# la Posta

### 2 | 2013

Per le nostre collaboratrici e i nostri collaboratori

www.posta.ch/giornaledelpersonale







# A tutto volume!

Carnevale con Teresa Cippà e la sua guggen.

### Fedeli alla Posta

Da più di 40 anni in azienda, la motivazione ancora a mille.

#### Transporto di giornali

Una prodezza logistica minuto per minuto.

2 Editoriale La Posta 2/2013



Cara lettrice, caro lettore,

«Dopo quarant'anni di lavoro si punta di più alla qualità e si accetta che i colleghi con qualche anno in meno siano più veloci», afferma Hans Luder, collaboratore di lunga data presso la Posta. I dipendenti più anziani sono un vero e proprio tesoro per l'azienda: danno prova di elevata competenza sociale, esperienza professionale e di alta fedeltà nei confronti del datore di lavoro. Dati alla mano, con un'età media di 45 anni e un tasso di fluttuazione del 3,7%, la Posta è un datore di lavoro che vanta molti collaboratori fedeli.

La Posta sostiene i propri collaboratori anche durante gli ultimi anni di attività professionale – dai 50 ai 65 anni – grazie a una maggiore prevenzione sul piano della salute e con la creazione di nuove prospettive professionali. Chi nutre altri interessi oltre alla propria professione è più equilibrato e motivato sul lavoro. Il collaboratore di PostLogistics Dieter Lüthi (63) lo dimostra: nel suo tempo libero organizza trekking, di preferenza in Alaska. Quella che oggi è un'attività complementare al lavoro, domani sarà una componente fondamentale di una vita da pensionato appagante (cfr. p. 10).

Conciliare lavoro e vita privata è una sfida che riguarda tutti i collaboratori. Nell'intervista a p. 14, Désirée Aebersold spiega che i lavoratori a turni in special modo corrono il rischio che amicizie e hobby cadano in secondo piano.

Sance a Jouse Ki

Sandra Gonseth, redattrice

Sommario







### Attualità

#### 5

#### Cartella sanitaria elettronica

In Svizzera, la Posta è pioniera nello sviluppo dell'eHealth. Diversi Cantoni si interessano alla sua cartella sanitaria elettronica «vivates».

#### 6 La mobilità di domani

Quali fattori influenzano la domanda di collegamenti autobus? La risposta nello studio commissionato da AutoPostale.

#### 7

#### La Posta vista con gli occhi di Susanne Ruoff

La direttrice del gruppo racconta le sue impressioni e gli incontri durante le sue giornate alla Posta.

#### **Focus**

### 10

#### Fedeli alla Posta

Più di 1/3 dei collaboratori lavora alla Posta da almeno 20 anni. Perché? Alcuni collaboratori di lunga data ci svelano il segreto della loro fedeltà.

## Dialogo

#### 14

#### **Conciliare famiglia e lavoro**

È difficile trovare un equilibrio tra sfera privata e professionale. I prezioni consigli di Désirée Aebersold.

#### Gente

#### 18

#### A tutto volume!

Al carnevale di Bellinzona con Teresa Cippà, la responsabile dell'ufficio postale di Arbedo, che tra coriandoli e bigné si è scoperta musicista.

#### 22

#### **Caffé, cornetto e giornale**

Grazie alla prodezza logistica dei collaboratori, ogni mattina sfogliamo il giornale puntuali a colazione. Una notte a ritmo incalzante.

### Servizi

#### 27

#### Stampa 3D

Stampanti digitali di ultima generazione che riproducono anche sedie e scarpe. Scoprite come nella mostra al Museo del Design di Zurigo. 4 Attualità La Posta 2/2013



#### Sorridi, sei su un francobollo!

Dei quasi otto milioni di abitanti della Svizzera, circa 5000 avrebbero voluto essere raffigurati sul francobollo speciale «Volti Svizzera» emesso dalla Posta, ma solo 111 ce l'hanno fatta. Nel corso di un gioco su Facebook i finalisti si sono sfidati, a colpi di clic, per avere un posto sul dentello. Il francobollo speciale è in vendita dal 7 marzo in tutti gli uffici postali. (www.posta.ch/volti)

# Conducenti di autopostali e portalettere

La Posta ha trovato una soluzione adeguata per il mantenimento dell'attuale offerta a Isenfluh, nell'Oberland bernese: per la prima volta in Svizzera, il conducente di autopostale sarà anche incaricato del recapito della posta. Con la collaborazione tra Traffico passeggeri di AutoPostale e Recapito di PostMail, si potrà rendere ancora più efficiente il servizio pubblico a Isenfluh.

#### **Acquisizione di Scalaris**

A inizio febbraio, la Posta ha siglato un accordo per l'acquisizione di Scalaris SA, azienda software attiva in Germania e in Svizzera. Scalaris è un fornitore leader di piattaforme di scansione e soluzioni software efficienti per l'elaborazione dei documenti. Attraverso tale acquisizione Swiss Post Solutions potrà ampliare considerevolmente le proprie competenze professionali e il portafoglio di offerte per la gestione digitale dei documenti.

#### Entra in funzione l'impianto fotovoltaico di Mülligen



Alla Posta i tetti inutilizzati sono minacciati dall'estinzione. Sul tetto del centro di spartizione delle lettere di Zurigo-Mülligen è entrato in funzione il primo impianto fotovoltaico della Posta, con i suoi 8000 m2 di superficie. L'impianto produce 1300 MWh di energia

all'anno, corrispondenti al consumo elettrico annuo di 370 famiglie. Anche a Yverdon è in funzione un impianto, mentre altri 20 sono in progettazione. La Posta offre così un importante contributo alla Strategia energetica 2050 della Confederazione.

# Il successo della cartella sanitaria elettronica

Il Cantone di Ginevra e il Ticino puntano su «vivates», la soluzione sviluppata da Swiss Post Solutions.

Testo: Lucie Hribal / Emmanuelle Brossin



«vivates» è già impiegata in quattro comuni del Cantone di Ginevra (progetto «e-toile»).

Prezzi dei medicinali, aumento dei premi delle assicurazioni malattie. La salute è un tema sulla bocca di tutti. L'introduzione di una cartella sanitaria elettronica è un fattore determinante per garantire anche in futuro la qualità delle cure. Per questo, la soluzione presentata dalla Posta riscuote sempre più successo tra i Cantoni.

