Un moment magique

Sa passion pour le carnaval remonte à loin. «Je suis les traces de ma mère qui n'a jamais raté un carnaval jusqu'à ses 60 ans et a transmis sa passion à quatre de ses cinq enfants», explique Teresa en riant. Le premier carnaval dont elle se souvient est celui de ses sept ans. «A l'époque, il y avait une terrible épidémie de poux à Mesocco. Pour la combattre, le canton avait prescrit un traitement à tous les écoliers. Ce traitement consistait à appliquer sur les cheveux des enfants une poudre puis à leur couvrir la tête à l'aide d'un turban.» Cette année-là, inévitablement, les enfants de Mesocco défilèrent en portant fièrement leurs turbans.

Depuis lors, la période qui précède le carême est toujours un moment magique de l'année pour Teresa. «J'aime l'idée de consacrer une

période de l'année à me distraire et à distraire les autres grâce à la musique. C'est l'occasion de se défouler, de laisser de côté les soucis et les préoccupations.» Taquin aussi le destin, qui a joué un sacré tour à Teresa: c'est en effet au carnaval de Biasca, entre confettis et cliques, qu'elle a rencontré celui qui est devenu son mari.

Vieux et plein de bosses

De son enthousiasme pour le carnaval naît, en 2003, son amour pour la musique enjouée et un peu folle des sousaphones, trombones, trompettes, euphoniums, grosses caisses et batteries mobiles des cliques. «Il y a encore dix ans, j'étais incapable de lire ne serait-ce qu'une note», raconte Teresa. Puis est arrivée la rencontre fortuite avec les membres d'une clique et Teresa a commencé à jouer du trombone, juste pour rire. «Je m'en suis acheté un vieux et plein de bosses et j'ai commencé à jouer.» Bienveillante, Teresa s'entraîne et fait ses premières gammes au sous-sol pour épargner les oreilles de son mari. Désormais, la musique rythme la vie de cette quadragénaire de Mesocco: de septembre jusqu'à l'inauguration de la saison des carnivals, Teresa participe à une répétition de section par semaine et à une répétition d'ensemble du Carnasc Band le samedi. Leurs efforts ont été récom-

pensés par l'honneur d'avoir été invités à se produire en qualité de première clique tessinoise à la *Bahnhof Guggete* de cette année à Lucerne. Et il n'est pas question de ranger le trombone dans son étui en été: Teresa joue dans le groupe TXP.

Pour de nombreux musiciens de clique, le carnaval est quelque chose de sérieux, un moment de l'année où l'on se mesure aux groupes rivaux, et pas seulement d'un point de vue musical. Toute clique qui se respecte mise aussi sur les danses et les costumes. Cette année, le groupe de Cadenazzo a opté pour de magnifiques costumes sur le thème Bollywood. L'année dernière, les Carnacs étaient déguisés en bonshommes Lego. «Ça demande un véritable effort de marcher en jouant avec des cubes de caoutchouc mousse en guise de pieds, remontant jusque sous le genou», se souvient Teresa. Evidemment, en 2012 Teresa portait le costume Lego de facteur! ■

www.carnasc.ch

Pédaler en toute sécurité

Mettre un casque accroît considérablement la sécurité personnelle. Commandez dès maintenant un casque à prix réduit.

Texte: Charles E. Heiniger

Une chute à vélo peut entraîner un traumatisme crânien laissant souvent des séquelles physiologiques, neurologiques et psychologiques. Un casque accroît considérablement la protection de la tête. La Suva propose à nouveau des casques à des prix préférentiels. Mais la prévention des accidents passe aussi par une conduite défensive, en roulant: – à droite, en faisant des signes clairs de la main et en prenant une atti-

tude corporelle assurée, en prêtant attention aux véhicules stationnés – au centre d'un giratoire jusqu'à la sortie – côte à côte strictement seulement si le trafic n'est pas gêné – sans slalomer entre les files de véhicules ni emprunter un trottoir. Le cycliste se méfiera aussi de l'angle mort des grands véhicules: il subsiste une zone invisible pour le conducteur malgré les rétroviseurs. ■

	N° comm.	Prix Poste	Nombre			N° comm.	Prix Poste	Nombre			
Urban (52–57 cm)						Pilon (46–53 cm)					
Blanc	33297	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Orange	36660	24.– (59.–)	<input type="checkbox"/>		
Noir	33299	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Blanc/rose	36676	24.– (59.–)	<input type="checkbox"/>		
Bleu clair/blanc	33302	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Pilon (52–57 cm)					
Brun sable/brun doré	33304	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Orange	36671	24.– (59.–)	<input type="checkbox"/>		
Urban (58–61 cm)						Blanc/rose	36677	24.– (59.–)	<input type="checkbox"/>		
Blanc	33298	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Cima (52–58 cm)					
Noir	33301	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Noir	38368	45.– (80.–)	<input type="checkbox"/>		
Bleu clair/blanc	33303	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Argent	38369	45.– (80.–)	<input type="checkbox"/>		
Brun sable/brun doré	33305	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Mini-Pro (44–50 cm)					
Volermo (52–59 cm)						Rouge	36731	44.– (79.–)	<input type="checkbox"/>		
Rouge/blanc	36651	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Blanc	36733	44.– (79.–)	<input type="checkbox"/>		
Bleu/blanc	36653	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Mini-Pro (50–55 cm)					
Anthracite/blanc	36655	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Rouge	36732	44.– (79.–)	<input type="checkbox"/>		
Volermo (60–64 cm)						Blanc	36734	44.– (79.–)	<input type="checkbox"/>		
Rouge/blanc	36652	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			E-Motion (52-57 cm)					
Bleu/blanc	36654	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Blanc	36735	124.– (159.–)	<input type="checkbox"/>		
Anthracite/blanc	36656	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Bleu/orange	36739	124.– (159.–)	<input type="checkbox"/>		
Paradis (52–57 cm)						Noir	36741	124.– (159.–)	<input type="checkbox"/>		
Blanc (avec rose)	36657	44.– (79.–)	<input type="checkbox"/>			E-Motion (58-62 cm)					
Blanc/rose	36658	44.– (79.–)	<input type="checkbox"/>			Blanc	36737	124.– (159.–)	<input type="checkbox"/>		
Noir	36659	44.– (79.–)	<input type="checkbox"/>			Bleu/orange	36740	124.– (159.–)	<input type="checkbox"/>		
Atlas (54–58 cm)						Noir	36742	124.– (159.–)	<input type="checkbox"/>		
Noir	36680	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			Les coûts d'envoi (7.–) sont pris en charge par la Suva.					
Blanc	36692	54.– (89.–)	<input type="checkbox"/>			L'action dure du 19 mars au 7 avril.					
Nom: _____				Rue, n°: _____				Envoyer le coupon de commande à:			
Prénom: _____				NPA, localité: _____				SUVA, Safety Product Services, Mingerstrasse 12, 3030 Berne			
N° pers.: _____				Date: _____				E-mail avec mention:			
Téléphone: _____				Signature: _____				«Action casque» à suva@yellowworld.ch			

La Poste des VIP

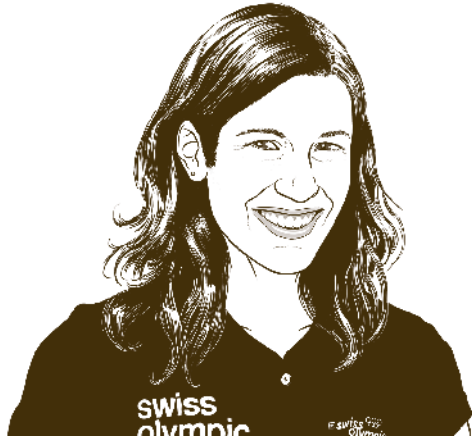


Illustration:
Massimo Milano

Chaque mois, nous donnons la parole à une personnalité connue: ce mois-ci, il s'agit de la médaillée d'or olympique au triathlon (Londres 2012) et sportive de l'année 2012 **Nicola Spirig** (31 ans).

Quand avez-vous envoyé votre dernière carte postale/lettre?

En ce moment, j'envoie presque tous les jours plusieurs lettres et autographes dans le monde entier!

Connaissez-vous le nom de votre facteur?

Oui bien sûr, en tout cas celui de notre facteur principal, qui m'a d'ailleurs aussi demandé un autographe.

A quelle fréquence peut-on vous voir au guichet de la Poste?

Rarement, c'est généralement ma mère qui s'en charge.

Payez-vous vos factures par voie électronique ou avec le livret jaune?

Par voie électronique, c'est plus rapide.

Quel est votre produit postal préféré?

Les paquets que je reçois!

Le plus beau trajet en car postal?

De la gare de Bad Ragaz jusqu'à la station de chemin de fer de montagne de Pizol; je me réjouis alors de passer des vacances reposantes!

Jaune, comme...

L'or! ■

C'est la vente qui fait la musique

Texte: Gabriela Jucker



Trente personnes en formation ont organisé le congrès, avec le soutien de deux coachs.

Le samedi 19 janvier, 250 invités se sont rendus au Technopark de Zurich pour participer au congrès de vente des gestionnaires du commerce de détail et suivre différents ateliers de perfectionnement. Ce sont trente personnes en formation qui ont organisé l'événement avec le soutien de deux coachs.

Les ateliers ont eu pour thèmes: «Le pouvoir des marques», «Etonner les clients», «Sécurité sur le lieu de travail», «Tendances de l'avenir», «Psychologie de la vente», «Gestion de la vente – personnes handicapées» et «Publicité et présentation».

Lors des pauses, les personnes en formation ont

pu s'informer sur les stands, acquérir le CD du congrès de vente (chansons de collaborateurs de la Poste) ou fabriquer des timbres illustrés de leur propre visage avec *WebStamp*.

En guise de conclusion, Patrick Salamin, membre de la Direction du groupe et responsable Réseau postal et vente, a prononcé une allocution sur la relève dans le domaine de la vente. Le congrès pour les personnes en formation dans le commerce de détail se tient chaque année, à Olten, Vevey ou Zurich. ■



Au centre logistique d'Ostermundigen, tout s'accélère peu avant 2h30 du matin. C'est le dernier délai pour faire partir les journaux.

Transport des journaux: la prouesse logistique

Chaque nuit, des centaines de collaborateurs de PostMail et PostLogistics travaillent d'arrache-pied pour que les lecteurs reçoivent leur quotidien. Reportage entre Ostermundigen et Yverdon, via le centre courrier d'Eclépens.

Texte: Emmanuelle Brossin / Photos: Severin Nowacki

«Tout est minuté!» Walter Hämmerli résume bien l'ambiance qui règne à 2h du matin au centre logistique d'Ostermundigen. Le collaborateur de PostLogistics surveille les arrivées et les départs des camionnettes remplies de journaux fraîchement imprimés. Elles viennent tout droit d'imprimeries de Schwyz, Neuchâtel, Lucerne, Vaud, Valais ou Zurich.