«vivates» è la cartella sanitaria elettronica della Posta che crea un collegamento con gli operatori sanitari responsabili (medici, ospedali, farmacie, laboratori ecc.), consentendo un'efficiente gestione delle comunicazioni e delle informazioni. I pazienti mettono così a disposizione in rete le informazioni importanti a specialisti di loro scelta, ovunque e in qualsiasi momento, avendo la garanzia della protezione dei dati. I medici e i farmacisti possono accedere rapidamente alle informazioni elettroniche sui loro pazienti. Questo consente una diagnosi più precisa e un trattamento migliore e semplifica i processi amministrativi, contribuendo a limitare i costi della salute.

«vivates» è stata sviluppata da Swiss Post Solutions ed è già impiegata in quattro comuni del Cantone di Ginevra (progetto «e-toile»). Grazie all'incoraggiante sviluppo, nel corso del 2013 e-toile sarà esteso all'intero territorio del Cantone. Anche il Ticino punta su «vivates» e nella primavera del 2013 avvierà un progetto sperimentale nel campo dell'oncologia; altri Cantoni, intanto, guardano a «vivates» con grande interesse. La Posta propone anche strumenti per un accesso sicuro alla cartella sanitaria elettronica e ha sviluppato una tessera sanitaria per l'assicurazione malattie Helsana.

Come previsto dalla «Strategia eHealth Svizzera» della Confederazione, entro il 2015 tutti coloro che vivono in Svizzera avranno una cartella sanitaria elettronica personale. In quest'ambito la Posta gode di una posizione invidiabile: il trattamento confidenziale delle informazioni, l'identificazione del mittente e del destinatario e la trasmissione affidabile e sicura dei dati rientrano tra le sue attività principali e sono competenze decisive per il settore dell'eHealth.

#### Nominati i finalisti di PostVenture

Sono noti i nomi dei quattro finalisti del concorso di business-plan PostVenture: Frédéric Devrient (PM, idea commerciale «Offerta multicanale: una combinazione di PromoPost e affissioni pubblicitarie» ); Nicolas Renoux (SPS, idea commerciale «Ingresso sul mercato di Image+»); Walter Schlatt (PV, idea commerciale «iBiblioteca») e Stefan Widmer/Raphael Furrer (entrambi PF, idea commerciale «Swiss Travel Box»). Il 20 febbraio le idee verranno presentate al Comitato della Direzione del gruppo Innovazione, nuovi affari e sostenibilità (KLA INN), che proclamerà il vincitore.

# Premiazione del capocannoniere LN B

Per la prima volta uno svizzero sale sul gradino più alto del podio: Marco Truttmann, attaccante dell'EHC Olten, ha segnato il maggior numero di punti nella lega nazionale B e la scorsa settimana, a Muntelier, ha ricevuto dal suo sponsor principale PostFinance un assegno di oltre 8400 franchi (nella foto assieme al terzo classificato Lee Jinman). Alla premiazione, 11 cannonieri della seconda lega svizzera hanno ricevuto assegni



per un valore complessivo di 61 200 franchi. I club possono investire il premio nei loro settori giovanili. Dal 2001, PostFinance si impegna a favore dell'hockey su ghiaccio svizzero e delle sue giovani promesse. 6 Attualità La Posta 2/2013

# Più corse attraggono più passeggeri

Per migliorare la propria offerta, AutoPostale vuole comprendere meglio il comportamento dei clienti. Uno studio sulla mobilità giunge a conclusioni interessanti.

Testo: Simon Oswald / Foto: Dominique Meienberg



È in aumento in particolare il numero di passeggeri delle linee che conducono a una stazione.

Come sarà la mobilità del futuro? Nel 2009, AutoPostale ha incaricato il Transportation Center del Politecnico federale di Losanna (EPFL) di trovare una risposta scientifica a questa domanda, per garantire anche in futuro un'offerta adeguata di servizi e soddisfare ulteriormente le esigenze della clientela.

I risultati definitivi del progetto sono ora disponibili. I ricercatori hanno raccolto le cifre per il periodo 2007-2010 relative ai passeggeri di 147 linee di autopostali a Basilea, San Gallo, Uznach, Frauenfeld, Briga, Sion e nel Cantone Argovia. I dati sono stati rilevati automaticamente grazie a un sensore installato su un certo numero di autobus. Poi sono stati confrontati con le modifiche agli orari e alle tratte introdotte nel periodo in esame, al fine di scoprire come varia il numero di passeggeri in seguito a un aumento, ad esempio, della frequenza di corse giornaliere.

#### Fattori che influenzano la domanda

I risultati sono evidenti. Aumentando le corse giornaliere, cresce anche il numero di passeggeri. Un potenziamento dell'orario del 7,5% ha prodotto un aumento di passeggeri pari quasi al 15%. «Una maggiore offerta provoca una crescita del numero di clienti. Questo vale soprattutto per le linee che collegano gli agglomerati ai centri urbani o alle stazioni», spiega Gregor Ochsenbein, responsabile di progetto presso AutoPostale. Il forte aumento del numero di passeggeri delle linee che conducono a

una stazione conferma il ruolo centrale di AutoPostale come fornitore di mobilità. L'azienda accompagna le persone a prendere il treno e le riporta a casa dalle stazioni.

I risultati forniscono importanti informazioni anche su altri fattori che regolano la domanda di collegamenti autobus. La densità di popolazione nei pressi di una fermata e lo sviluppo strutturale di determinate regioni hanno un ruolo altrettanto centrale. Per esempio, a Sion è cresciuto il numero di passeggeri negli autopostali, nonostante l'offerta sia rimasta stabile. Il motivo è da ricercare nell'apertura del traforo del Lötschberg. La regione è ora meglio collegata alle linee di trasporto pubblico a lunga percorrenza e i collegamenti mediante gli autopostali hanno guadagnato in attrattiva. Un ulteriore esempio è l'apertura o la chiusura delle scuole o dei centri commerciali lungo le linee, eventi che si riflettono direttamente sul numero di passeggeri.

#### Basi di pianificazione scientifiche

Le conclusioni dello studio rappresentano le basi per il perfezionamento dell'offerta regionale. «Per la prima volta disponiamo di basi di pianificazione scientifiche, riguardo a come aumentare il numero di passeggeri con un cambiamento del percorso o della frequenza delle linee», afferma Gregor Ochsenbein. Questo permette una pianificazione dell'offerta più orientata ai clienti. A committenti come i Cantoni e la Confederazione è possibile ora suggerire come investire il denaro pubblico in maniera ancora più efficace.



Secondo alcuni dati, nel 2012 Quickmail, società privata concorrente della Posta, ha recapitato 28,8 milioni d'invii indirizzati, a fronte dei 14,1 milioni dell'anno precedente. La crescita del 103% è riconducibile in egual misura ai maggiori volumi d'invii da parte dei clienti abituali, all'acquisizione di nuovi clienti e all'ampliamento della zona di recapito. Come termine di paragone, nel 2011 la Posta ha recapitato, solo in Svizzera, 2334 milioni d'invii indirizzati.

La colonna di Susanne Ruoff La direttrice generale ci racconta le sue impressioni sulla Posta e sugli eventi che l'hanno colpita.

# Il postino elettronico

«Il postino tradizionale e quello elettronico convivono in perfetta armonia, ne sono convinta. D'altronde ho potuto constatarlo con i miei occhi in occasione delle visite effettuate il mese scorso.

Prendiamo ad esempio i postini elettronici incontrati a Glattbrugg, alla sede di ePost Product House (ePPH): formano una squadra motivata, una sorta di start up in cui regna lo spirito d'innovazione. È lì che vengono sviluppate le nostre prestazioni elettroniche quali IncaMail, la piattaforma sicura per lo scambio di email, la cassetta delle lettere elettronica Swiss Post Box o l'identità digitale Suisse ID. Il loro compito non è facile, poiché per sviluppare soluzioni praticabili e redditizie occorre tempo e molta capacità di persua-

sione. La Posta dispone effettivamente di prodotti di qualità, che dovrebbero essere conosciuti e utilizzati da un numero maggiore di persone. Dobbiamo venderli ancora meglio!

A qualche decina di chilometri da Glattbrugg, ho incontrato anche dei postini tradizionali. Al centro lettere di Zurigo-Mülligen, al centro logistico di lavorazione delle lettere di Gossau e al centro pacchi di Frauenfeld – ho un bellissimo ricordo del tragitto in locomotiva con la macchinista Petra Keller – lo smistamento di lettere e pacchi avviene con una perfetta organizzazione e a un ritmo sostenuto, in un clima di positività e con un immenso savoir-faire. Non dimentichiamo che le attività tradizionali restano il motore

della Posta. Il loro sviluppo è il carburante che ci permetterà di proseguire sulla strada del successo.

La Posta si trova al crocevia tra due mondi, quello fisico e quello elettronico. Le esigenze dei nostri clienti si evolvono e si diversificano. Dobbiamo pertanto prestare attenzione e concentrarci su entrambi gli aspetti in egual misura. Nei prossimi anni punteremo intenzionalmente sia sulla tradizione che sull'innovazione e garantiremo insieme — postini tradizionali e postini elettronici — il successo della Posta».

Jesam Ruff

direttricegenerale@posta.ch







Da sinistra a destra: alla sede di ePost Product House con Urs Fischer e Beat Christen; smistamento delle lettere al centro logistico di lavorazione delle lettere di Gossau; breve viaggio in compagnia di Petra Keller, macchinista della locomotiva al centro pacchi di Frauenfeld.

# Cassa pensioni Posta: quale piano di risparmio scegliere?

Testo: Emmanuelle Brossin

A fine gennaio 2013, la Cassa pensioni Posta ha informato i propri assicurati della diminuzione del tasso d'interesse tecnico e delle aliquote di conversione (cfr. la nostra edizione di gennaio). Gli assicurati hanno inoltre ricevuto un modulo dalla Cassa pensioni Posta che dà loro la possibilità di cambiare piano di risparmio a partire dal 1° agosto 2013. Vale la pena di cambiare piano? Cosa comporta un tale cambiamento? Françoise Bruderer, direttrice della Cassa pensioni Posta ci aiuta a capire la situazione.

#### Quali sono i piani disponibili?

Ci sono tre piani di risparmio: Minus, Standard e Plus, a seconda dell'importo dei contributi. Il piano è indicato in alto a destra del vostro certificato di previdenza. I contributi relativi a ogni piano sono pubblicati sul sito www.pkpost. ch.

#### Cosa comporta un cambio di piano?

Scegliendo il piano Plus, i contributi mensili saranno più elevati ma in compenso il vostro conto di risparmio sarà più consistente e la vostra rendita più alta. Il piano Minus implica il contrario. Facciamo un esempio: Massimo ha 40 anni. Ha uno stipendio di 75 000 franchi ed è assicurato con il piano Standard. Il suo salario assicurato, in base al quale sono calcolati i contributi, è pari a 50 430 franchi (salario dopo deduzione dell'importo di coordinamento di 24 570 franchi). Passando dal piano Standard a quello Plus, i suoi contributi annuali aumenteranno di 882,50 franchi (contributi annuali con

il piano Standard: 4160,50 franchi) e la sua rendita di vecchiaia annuale si accrescerà di circa 3000 franchi rispetto a quella standard. Il contrario avverrà con il piano Minus.

# In quale caso bisogna compilare il modulo? Solo se volete cambiare piano.

#### La scelta è definitiva?

No, potete comunque cambiare piano ogni anno. Vi basterà compilare il modulo della Cassa pensioni Posta e rispedirlo prima della fine dell'anno.

Per ulteriori informazioni, la Cassa pensioni Posta è a vostra completa disposizione!

B Attualità La Posta 2/2013

# Cartoline postali personalizzate

Con PostCard Creator è possibile creare e spedire cartoline in pochi clic. La nuova applicazione della Posta ha sostituito le due soluzioni online DirectFactory e SwissPostCard.

Testo: Manuel Fuchs

Volete inviare una cartolina personalizzata dalla località di vacanza delle vostre ferie invernali o spedire un invito per il prossimo compleanno? Con PostCard Creator, potete farlo comodamente in pochi e semplici passaggi.

Come? Innanzitutto collegatevi al sito www.posta.ch/postcardcreator e selezionate un formato per la vostra cartolina. Quindi inserite il testo, aggiungete una vostra foto oppure utilizzate uno dei motivi contenuti nella banca dati. Infine, caricate gli indirizzi dei

destinatari, scegliete l'affrancatura e concludete l'ordine. La Posta Svizzera stamperà e invierà le cartoline alla data desiderata.

Non essendo previsto nessun quantitativo minimo per l'ordinazione, potete far stampare e spedire anche una sola cartolina postale. Fino al 31 marzo tutti i collaboratori della Posta possono approfitativa di marzo tutti i collaboratori della Posta possono approfitativa di marzo di marzo della Posta possono approfitativa di marzo di marzo

tare di uno **sconto del 5**% sui costi di produzione. Basta inserire il codice del buono post310313 e il gioco è fatto!



# Le nuove CG di PostFinance

.....