La logistique est rodée, les collaborateurs expérimentés. Les livreurs des éditeurs déchargent les sacs remplis de journaux, aidés par les collaborateurs de PostLogistics et PostMail. La tâche est rude car les sacs pèsent entre 20 et

25 kilos. En fonction de leur étiquette, ils sont répartis dans les RX correspondant à leur destination. «Le dernier délai pour faire partir les journaux de Suisse allemande vers la Suisse romande – ou vice-versa – est 2h30», précise Walter Hämmerli, et de jeter un coup d'œil à la montre car l'heure avance. Il est 2h15 et le bal des camionnettes s'accélère. Cette nuit-là, la neige qui tombe ne facilite pas la tâche des chauffeurs. «Si les livreurs arrivent en retard par rapport à l'heure prévue, en raison des conditions atmosphériques ou d'une panne de rotative, nous devons travailler encore plus

vite pour assurer les livraisons de journaux à temps», résume Walter Hämmerli. Sans compter qu'il ne faut pas faire d'erreur. Selon une étude faite par l'EPFL, 98,8% des journaux sont distribués dans les délais. Un chiffre qui ne satisfait pas Walter, véritable perfectionniste: «Notre principal défi est d'éviter que le moindre sac soit mal aiguillé. Chaque erreur signifie que plusieurs lecteurs ne vont pas recevoir à temps leur quotidien et qu'il en résultera des réclamations. Notre objectif reste chaque nuit sans faute!» 2h30, toutes les camionnettes ont été chargées et sont repar-



A Ostermundigen, Kuku Ndombasi, livreur de Tamedia, embarque les journaux pour les lecteurs romands. A leur arrivée à Eclépens, ils sont pris en charge par le personnel de PostMail. 4h50, Hans-Rudolf Köhli part en direction d'Yverdon, le camion rempli de courrier A et de journaux. Les quotidiens atterrissent peu avant 6h dans les cases de la poste d'Yverdon.

ties. Nous accompagnons le livreur du groupe Tamedia en direction du centre courrier d'Eclépens. Kuku Ndombasi y amène les journaux alémaniques destinés à des lecteurs romands. La neige tombe toujours et il s'agit d'arriver avant 4h à Eclépens. 3h45, la camionnette s'arrête devant le centre: les sacs sont déchargés sur la rampe et immédiatement pris en charge par le personnel de PostMail. Le courrier A a déjà été trié et les collaborateurs se dépêchent de mettre les journaux dans les conteneurs (SB) correspondants afin que les camions puissent partir à temps vers les régions de distribution du courrier (RDC).

Avoir les épaules solides

Dans le secteur d'expédition D, Hans-Rudolf Köhli, conducteur de camion chez PostLogistics, vient d'arriver en provenance du centre colis de Daillens. Son camion est en partie rempli de colis et il vient charger le courrier A, les journaux ainsi que le *Grob* (liasses, petits colis, etc.) pour les amener à la RDC d'Yverdon. «Nous essayons dans la mesure du possible de combiner les transports de colis et de courrier», explique Daniel Viquerat, chef de groupe chez PL qui collabore à la disposition des transports au départ d'Eclépens. Et d'ajouter: «Le chauffeur doit être concentré et embarquer

tout ce qui figure sur sa feuille de route. Ici aussi il s'agit de ne pas se tromper...»

4h50, le camion Renault jaune et la remorque sont chargés et nous partons en direction d'Yverdon. Hans-Rudolf Köhli fait le trajet Eclépens-Yverdon-Estavayer depuis le début de la semaine. Ce jeudi, tout s'est bien déroulé. Par contre la veille, il a dû attendre un chargement et est parti 20 minutes en retard. «Tout est minuté, rappelle lui aussi Daniel Viquerat. Et les chauffeurs doivent avoir les épaules solides. Lorsqu'ils arrivent en retard, leurs collègues de la RDC ne sont pas toujours ravis de devoir rattraper les minutes perdues...»

5h25, Hans-Rudolf Köhli arrive à l'heure à la RDC d'Yverdon et décharge la cinquantaine de SB et RX avec l'aide des collaborateurs de Post-Mail d'Yverdon. Le contenu des SB commence à être prétrié avant que les facteurs n'arrivent pour préparer leur tournée. Les premiers journaux sont déjà dans les cases postales. Mission accomplie: les lecteurs du *Blick* et de la *Luzerner Zeitung* seront contents. Ils pourront lire leur quotidien préféré avec le café et les croissants. Mais auront-ils conscience du défi logistique réalisé chaque nuit par les collaborateurs de la Poste pour leur offrir ce moment de satisfaction matinale? ■

Le transport des journaux: un secteur déficitaire

Chaque année, la Poste transporte 800 millions de journaux et quotidiens sur abonnement via son canal de distribution diurne. A ce chiffre s'ajoutent 300 millions de journaux et quotidiens qui transitent via le canal de distribution matinale. Ces derniers sont directement livrés par les éditeurs dans les dépôts des entreprises de distribution matinale (Presto, Epsilon, etc.).

Le transport de journaux est une activité déficitaire pour la Poste car les prix payés par numéro par les éditeurs ne couvrent pas les coûts. En 2011, le déficit s'est élevé à quelque 100 millions de francs. Afin de le réduire, la Poste a décidé d'augmenter de 2 centimes le prix par numéro en 2014, 2015 et 2016.

Fidélité à la Poste**45 ans****PostMail**

Braun Erich, Altnau
Gerber Roger, Delémont
Ledermann Christian, Muri AG
Trottmann Paul, Zürich
Walker Oskar, Pfäffikon SZ

Réseau postal et vente

Bürgi Marianne, Thierachern
Vial Raymonde, Yverdon-les-Bains

40 ans**Centrale**

Grünig Samuel, Bern

PostMail

Alder Alex, Zürich-Mülligen
Augsburger Walter, Spiez
Bacciarini Giorgio, Locarno
Bernasconi Danilo, Mendrisio
Bernasconi Valerio, Mendrisio
Brusaferrri Ivano, Cadenazzo
Feger Alfred, Sion
Frei Silvano, Bazenhaid
Graf Richard, Effretikon
Grob Karl, Rieden SG
Hepp Hana, Zürich-Mülligen
Kaufmann Alfred, Oftringen
Locher Peter, Ostermundigen
Medici Fabrizio, Mendrisio
Monnard Mario, Epalinges
Nideröst Franz, Goldau
Pillet Philippe, Bulle
Rüttimann Markus, Wattwil
Serrat Juan, Zürich-Mülligen
Thierrin Jules, Payerne
Wehrli Christian, Gossau SG
Yagura Myrtha, Zürich.