Nell'estate del 2013, PostFinance diventerà una società anonima, per questo l'azienda modificherà le condizioni generali vigenti. L'importante trasformazione non comporterà nessun cambiamento significativo per i clienti.

Testo: Renate Schoch

Intervista con Patrick Muff, responsabile Servizio legale PostFinance.

### Signor Muff, perché PostFinance ha adeguato le CG?

La trasformazione in società anonima impone a PostFinance il rispetto di nuovi requisiti legali e normativi, quali la Legge sulle banche e le disposizioni della FINMA. Anche se per i nostri 2,9 milioni di clienti i cambiamenti saranno praticamente impercettibili, è nostra intenzione informarli sulle nuove CG.

#### Che cosa cambia concretamente?

Con il segreto postale in vigore fino a questo momento, i clienti potevano trasferire denaro sul conto postale di una persona allo sportello anche senza disporre di tutti i dati richiesti per l'operazione. Le informazioni mancanti, infatti, venivano inserite dai collaboratori di Rete postale e vendita. I clienti possono verificare anche tramite e-finance se un numero di conto corrisponde al beneficiario corretto. Con il segreto bancario cui PostFinance sarà

sottoposta d'ora in poi, ciò non sarebbe più possibile. Per continuare a offrire questo servizio, la nostra azienda concorda in modo esplicito con i clienti le necessarie restrizioni nelle CG. Essendo obbligati dalla legge a fornire un servizio di base nel settore del traffico dei pagamenti, ma dovendo sottostare ora alle disposizioni della regolamentazione bancaria, in futuro dovremo poter risolvere le relazioni commerciali problematiche, esattamente come ogni altra banca. Inoltre abbiamo semplificato le CG e reso la loro presentazione più schematica

#### Che cosa devono fare i clienti?

Una comunicazione scritta informerà i clienti dei cambiamenti. Se i clienti accettano quanto indicato, non dovranno fare nulla; in caso contrario dovranno risolvere la loro relazione commerciale con PostFinance.

www.postfinance.ch/adeguamenti-cg

# Il futuro passa per l'e-business

Liechtensteinische Post SA intende potenziare la propria posizione nel settore delle soluzioni di comunicazione elettronica.

Testo: Simone Hubacher

Liechtensteinische Post cavalca la tigre: visto il calo delle operazioni tradizionali, l'azienda punta sull'e-business. In generale, settori di attività come l'approvvigionamento elettronico, l'elaborazione elettronica delle fatture e il trasferimento dati diventano sempre più importanti. Grazie all'acquisizione della ditta tedesca newtron SA, effettuata a fine gennaio 2013, l'azienda è ormai in grado di offrire ai clienti l'elaborazione dei documenti in forma cartacea ed elettronica. Fondata nel 1998, newtron SA produce moduli software per i portali di acquisto e logistica

online, in forma di soluzioni di clouding via internet o tramite la classica installazione software.

Già nel 2011 Liechtensteinische Post aveva acquisito l'austriaca DIG SA con sede a Linz/A, azienda leader nel settore degli acquisti strategici e operativi. DIG SA e newtron SA assistono complessivamente 900 clienti in Europa. Liechtensteinische Post SA dispone ormai delle competenze necessarie per realizzare una piattaforma di recapito online per il Liechtenstein.



#### Cina

#### **SPS a Hong Kong**

Swiss Post Solutions (SPS) ha deciso di aprire una filiale a Hong Kong per sfruttare ancora meglio le opportunità di crescita nell'area Asia-Pacifico. Il nuovo ufficio fa parte di SPS Asia ed è posto sotto la direzione di Dimitri Getsios. Grazie alla nuova filiale, SPS sostiene ancora meglio i propri clienti a livello internazionale.

#### **Australia**

#### SPS cresce anche in Australia e Nuova Zelanda

Swiss Post Solutions (SPS) Singapore ha firmato un contratto quinquennale con Drake Business Logistics (DBL) Australia. SPS, specializzata in soluzioni di outsourcing per i processi commerciali strategici, ha partner in grado di rappresentarla in Portogallo, negli Emirati Arabi Uniti (UAE), in Nuova Zelanda e in Australia, oltre a filiali proprie in 14 Paesi.

#### Spagna

#### Correos guarda a oriente

Fedele alla nuova strategia, la posta spagnola Correos intende ormai estendere le proprie attività anche alla Cina, Paese che costituirà il fulcro delle sue attività internazionali nei prossimi cinque anni. Varie fonti concordano sul fatto che Correos intende cooperare sia con la posta cinese sia con grandi aziende spagnole desiderose di espandersi in Cina.

#### Belgio

#### Studi sul settore postale

All'inizio dell'anno, la Commissione europea ha pubblicato nuovi studi sul settore postale in Europa. Front Economics ha svolto su mandato della Commissione alcune ricerche per individuare i vari principi di calcolo dei costi, generati dall'erogazione del servizio universale. Gli studi integrali possono essere scaricati dal sito web della Commissione europea.

**Focus** La Posta 2/2013



Focus 11

# Alla Posta, i dipendenti sono fedeli: più di un terzo lavora per l'azienda da più di vent'anni; 2149 da oltre 40 anni. Per quali ragioni? L'abbiamo chiesto a cinque collaboratori di lungo corso.

Testo e intervista: Sandra Gonseth / Foto: Monika Flückiger, Isabelle Favre, Michela Locatelli, Dominic Büttner

Alla Posta il job hopping, ovvero il cambio frequente del datore di lavoro, non è di moda. Nel 2012, ha interessato solo il 3,7% dei collaboratori. Rispetto alla media svizzera del 10%, si tratta di una percentuale molto bassa. In media, un dipendente della Posta è fedele all'azienda per 16 anni e più di un terzo dei collaboratori supera i vent'anni. Quali sono le ragioni? Secondo la Segreteria di Stato dell'economia (SECO), il salario e le buone prestazioni sociali sono un incentivo per la fedeltà del dipendente. Ma evidentemente non sono le uniche motivazioni, come mostrano le dichiarazioni dei collaboratori di lungo corso della Posta, secondo i quali il buon clima di lavoro, l'interessante attività e le possibilità di perfezionamento sono altrettanto importanti (cfr. pp. 10 e 12).