PostLogistics

Stocker Rolf, Brig
Wiesner-Ringele Gisela, Mägenwil

Réseau postal et vente

Albisetti Renata, Muralto
Crocì Piergiorgio, S. Pietro
Lafferma Arlette, Buchs ZH
Peter Erika, Oberkirch LU
Vögtlin Theres, Birmenstorf AG

PostFinance

Beyeler Christine, Bern
Thalman Elisabeth, Bern

CarPostal

Beyeler Christine, Bern
Messerli Christian, Bern
Roten Stéphane, Sion

InfraPost

Siegenthaler Roger, Härkingen

Swiss Post Solutions

Simon Monique, Basel

Bon anniversaire**95 ans**

Huguenin Georges, Colombier NE (20.03.)
Ruch Hans, Bellach (01.03.)

90 ans

Adam Hans, Solothurn (31.03.)
Bonin Albert, Prilly (13.03.)
Haefeli Ernst, Holderbank SO (30.03.)
Halter Johann, Braunau (10.03.)
Junod Juliette, Giez (17.03.)
Klossner Fritz, Reichenbach im Kandertal (20.03.)
Löffel Hans, Ittigen (28.03.)
Müller Meinrad, Kappel SO (12.03.)
Progin Albert Henri, Genève (23.03.)
Reggiori Aldo, Losone (17.03.)
Rufer Hans, Gwatt (Thun) (06.03.)
Schönenberger Karl, Niederwil SG (26.03.)
Vogelsanger Oskar, Zürich (01.03.)
Zaugg Rudolf, Wabern (31.03.)
Zbinden Ernst, Hinterkappelen (14.03.)

85 ans

Ambrosini Bruno, Contra (17.03.)
Bachmann Hans, Zürich (09.03.)
Badertscher Alfred, Frauenfeld (27.03.)
Baumann Willy, Chêne-Bourg (24.03.)
Bischoff Hans, Thun (13.03.)
Bösch Jakob, Münchenstein (09.03.)
Bolens Simone, Provence-Muttrux (24.03.)
Borloz Pierrette, Oron-la-Ville (27.03.)
Brändli Erika, Bauma (04.03.)
Brunner Hermine, Aarau (20.03.)
Businger Ernst, Luzern (10.03.)
Curiger Ottilia, Uster (23.03.)
Effinger Emilie, Einsiedeln (01.03.)
Fahrni Eduard, Heimberg (30.03.)
Frund Rose-Marie, Basel (07.03.)
Gailloz Willy, Le Grand-Saconnex (06.03.)
Gonin Henri, Lausanne (08.03.)
Grüter Dora, Allschwil (19.03.)

Haari Willi, Interlaken (27.03.)
Habermacher Moritz, Sursee (06.03.)
Hassler Nelly, Donat (30.03.)
Hauser Willy, Wädenswil (05.03.)
Helfer Hugo, Seltisberg (07.03.)
Hug René, Bettenhausen (30.03.)
Klopfenstein Peter, Achseten (10.03.)
Krauer Heinrich, Birsfelden (19.03.)
Kurmman Josef, Reiden (26.03.)
Menghini Henri, Neuchâtel (28.03.)
Möckli Eugen, Klotten (21.03.)
Pichard Roger, Le Sépey (16.03.)
Putallaz Georges, Aven (15.03.)
Räber Rudolf, Wohlen AG (27.03.)
Reichen Alfred, Sigriswil (25.03.)
Rieser Otto, Hütten (01.03.)
Rothenbühler Ernest, Saingelégier (06.03.)
Saladin Marie, Rüfenacht (07.03.)
Scheidegger Fritz, Kirchberg BE (07.03.)
Schwab-Fivian Rita, Spiegel b. Bern (14.03.)
Steiner Margaretha, Zürich (04.03.)
Stuby Berthe, Thierrens (13.03.)
Tailens Rémy, Epalinges (08.03.)
Uhlmann Rudolf, Bonau (30.03.)
von Dach Käthi, Toffen (28.03.)
Weiss Josef, Zug (20.03.)
Wetli Joseph, Frauenfeld (20.03.)
Wildisen Josef, Horw (08.03.)
Zuber Alfred, Spiez (01.03.)
Zumwald Jean, Versoix (14.03.)

80 ans

Ballif Antoinette, Chavornay (12.02.)
Aeberhard Fritz, La Chaux-de-Fonds (29.03.)
Antener-Hofer Fritz, Langnau i. E. (16.03.)
Aubry Jean-Louis, Le Pâquier-Montbarry (26.03.)
Badertscher Ernst, Niederurnen (08.03.)
Baehler Paulette, Genève (06.03.)
Bänziger Edwin, Grossdietwil (31.03.)
Blöchlinger Georg, Endingen (07.03.)
Bürge Josef, Aarau (02.03.)
Buholzer Max, Magglingen/Macolin (28.03.)
Calderari Franco, Rancate (24.03.)
Chassot Marc, Rüfenacht (03.03.)
Egli Rosmarie, Buchs AG (11.03.)
Fähndrich Charles, Colombier NE (14.03.)
Gähwiler Agnes, Bischofszell (20.03.)
Galfetti Francis, Chur (25.03.)
Gfeller Robert, Zürich (14.03.)
Graber Paul, Birsfelden (06.03.)
Hayoz Jean-Pierre, Belfaux (21.03.)
Klopfenstein Samuel, Hünibach (08.03.)
Lambacha Bertha, Lausanne (07.03.)