#### Prospettive per gli ultimi anni di lavoro

Ma perché i collaboratori rimangono fedeli all'azienda anche durante gli ultimi anni di attività professionale? Lorenz Kopp, responsabile Assistenza del personale alla Posta, rileva: «Dal sondaggio annuale del personale emerge che molti collaboratori sono motivati e lavorano volentieri per la Posta». A tutti gli altri, l'esperto consiglia un bilancio della situazione presso il centro Mercato del lavoro (AMZ), dove è possibile pensare a nuove prospettive per il settore professionale o privato. «Infatti un 50enne ha davanti a sé ancora 15 anni di lavoro. Molte porte sono ancora aperte». Sono proprio i collaboratori anziani che, di regola, danno prova di elevate competenze sociali, molti contatti amichevoli con i clienti e una buona dose di lealtà nei confronti dell'azienda. «Non deve essere per forza una seconda carriera, in quanto il personale anziano ha per lo più un atteggiamento diverso nei confronti della propria vita professionale». Per questo, nel lavoro è alla ricerca di senso e soddisfazione, senza avere necessariamente forti ambizioni di carriera. «Nelle attività manuali può anche esserci in primo piano la ricerca di un lavoro fisicamente meno faticoso», afferma Kopp.

#### Dal training muscolare al pilates

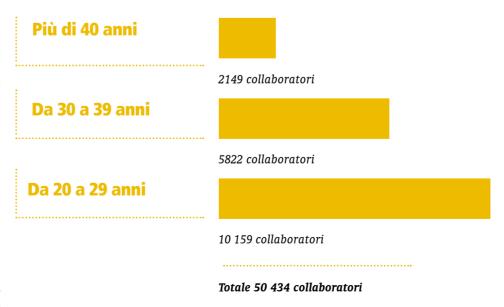
Spesso la salute non va d'accordo con i propri piani. Secondo uno studio della SECO, per una persona su quattro tra quelle che lasciano il

mondo del lavoro prima del raggiungimento dell'età pensionabile ufficiale, la ragione è la salute. Il numero di collaboratori di lungo corso aumenta, ma nei settori in cui è richiesto soprattutto un lavoro fisico, il rendimento può ridursi. Perciò, oltre che un approccio gratificante verso i collaboratori, è importante che il luogo di lavoro sia strutturato secondo disposizioni organizzative ed ergonomiche, afferma Ginie Meier, fisioterapista aziendale nel centro lettere Zurigo-Mulligen. «Così gli svantaggi per la produttività dei lavoratori anziani, spesso causati dai problemi di salute, possono essere compensati» (cfr. intervista a p. 13). Come a Mülligen, anche Postlogistics offre, oltre alla fisioterapia aziendale, il training muscolare professionale nei suoi centri pacchi. «Non si tratta di curare i problemi in età avanzata, quanto di prevenirli già da giovani», afferma Christine Schmidhalter, responsabile promozione della salute in azienda presso PostLogistics.

#### Età media elevata

L'invecchiamento demografico è inarrestabile anche presso la Posta. L'età media di un dipendente della Posta è di 45 anni e si prevede che questo numero aumenti nei prossimi anni. Anche tra i conducenti di AutoPostale si registra un'età media elevata. Questa ragione ha spinto l'azienda a lanciare una campagna di reclutamento di giovani. «Per raggiungere una buona composizione del nostro personale, anche per quel che concerne l'età, cerchiamo in particolare persone tra i 21 e i 40 anni», spiega Marianne Pulver, responsabile gestione del personale. Per questo, AutoPostale punta anche sui collaboratori che provengono da altri settori. È sempre più difficile trovare giovani qualificati, una tendenza comune a molti settori. E una ragione in più perchè i collaboratori della Posta rimangano sani e motivati anche durante l'ultima fase della loro attività professionale, così da ottenere determinate prestazioni (cfr. riquadro

#### Durata del servizio dei collaboratori della Posta da più di 20 anni

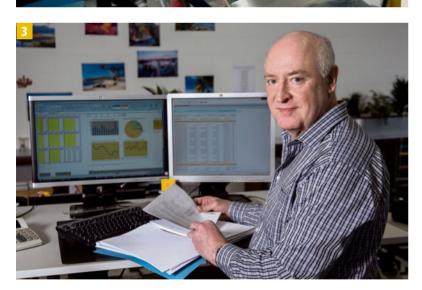


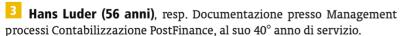
**12 Focus** La Posta 2/2013

**Stefan Andenmatten (61 anni),** team leader a Grächen, da 44 anni collaboratore recapito nella valle di Zermatt (tra Stalden e Zermatt).

«Il mio lavoro è ideale, perché mi piace muovermi e stare all'aria aperta. Molte cose sono cambiate: oggi recapitiamo gli ultimi invii espresso alle 9 del mattino del 24 dicembre, mentre in passato non si finiva prima delle 21. Inoltre da dieci anni partecipo anche a riunioni di lavoro, cosa che per 30 anni non avevo mai fatto. Cinque anni fa ho seguito la formazione per diventare team leader: è stata una sfida enorme e, nonostante la non più giovane età, l'ho accettata volentieri. Anche se ci sono stati tanti cambiamenti, ho sempre avuto il sostegno del mio superiore. Non so come sarà l'anno prossimo, quando andrò in pensione, ma sono molto felice di ritirarmi dalla vita lavorativa».







«Sono stimolanti le sfide sempre nuove di un'azienda come PostFinance, dove la maggior parte dei collaboratori pensa in modo positivo. Non potrei immaginare la mia vita senza il lavoro che dà struttura e ritmo alla mia esistenza. Da giovani si è orgogliosi di riuscire a fare tante cose in poco tempo. Dopo quarant'anni di lavoro, invece, si punta di più alla qualità e si accetta che i colleghi con qualche anno in meno siano più veloci. Cinque anni fa sono stato colpito da una sordità improvvisa e oggi porto due apparecchi acustici: anche se sono di ultima generazione, mi sento un po' limitato, soprattutto nel lavoro. Ho sempre cercato di comprendere e di accettare le riorganizzazioni. Con il senno di poi, direi che tutte quelle che ho vissuto hanno avuto senso».

**Edelbert Zengaffinen (63 anni),** formatore in logistica, alla Posta da 45 anni.

«È importante seguire un obiettivo, lo dico sempre ai miei apprendisti. Dopo una classica carriera postale con apprendistato come addetto al recapito e conducente di carrozza ambulante, sono passato alla formazione professionale. Sono formatore alla Posta da ormai 23 anni, 15 dei quali in veste di insegnante per l'apprendistato d'impiegato in logistica alla scuola professionale BWZ di Lyss. Il nuovo percorso ha richiesto tempo ed energie. Sono un insegnante, ma anche una figura paterna e uno psicologo. Mi ritirerò gradualmente dalla vita professionale e i miei giorni diventeranno più facili: con due datori di lavoro è quasi impossibile conciliare tutti gli impegni. Ma non lascio perché sono frustrato, anzi, ho sempre lavorato con piacere per la Posta».





Mariangela Brenna (57 anni), responsabile dell'ufficio postale di Lugano 8 Massagno. Alla Posta da 40 anni, ama il contatto con le persone.

«Al termine del collegio, ho ricevuto dei dépliant informativi: apprendistato postale o hostess di Swissair? Amando il contatto con la gente mi sono annunciata per entrambi, ma quando si è trattato di scegliere ho deciso di rimanere con i piedi per terra, vicino a famiglia e amici. Nel 1973 ho iniziato il tirocinio e una ventina d'anni dopo sono diventata responsabile d'ufficio. Negli anni le attività di sportello hanno subito un cambiamento epocale: ciò che prima veniva svolto manualmente è oggi molto più rapido, grazie alle nuove tecnologie. Con l'età il recupero fisico è diverso, un equilibrio è importante. Lavorando al 70% non rinuncio a sport e natura. La Posta è un ottimo datore di lavoro, apprezzo l'impegno per la parità dei sessi, anche a livello salariale». (Testo: Nevia Crivelli)

Focus 13

# «Non è mai troppo tardi per lo sport»

Ginie Meier, fisioterapista aziendale nel centro lettere Zurigo-Mülligen, sa quali conseguenze possono avere sovraccarichi o carichi errati ripetuti per anni e dà consigli di prevenzione.



Ginie Meier spiega a un collaboratore come sollevare correttamente dei pesi.

## I collaboratori più anziani accusano più spesso disturbi o malesseri fisici?

Spesso soffrono delle conseguenze di anni di lavoro. Più si invecchia, più si allungano i tempi necessari all'organismo per riprendersi. Il rumore, la luce artificiale o i turni si trasformano in un banco di prova e possono provocare disturbi fisici, quali alterazione del sonno o problemi di digestione.

#### Che importanza ha l'ergonomia sul posto di lavoro?

Il trattamento sempre più meccanico all'interno dei centri lettere ha delle ripercussioni anche sulle sollecitazioni a cui viene sottoposto l'organismo sul posto di lavoro. I movimenti eseguiti da chi opera a stretto contatto con le macchine diventano più ripetitivi e monotoni. Un movimento errato, ripetuto per anni, può arrecare danni alla salute.

#### Può farci un esempio?

Un sovraccarico o un carico errato, ripetuto per anni, può provocare un'usura del tessuto osseo e avere ripercussioni sui tendini e sui muscoli. Sono pochissimi i casi in cui un collaboratore accusa dolori che non sono preceduti da nessuna avvisaglia. Generalmente, infatti, i disturbi si manifestano in qualche modo già molto prima. Tuttavia, con un cambiamento della situazione lavorativa questi malesseri possono improvvisamente acuirsi.

#### Cosa fa la Posta per evitare queste situazioni?

Da un lato agiamo in modo preventivo offrendo corsi e allenamenti per il potenziamento muscolare, dall'altro analizziamo attentamente le postazioni di lavoro in base a disposizioni ergonomiche e organizzative. Spesso infatti i collaboratori hanno a disposizione strumenti ad hoc, come ad esempio casellari per la spartizione manuale regolabili in altezza, ma non li utilizzano correttamente. Inoltre, forniamo consigli e suggerimenti sulla tecnica di lavoro e di sollevamento corretto dei pesi.

## In che modo possiamo prevenire malesseri o problemi?

Oltre al corretto metodo di lavoro è importante allenare costantemente la forza muscolare e la resistenza. Non è mai troppo tardi per iniziare a fare sport. Non importa che sport si sceglie, quel che conta è divertirsi e farlo con piacere.

#### Prestazioni speciali per i collaboratori di lungo corso

#### Tempo parziale per i lavoratori anziani

Dai 58 anni d'età in su, in caso ad es. di riduzione del grado di occupazione, i collaboratori possono mantenere le prestazioni della cassa pensioni a proprie spese.

#### Garanzia d'impiego nel quadro del piano sociale

I collaboratori con vent'anni di servizio e di età superiore ai 55 anni godono di una garanzia d'impiego fino ai 62 anni.

#### Prospettive professionali

Il centro Mercato del lavoro (AMZ) offre consulenza ai collaboratori di lungo corso che vogliono cambiare la propria professione e li aiuta a preparare i dossier di candidatura.

#### Promozione della salute in azienda

Le formazioni relative alla gestione del lavoro a turni, la consulenza di fisioterapisti e molte altre iniziative mirano a migliorare le condizioni di salute dei collaboratori anziani, in particolare dei collaboratori di lungo corso.

#### Pensionamento flessibile

I collaboratori dai 58 anni in su possono accedere al pensionamento anticipato o al pensionamento parziale.

#### Premi di fedeltà

Al compimento del decimo anno di servizio e in seguito ogni cinque anni, la Posta accorda un premio di fedeltà sotto forma di tempo o denaro.

#### Perfezionamento

Le misure di formazione o di perfezionamento sono aperte a tutti i collaboratori di ogni età.

#### Ferie supplementari per i collaboratori over 50

I collaboratori dai 50 anni in su hanno diritto a ferie supplementari.

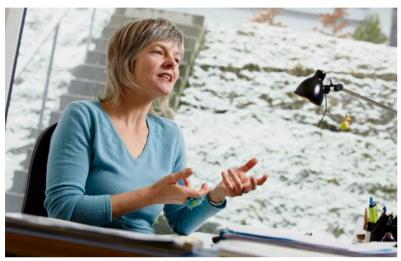
#### Per ulteriori informazioni

Mercato del lavoro della Posta (AMZ), tel. 058 448 50 63 I vostri consulenti HR, su intranet > Portale HR > Gestione della salute e Formazione e perfezionamento 14 Dialogo La Posta 2/2013

# «Conciliare famiglia e lavoro è un'esigenza sempre più avvertita»

Come coniugare famiglia e lavoro? Désirée Aebersold, consulente al centro UND, specializzata nella conciliazione di attività familiare e professionale per uomini e donne, illustra i fattori di una buona soluzione per i collaboratori.

Intervista: Beat Gerber / Foto: Annette Boutellier



Désirée Aebersold: «Serve flessibilità, da entrambe le parti».

## Oltre il 70% dei collaboratori della Posta ritiene di riuscire a combinare bene famiglia e lavoro. Come giudica l'esito del sondaggio?