Lanz Hanspeter, Langenthal (13.03.)
Minnig Elsa, Glurigen (07.03.)
Mohr Ludwig, Winterthur (08.03.)
Moret Roland, Morges (22.03.)
Morier Maurice, Corseaux (31.03.)
Mühlheim Heinz, Zuchwil (26.03.)
Müller Hans, Uster (12.03.)
Müller Hans, Arth (22.03.)
Neuweiler Heidy, Zürich (08.03.)
Nigg Herbert, Mels (15.03.)
Rebholz Fredy, Welschenrohr (16.03.)
Rindlisbacher Hélène, Vézenaz (05.03.)
Rosat Suzanne, Genève (13.03.)
Schatzmann Hans, Biel/Bienne (25.03.)
Schmid Andreas, Ipsach (27.03.)
Schmidt Christian, Pontresina (12.03.)
Schneider Franz, St. Gallen (24.03.)
Schwizer Suzanne, Bottmingen (26.03.)
Seltmann Renate, Zürich (15.03.)
Singy Léon, Villarod (30.03.)
Stalder Heinrich, Hasle (09.03.)
Steigmeier Beatrice, Endingen (05.03.)
Tanner Alfred, St. Gallen (31.03.)
Trachsler Walter, Glarus (25.03.)
von Allmen Emil, Wilderswil (21.03.)
Weber Ernst, Oberrieden (05.03.)
Wegmüller Heinz, Lyss (09.03.)
Wicki Josef, Udligenswil (25.03.)
Zahn Helene, Neerach (15.03.)
Zenhäusern Alice, Unterbäch (02.03.)
Zill Markus, Gossau SG (03.03.)
Zinsli Alexander, Füllinsdorf (14.03.)

75 ans

Anderegg Thomas, Brugg (23.03.)
Benz-Hinder Bruno, Marbach SG (23.03.)
Beytrison Françoise, Lausanne (29.03.)
Blättler Adolf, Reinach (04.03.)
Bolliger Silvia, Zürich (28.03.)
Borcard Jean-Pierre, Lausanne (20.03.)
Brodard-Reynaud Emile, Neuchâtel (08.03.)
Brumann Doris, St. Urban (31.03.)
Bucher Anita, Zürich (13.03.)
Burren Hansruedi, Belp (24.03.)
Cafilisch Conrad, Fuldera (15.03.)
Chassot Anne-Marie, Chénens (04.03.)
Eberle Silvio, Minusio (01.03.)
Frizzi Rudolfne Elisabeth, Ungarn (22.03.)
Gallo Vincenzo, Dietikon (21.03.)
Gerber Christian, Niederstocken (08.03.)
Giroud Jean-Claude, Lausanne (04.03.)
Grätzer Paul, Wilen b. Wollerau (23.03.)
Grimm-Meier Verena, Benzenschwil (06.03.)
Grivat Louis, Bussigny-près-Lausanne (26.03.)

Gujan-Hartmann Hans Peter, Fideris (23.03.)
 Haenni André, Penthéreaz (18.03.)
 Heinzer Erwin, Horw (10.03.)
 Hersche-Marbacher Wilhelm, Männedorf (11.03.)
 Hurni Bernhard, Birsfelden (01.03.)
 Jacquart-Wyttenbach Heidi, Oberwangen b. Bern (30.03.)
 Jaques-Bourquin Raymond, Biel/Bienne (07.03.)
 Kaltenrieder Frédéric, Founex (22.03.)
 Keel Rudolf, Chur (28.03.)
 Krattiger Hans, Gurbrü (03.03.)
 Lanz Willi, Brittnau (21.03.)
 Leutwiler-Schneider Heinz, Bettlach (29.03.)
 Lurati Attilio, Canobbio (22.03.)
 Lüthi-Lehmann Ruth, Kölliken (19.03.)
 Maggi Lydia, Untervaz (31.03.)
 Meier Paul, Niederwil AG (18.03.)
 Moosberger Martin, Effretikon (14.03.)
 Mussoi-Despont Agnès, Corminboeuf (03.03.)
 Oswald Hildegard, Müstair (02.03.)
 Pantillon Robert, Môtier (Vully) (03.03.)
 Pedrini Flavio, Osco (28.03.)
 Pittier Michel, Renens (03.03.)
 Rubi Paul, Thun (27.03.)
 Rügger Paulette, Lignerolle (24.03.)
 Rüttimann Werner, Brig (05.03.)
 Rutishauser Valentina, Hinterkapelen (05.03.)
 Schafer Josef, Düringen (19.03.)
 Schertenleib Erhard, Kaltacker (17.03.)
 Schmid Christian, Bern (29.03.)
 Schmid Karl, Erlinsbach (25.03.)
 Schmidli Adelbert, Dachsen (20.03.)
 Schönmann Ernst, Niederbipp (20.03.)
 Schreyer Jean-Claude, Chez-le-Bart (10.03.)
 Schweizer Armin, Zürich (05.03.)

Senften Babette, Kirchberg BE (24.03.)
 Singer-Wyden Anna, Binningen (17.03.)
 Stadelmann-Kälin Heinz, Zollikon (05.03.)
 Stalder Paul, Bichelsee (13.03.)
 Stucki Hans-Rudolf, Worb (05.03.)
 Terretaz Bernard, Saxon (13.03.)
 Traxel Paul, Altdorf UR (17.03.)
 Uhlmann Heinz, Grimontz (20.03.)
 Walde Annalis, Koblenz (16.03.)
 Wallimann Otto, Alpnach Dorf (20.03.)
 Wattinger Ernst, Birsfelden (10.03.)
 Wissler Annette, Petit-Lancy (07.03.)
 Wölker Oskar, Lausanne (11.03.)
 Zambelli Lorenzo, Colla (27.03.)

Retraite

PostMail

Amstutz Elisabeth, Gunten
 Bolliger Rosmarie, Gossau SG
 Christen Bernadette, Wolfenschiessen
 Colopi Annunziata, Ostermundigen
 Ender Urs, Winterthur
 Eschenbach Rudolf, Gelterkinden
 Fahrni Hans, Steffisburg
 Grassi Jean-Jacques, Bulle
 Gut Oskar, Ebmatingen
 Jauch Anna, Kriens
 Kaufmann Elisabeth, Basel
 Kehl Eduard, Rheineck
 Koch Josef, Malters
 Lerjen Paul, Sion
 Marmet Walter, Belp
 Maurer Gaston, Zürich
 Pinard-Chevalier Anne-Marie, Renens
 Posse Michèle, Sion
 Reali Franco, Bellinzona
 Roos Oskar, Zürich
 Roth Alfred, Amriswil
 Röthlisberger Peter, Langenthal

Ruch Werner, Kirchberg BE
 Rügger Anton, Brunnadern
 Schatt Paul, Glarus
 Schwitter Niklaus, Kloten
 Simontacchi Franco, Mendrisio
 Stockalper Verena, Bettmeralp
 Sturm Gabriella, Wilderswil
 Suter Waltraud, Aarau
 Tanner Urs, Belp
 Thierry-Sonnay Jacqueline, Renens
 Turin Armand, Renens
 Veccia Rosmarie, Ostermundigen
 von Aesch Katharina, Davos Platz
 Vontobel Gottlieb, Niederhasli
 Widmer Priska, Wil SG
 Zehnder Paul, Arbon
 Zoller Maria, Heerbrugg
 Zürcher Hans, Wittenbach
 Zysset Willy, Basel

PostLogistics

Cisse Youssouf, Basel
 Cotting Willy, Biel/Bienne
 Darbellay Denis, Sion
 Diethelm Daniela, Bern
 Hunziker Christof, Urdorf
 Kaiser Peter, Urdorf
 Ruepp-Stutz Margrit Rosa, Mägenwil
 Steiner Beat, St. Gallen.

Réseau postal et vente

Aeberhard Cäcilie, Laufen
 Arnold Alice, Eich
 Bachmann Margarita, Rain
 Bachmann Martha, Wädenswil
 Bonvin Michel, Ardon
 Dolder Ruth, Thörishaus
 Eberle Erika, Zürich
 Holderegger Felicitas, Mörschwil
 Holderegger Josef, Mörschwil
 Iovieno Erika, Flims Dorf
 Känel Fritz, Vernier

Mani-Rohrbach Johanna, Rüeggisberg
 Monney Charles, Zürich
 Nadig Ruth, La Punt-Chamues-ch
 Neyroud Edgar, Montreux
 Neyroud Edith, Montreux
 Pignat Jacques, Moudon
 Python Claudette, Payerne
 Reck Katharina, Basel
 Rösch Verena, Riedholz
 Roth Silvia, Brittnau
 Roth Willi, Brittnau
 Schenk Margrit, Wichtrach
 Staehli Margreth, Worb
 Thalmann Paul, Brüttsellen
 Unternährer Jeannette, Ruswil
 Valsangiacomo Bruno, Chiasso
 Vöggtlin Theres, Birmenstorf AG
 Zanetti Men, Scuol
 Zumsteg Elisabeth, Kleindöttingen

PostFinance

Jaquier-Maillard Yvette, Bulle
 Knecht-Peter Irene, Zofingen

CarPostal

Dumas Bruno, Sion

InfraPost

Auberson Pierre, Genève
 Caldarone Giuseppa, Wettswil
 Jola Giovanni, Laufenburg
 Koch Eugen, Wohlen AG
 Mani-Rohrbach Johanna, Thun

Swiss Post Solutions

Kehrli Yvonne, Kriens

Nos regrettés

Personnel actif

Réseau postal et vente

Barben Philippe, La Chaux-de-Fonds, né en 1949
 Kaufmann Therese, Bern, geb. 1949

PostFinance

Fahrni Rudolf, Bern, geb. 1958

PostMail

Siguer Remo, St. Gallen, geb. 1970

PostLogistics

Vogel Stefan, geb. 1983, Rothenburg

Retraités

Annen Adrian, Zug (1933)
 Aufdermauer Marie-Louise, Ramiswil (1923)
 Barmettler Franz, Effretikon (1932)
 Barudoni Marco, Lodrino (1958)
 Bauer Jean-Pierre, La Chaux-de-Fonds (1923)
 Baumann Max, Pratteln (1923)
 Beyeler Alice, Bern (1928)
 Braun Willy, Malleray (1935)
 Bründler Alois, Ebikon (1935)
 Bühler Louis Anton, Landquart (1929)
 Dennler René, La Tour-de-Peilz (1924)
 Erni Margrit, Frick (1931)
 Favre Juliette, St-Prex (1912)
 Flury Max, Münchenbuchsee (1948)
 Gogel Ruth, Basel (1924)
 Gygax Rosemarie, Gümliigen (1935)
 Hänggeli Hans, Thun (1926)

Haenggi Ulysse, Bern (1923)
 Hinder Klara, Wil SG (1925)
 Holenstein Johann, Flawil (1932)
 Huber Christine, Glis (1966)
 Hunziker Ersilia, Kloten (1928)
 Invernizzi Giovanni, Arcegno (1945)
 Jaisli Louise, Koppigen (1926)
 Kiser Otto, Schönenwerd (1940)
 Kneubühler Josef, Basel (1929)
 Krebs Claude, La Chaux-de-Fonds (1946)
 Lengacher Otto, Gretzenbach (1922)
 Malfanti Siro, Sonvico (1943)
 Manenti Alma, Zürich (1935)
 Metzger Hedwig, Magden (1945)
 Meyer Othmar, Gelterkinden (1924)
 Perey Jean-Daniel, Orzens (1933)
 Perrin James, Zürich (1922)
 Reber Heinz, Bremgarten b. Bern (1949)

Renaud Suzanne, Echallens (1924)
 Rindlisbacher Hansruedi, Bern (1923)
 Rolli Kurt, Barga BE (1923)
 Romero-Medina Soledad, Zürich (1954)
 Roth Dino, Zürich (1930)
 Saurer Hermann, Heimenschwand (1927)
 Schaffner Ludwig, Anwil (1933)
 Schüpbach Kurt, Wohlen b. Bern (1925)
 Sommerhalder Peter, Burg AG (1934)
 Spohn Georges-André, La Chaux-de-Fonds (1943)
 Walther Roland, Beringen (1942)
 Weber Eugen, Reinach (1932)
 Zimmermann Rudolf, Oberflachs (1928)
 Zuber-Imboden Anita, Visp (1941)
 Zwyszig Josef, Aesch BL (1934)