A prima vista è sicuramente un ottimo risultato. Ma bisogna considerare che, alla domanda generale sulla conciliazione di famiglia e lavoro, nei sondaggi i collaboratori tendono a rispondere in modo positivo. È quando si scende nello specifico che iniziano a emergere numerosi problemi. Per un'impresa è importante sapere esattamente cosa non funziona.

#### Esiste una ricetta semplice ma efficace per quest'armonizzazione?

Una ricetta semplice non esiste, ma l'elemento centrale è il dialogo. Per prima cosa è necessario che la coppia e la famiglia discutano a fondo della questione: Chi tiene i bambini e chi assiste i genitori bisognosi di cure?. In secondo luogo il dialogo è essenziale anche all'interno dell'impresa e bisogna essere veramente disposti a trovare soluzioni comuni. Serve flessibilità, da entrambe le parti.

# Oggi per le imprese è sempre più difficile soddisfare le esigenze dei collaboratori?

La società ha subito profondi cambiamenti. Anche gli uomini, sempre più numerosi, considerano importante la conciliazione tra famiglia e lavoro e la rivendicano con crescente insistenza. Nel quadro della concorrenza per i migliori specialisti, le imprese fanno bene a offrire modelli lavorativi flessibili. Tra questi figura per esempio anche il tempo parziale per i quadri.

# Per molti collaboratori della Posta, la possibilità di lavorare part time o da casa è molto importante. Cosa contraddistingue un modello vantaggioso sia per i collaboratori sia per l'impresa?

Nel passaggio da tempo pieno a tempo parziale, è importante rivedere anche la ripartizione del carico di lavoro e non pretendere di assicurare le stesse prestazioni per una minor retribuzione. Anche il telelavoro non è sempre interessante, poiché non si addice a tutti i tipi di lavoro. Vi è il rischio che i collaboratori si isolino troppo, pregiudicando lo scambio con il team. Inoltre, per lavorare indisturbati, le condizioni di lavoro a casa devono essere adeguate. Spesso con un neonato ciò non è fattibile.

## Nei commenti online i collaboratori hanno indicato come ostacolo soprattutto i turni e gli orari di lavoro irregolari. È un fenomeno comune?

Sì, rappresenta un grosso problema per molte imprese. Chi lavora a turni spesso non ha giorni fissi in cui potersi occupare dei figli o dei famigliari. In questi casi vi è il rischio che le persone finiscano sotto stress e che amicizie e hobby cadano in secondo piano.

#### Quali sono le possibili soluzioni?

Un'impresa può offrire più contratti part time. In tal modo attribuire agli impiegati giorni di riposo fissi risulterà più semplice. I piani di lavoro andrebbero inoltre comunicati il prima possibile e gli impiegati dovrebbero poter cambiare turno con una certa libertà. Spesso i genitori di bambini piccoli hanno bisogno di essere più flessibili negli orari marginali. Questo è essenziale soprattutto per i genitori single, su cui ricade una responsabilità ancora maggiore.

# Spesso gli impiegati a basso reddito non possono permettersi di lavorare a tempo parziale per motivi finanziari. Cosa consiglia a queste persone?

È necessario definire con precisione quali siano le esigenze più pressanti. A volte aiuta il fatto di poter ripartire un lavoro a tempo pieno su quattro giorni e mezzo per guadagnare una mezza giornata da dedicare alla famiglia. Altre, può essere utile avere più ferie, riducendo leggermente lo stipendio o aumentando di poco le ore di lavoro settimanali.

La Posta crea condizioni quadro che consentono ai collaboratori di conciliare i loro diversi impegni. Tra queste figurano diversi modelli di tempo parziale, rivolti anche ai quadri. La Posta offre tra l'altro quattro mesi di congedo maternità, due anni di ferie non pagate per i genitori e aiuti finanziari per l'accudimento extrafamiliare dei figli. In caso di domande, i collaboratori possono rivolgersi ai loro superiori, alla Consulenza HR o al Servizio sociale.

Intranet > Personale > Gestione della diversità;

 $www.plusplus.ch,\,www.und\hbox{-}online.ch,\,www.svamv\hbox{-}fsfm.ch$ 

#### La parola ai collaboratori

## «Riuscite a conciliare vita professionale e famiglia?»

#### Paolo Stecchi, PF

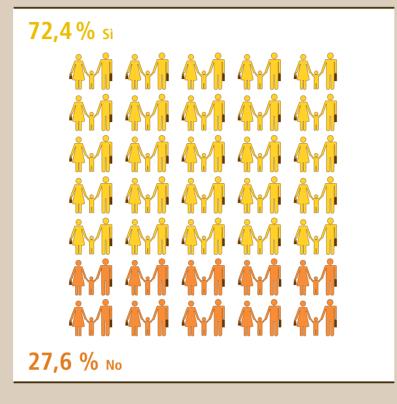
Spesso gli obiettivi di lavoro non permettono di staccare la spina a fine giornata. Nel mio caso, non sempre riesco a scindere completamente le due realtà.

#### Yvan Cramatte, PV

Assumere un incarico con delle responsabilità e gestire una famiglia con quattro figli (5, 7, 11 e 13 anni) è già una bella sfida. Se poi si pensa che bisogna anche affrontare l'handicap (autismo) del più piccolo, non si tratta più di «conciliare», ma semplicemente di «sopravvivere» giorno dopo giorno. Il tempo e soprattutto la forza di volontà diventano qualità preziose. Tutto viene fatto in situazione di emergenza, ogni giornata è una battaglia e una corsa contro il tempo. Grazie al mio datore di lavoro che mi permette di fare un giorno di telelavoro a settimana, riesco a mantenere un certo equilibrio, seppur precario. E di questo lo ringrazio.

#### Anja Mosdorf, PM

Conciliare lavoro e famiglia è una vera sfida per i quadri donna, anche se non hanno figli. Con dei bambini sarebbe impossibile. Penso che servano soluzioni creative, poiché una riduzione del grado di occupazione spesso non è possibile o lo è solo in maniera molto limitata.



#### Martin Büchler, SecurePost SA

In linea di massima sì. Ad ogni modo cerco di condurre un'esistenza equilibrata. È possibile anche se si lavora a turni, ci vuole giusto un po' di flessibilità. Gioca a mio favore il fatto che mia moglie non lavori più. Un vantaggio del lavoro notturno è che si riesce a suddividere meglio le giornate: per esempio è possibile fare una cosa senza averla pianificata. Invece il fatto che le possibilità di seguire un corso di perfezionamento o di partecipare alla vita sociale siano limitate è uno degli aspetti negativi del lavoro notturno.

#### Peter Schwob, PV

Ho la fortuna di poter condividere il mio lavoro con mia moglie. Così ognuno di noi ne trae qualcosa: io, mia moglie e i nostri figli. Inoltre non ci si deve mai perdere di vista: la vita familiare è almeno tanto importante quanto quella lavorativa.

#### Claudia Grob, PV

Con un grado di occupazione del 50% dovrebbe essere possibile lavorare sempre gli stessi giorni. Purtroppo, invece, io lavoro sempre in giorni diversi, e in questo modo non è facile conciliare lavoro e famiglia.

#### Jacqueline Funk, PV

Sono madre di una famiglia monoparentale e lavoro al 100%. Il tempo per la famiglia spesso è poco... E anche i corsi di perfezionamento e la partecipazione alla vita sociale ne risentono.

#### Irene Lehmann-Fäh, P

lo me la cavo molto bene, perché anche mio marito lavora a tempo parziale e di solito sta a casa i giorni in cui io lavoro alla Posta. E anche perché dispongo di una buona rete di contatti per la custodia dei bambini se mi capita di cambiare giorni di lavoro o di fare straordinari. Sia mio marito, che io, che i nostri diretti superiori siamo flessibili.

Domanda del mese		
«Andate al lavoro usando		
i mezzi pubblici,		
la bicicletta o l'auto?»		
(cfr. p. 6)		

16 Dialogo La Posta 2/2013

#### Il mondo in giallo



#### Giallo come il sole

La foto del mese ci è stata spedita da Claudia de Klark-Cecchet, CL Härkingen, che ci scrive: «Ecco una foto adatta alla stagione. Mi ha colpito che tutta la neve è stata spazzata in giallo, ed ecco che nella giornata grigia è quasi tornato a splendere il sole».

Inviateci per e-mail (redazione@posta. ch) una foto in cui il giallo è protagonista e diteci perché questo colore è così importante per voi. La foto migliore sarà pubblicata mensilmente e il vincitore o la vincitrice si aggiudicherà due buoni per il cinema. La Posta è sponsor dei principali festival svizzeri del cinema.

#### Indirizzi utili

#### Situazioni difficili, conflitti sul posto di lavoro

Il **Servizio sociale** offre una consulenza gratuita e discreta a collaboratori e pensionati in caso di difficoltà personali, familiari o finanziarie.

Non esitate a contattarci:

Tel. 058 448 50 63

E-mail: serviziosociale@posta.ch

Nuove prospettive lavorative Il Centro del Mercato del lavoro Posta (AMZ) offre consulenza gratuita. Tel. 058 448 50 63

Il Fondo del Personale offre a collaboratori e pensionati appartamenti di vacanza a prezzo ridotto e sostegno finanziario. Tel. 058 338 97 21, www.pfp-ferienwohnungen.ch

#### Colophon

#### Editore

La Posta Svizzera, Comunicazione Viktoriastrasse 21, 3030 Berna N. 2/2013

Pubblicazione mensile in italiano, tedesco e francese

E-mail: redazione@posta.ch www.posta.ch/giornaledelpersonale Riproduzione consentita solo dietro esplicita autorizzazione della redazione.

#### Redazione

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

#### Grafica

Branders Group SA Rämistrasse 6, 8001 Zurigo

#### Foto di copertina

Matteo Fieni

#### Inserzioni

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

#### Stampa

Mittelland Zeitung, Neumattstrasse 1, 5000 Aarau

#### Abbonamenti/cambiamenti d'indirizzo

Personale attivo: comunicare modifiche di indirizzo o abbonamento al servizio personale competente.

Pensionati: comunicare modifiche di indirizzo e abbonamento per iscritto alla Cassa pensioni Posta, Servizio indirizzi, casella postale 528, 3000 Berna 25

#### Abbonati esterni

Swiss Post Solutions SA,
Servizio abbonamenti Posta,
Viktoriastrasse 21, 3030 Berna
E-mail: abo@posta.ch
Tel.: 058 338 20 61
Prezzo abbonamento: CHF 24.— all'anno





«Il personale d'esercizio postale, ad es. nel Recapito, ha diritto a 62 giorni di riposo (domeniche e giorni festivi). Una simile regolamentazione, con un diritto garantito, è sconosciuta al settore privato. Questo cambierà con l'entrata in vigore del nuovo CCL?»

Patrick Koch, Kriens

#### Risponde Thomas Thut, gruppo di progetto CCL 2015

L'attuale regolamentazione si fonda sulla Legge sulla durata del lavoro che, per il personale d'esercizio della Posta, resterà in vigore fino a giugno 2015. In seguito la base legale sarà costituita dalla Legge sul lavoro e solo il personale d'esercizio di AutoPostale continuerà a essere disciplinato dalla Legge sulla durata del lavoro.

Anche soltanto a causa del cambiamento delle basi legali, le questioni relative al tempo di lavoro, e di conseguenza quella del numero di giorni festivi pagati, assumeranno una rilevanza centrale nell'ambito delle trattative CCL. Tuttavia le questioni relative al tempo di lavoro non vanno osservate in modo isolato, in relazione a una singola tematica, bensì globalmente in tutte le loro sfaccettature (durata del tempo di lavoro, vacanze, regolamen-

tazione dei congedi ecc.). Nel corso delle trattative si chiarirà se, e su quali punti, vi saranno dei cambiamenti con il nuovo CCL. Al momento è prematuro fornire delle indicazioni concrete in merito. Una cosa è certa: anche con il nuovo CCL, la Posta perseguirà una politica del personale socialmente responsabile e offrirà condizioni di lavoro all'avanguardia.

Mandate le vostre domande per e-mail a redazione@posta.ch o per posta ordinaria a La Posta Svizzera, redazione «la Posta» (K11), Viktoriastrasse 21, 3030 Berna.

#### Cara redazione...

# In riferimento al contributo «Autopostale extra large» del numero 1/13

Esisteva già... Nel 1986 circolavamo sullo Schwägalp a bordo dell'autopostale con rimorchio passeggeri P. 32008. Il cartello del percorso indicava: Urnäsch – Schwägalp – Urnäsch.

Werner Roth, 3553 Gohl



**18 Gente** La Posta 2/2013

# A tutto volume!

Teresa Cippà, responsabile dell'ufficio postale di Arbedo, è una professionista del Carnevale. E, tra una manciata di coriandoli e un bigné allo zabaglione, si è anche scoperta musicista.

Testo: Claudia