Auto

Mini Cooper Cabrio, Jg. 08, 63 000 km, rot met., guter Zustand, Fr. 20 000.-, Preis verhandelbar. Tel. 079 433 23 27

Ski-Dachträger mit Schlüssel, Dachreling für Opel Zafira, Jg. 07, 1x gebraucht, Fr. 200.-. Tel. 052 315 19 10, ab 18 Uhr

Opel Tigra 1600, Jg. 97, 78 000 km, 8-fach bereift, ab MFK, Fr. 4100.-. Tel. 056 443 26 76

Heckskiträger auf Reserverad, komplett, für 5 Paar Skies, abschliessbar, passend für Freelander, Jeep usw. Fr. 100.-. Tel. 071 994 23 70

4 S'räder Michelin 185/55 R16, 5000 km, zu Renault Modus, Fr. 400.-. Tel. 031 931 68 37, lipe.hofer@bluewin.ch

Mercedes 240 E, Aut., 90 000 km, grau, ab MFK, Fr. 7900.-. Tel. 079 767 97 01

VW Passat 1.8 TSI Comfort Kombi, 89 000 km, Fr. 21 600.-. Tel. 071 446 59 63

Deux-roues

Rennvelo Trek, Mod. Madone 5.2, Jg. 08, Gr. 58, Shimano-Schaltung, 10 Gänge, 12 x 27, Fr. 1800.-. Tel. 079 488 06 16

Honda CBR 600, anno 87, 44 000 km, in buono stato. Tel. 076 214 94 70, vanbianchi@bluewin.ch

Yamaha YP 250 Majesty, Jg. 97, 35 000 km, rot, Zubehör, Fr. 1300.-, Preis verhandelbar. Tel. 079 581 73 76

3 vélos PTT, 1300 fr. Tél. 091 858 27 69

Musique et sport

Boxsack für Erwachsene, mit Boxhandschuh, neuwertig, Fr. 100.-. Tel. 055 640 49 23

Alphorn Adolf Oberli, 2-teilig, Fis-Stimmung, mit Tragtasche. Tel. 031 971 87 47

Musikkassetten: Heidi, Brösmeli, Emil; Handharmonika Hohner; Schallplatten 45 + 75 Touren; Schlieferli; Eisrutscherli. Tel. 076 480 76 58

Schwyzrörgeli H.R. Reist, Nussbaumholz mit Edelweiss, 3-chörig, 18 Bässe. Tel. 033 223 43 31

Euphonium Besson 700, silbrig, rev., Fr. 1000.-; Trompete Holton 101, Profiinstrument, rev., Fr. 1000.-. Tel. 081 252 74 79, 079 366 33 59

Knopfakkordeon Excelsior, rot, 4-chörig, 120 Bässe, 11 Melodieregister, 4 Bassregister, mit Koffer, Topzustand, Fr. 2000.-. Tel. 079 771 88 07

Maison et jardin

Stressless-Sessel Mayfair, Leder, schwarz, bequem, neuwertig, Fr. 500.-. feuz@belponline.ch

Brezeleisen, Rosenhüchleisen, B.B. Spätzler, Täschler, Raviolibrett, Multibackblech z. Abteilen u.v.m. v. B.B., Energiespartopf. Tel. 076 480 76 58

Besteckgarnitur Christofle, versilbert, 6-teilig, komplett, inkl. 3 Schöpflöffel, Fr. 300.-. Tel. 044 923 41 53

Zimmerbrunnen, Ø 60 cm, mit Kugel, Licht defekt. Tel. 056 664 38 26, reinhilde_konrad@hotmail.com

Einlegerahmen Tempur Flex Cloud, 3 Mte alt, elektr. verstellbar, mit Fernbedienung, Fr. 1000.-. feuz@belponline

Vêtements

Damenschuhe Lowa Gore-Tex®, Gr. 6.5 = Gr. 40, schwarz, halbhoch, neu, Fr. 55.-. Tel. 079 700 72 98

Brautkleid, italienisches Mod., Gr. 38, mit allem Zubehör; PTT-Regenhosen; Berufsmäntel; neue Uniform. Tel. 076 480 76 58

Motorradbekleidung für Herren, Körpergr. 170-175 cm, Hose, Jacke, Handschuhe, Stiefel Gr. 43, alles 5x getragen, Fr. 550.-. Tel. 081 630 12 63

Divers

Pflegerröllstuhl mit Bremsen, zum Spazieren + Wandern, neu, Preis nach Absprache. Tel. 062 723 67 61

Gestempelte Briefmarkensammlung aus der Schweiz, Katalogwert Fr. 8800.-, abzugeben für Fr. 5000.-. Tel. 052 315 28 40

1000er Puzzles, versch. Sujets, komplett, Fr. 10. /Stk + Porto. Tel. 078 745 21 22

Gehege für Meerschweinchen, für aussen mit Haus + Auslaufgitter, für innen mit 2 Gitterkäfige, zus. Fr. 90.-. Tel. 077 414 88 22, Raum Ostschweiz

Märklin Eisenbahn Element: Metallgeleise, Loks, Wagen, Häuser, Travos, div. Kleinmaterial, Fr. 2000.-, auch einzeln erhältlich. Tel. 031 926 10 57

Verkorker für Weinflaschen, Fr. 40.-. Tel. 033 223 43 31

Bücher von René Gardi: "Unter Walfängern + Eismeerfischern", Fr. 10. + "Tschad", Erlebnisse um den Tschadsee, Fr. 7.-. Tel. 031 791 24 70, abends

2 boîtes à lettres PTT, 350 fr.; 1 porte-monnaie messagerie, 350 fr. Tél. 091 858 27 69

Kreissäge-Hobelmaschine, 230 V, 2 kW, Schnitt 80 mm, Durchlass 160 mm, H'breite 260 mm, Fr. 1000.-. Tel. 044 860 86 05

Qui cherche trouve

Restenwolle für Mützen, vor allem Sockenwolle, für Afrika, gratis. Edith Lüchinger, Solitüdenstrasse 4, 9012 St. Gallen

Luftpostpapier, auch Blöcke, weiss oder beige. Tel. 044 860 82 65, mariarte43@yahoo.de

PTT-Sachen: Hüte, Schilder, Briefkästen, Velos usw., gegen Bezahlung. Tel. 031 802 05 13, 079 949 47 78, baedu3@bluewin.ch

Velosolex, Zustand egal. Tel. 031 872 09 00

Briefmarken, alte Postkarten, Briefe, Münzen + Uhren. Tel. 044 312 02 14, 079 436 28 58

Kaffeepunkte Chicco d'Oro, wer hat solche zu verschenken? Tel. 079 445 43 01

Wohnwagen für 4 Pers. zum Ziehen oder Wohnwagen vom Campingpl. Scuol GR, gut erhalten. Tel. 079 227 15 57

A donner

Briefmarken, Jahreskataloge. Tel. 031 951 03 70

**Mon annonce**

(1 produit maximum, longueur max. 150 caractères)

Droit de couper ou de décliner l'annonce réservé. Prise en compte dans l'ordre d'arrivée.

Rubrique:

Texte de l'annonce:

Nom:

Prénom:

Tél./E-mail:

Envoyer le talon à AK 15, case postale, 2500 Bienne 4

ou par e-mail à info@ak15.ch, téléphone 032 344 80 60

Exposition du mois



«3D – Imprimer des objets en trois dimensions»

Une chaise, une chaussure ou un bijou sorti d'une imprimante? Ce qui semblait impossible il y a quelques années encore est devenu réalité: de nouvelles imprimantes sont maintenant capables de reproduire différents objets en appliquant couche par couche les matériaux nécessaires. On peut de cette manière imprimer des meubles et des vêtements en plastique ou des prothèses dentaires et des pièces d'avion en métal. Cette technique permet une certaine liberté au niveau de la forme et rend souvent possibles des économies de poids autrement irréalisables. Outre des imprimantes 3D à l'œuvre, l'exposition présente le travail de designers, d'architectes, d'ingénieurs, de médecins et de biologistes.

L'exposition est à découvrir jusqu'au 5 mai 2013.

Museum für Gestaltung Zurich

Ausstellungsstrasse 60
CH-8005 Zurich
www.museum-gestaltung.ch

Sport et culture

02.03.2013
PostFinance Trophy, finale
Schaffhouse
<http://regioleague.swiss-icehockey.ch>

07.03 - 10.03.2013
DAS ZELT - Chapiteau PostFinance, représentations:
Sinplus, Rock Circus I, Swiss Talent Award
Lugano
www.daszelt.ch

15.03 - 24.03.2013
EspoTicino
Bellinzone
www.espoticino.ch
Billets à prix réduits > Place du marché

16.03 - 24.03.2013
DAS ZELT - Chapiteau PostFinance, représentations:
Rock Circus II, Rock Circus 4 Kids, Comedy Club 13,
Simon Enzler, DivertiMento, Marco Rima,
s'Dschungelbuech, Gershwin Piano Quartet
Lachen
www.daszelt.ch

22.03.2013
«Beau pour la nuit»: le Musée de la communication participe à la 10^e édition de la nuit des musées de Berne et présente quelques temps forts comme le duo «schön&gut», Huck Finn, le groupe «Marius & die Jagdkapelle» ainsi que «Beau, encore plus beau, le plus beau».
Berne
www.mfk.ch



Courses gratuites pour le personnel

Marathon de Zurich du 7 avril 2013

Délai d'inscription: 24 février 2013
 Running 42,195 km Temps est.:
 Running 10 km City run Temps est.:
 Taille du t-shirt:
 XS S M L XL

Giro Media Blenio du 1^{er} avril 2013

Délai d'inscription: 24 février 2013
 Running 10 km Temps est.:
 Nordic-walking (incl. walking) 17 km
 Nordic-walking (incl. walking) 12 km
 Nordic-walking (incl. walking) 6 km

Luzerner Stadtlauf du 27 avril 2013

Délai d'inscription: 10 mars 2013
 Running dames 3,870 km Temps est.:
 Running hommes 5,640 km Temps est.:
 Nordic-walking (incl. walking) 2,1 km

Grand Prix de Berne du 18 mai 2013

Délai d'inscription: 30 mars 2013
 Running 10 miles Temps est.:
 Running 4,7 km Temps est.:
 Nordic-walking (incl. walking) 4,7 km

Marathon de Winterthur du 26 mai 2013

Délai d'inscription: 10 avril 2013
 Marathon running Temps est.:
 Demi-marathon running Temps est.:
 Running 10 km Temps est.:
 Nordic-walking 10 km
 Parcours découverte 5,2 km

Attention: pour des raisons administratives, nous ne pouvons pas rembourser les frais d'inscription déjà versés. Qui s'inscrit s'engage à participer à la course. Toute inscription donne lieu au versement de frais de participation qui ne sont pas remboursés en cas de forfait. Les documents nécessaires vous seront remis par les organisateurs.

Nom: _____

Prénom: _____

N° pers.: _____

E-mail: _____ Année: _____

Rue, n°: _____

NPA, localité: _____

Date / Signature: _____

Envoyer le talon à:

La Poste Suisse,
Course à pied K22, Viktoriastrasse 21, 3030 Berne

Précision:

Inscription aussi via Intranet > Place du marché > Billets et manifestations.

Ambassadrice de la Poste

Ljiljana Milosevic, gestionnaire du commerce de détail

«Je suis actuellement responsable de la formation des apprentis à l'office de poste d'Yverdon-les-Bains. C'est une tâche très importante à mes yeux, car suivre les apprentis jusqu'à leur réussite représente pour moi un épanouissement total. Je m'occupe également de traiter des réclamations financières, des affaires administratives et de servir les clients au guichet. J'apprécie la diversité de mon travail. Ma priorité, et mon plus grand défi, est de répondre aux besoins des clients qui viennent à la Poste.»

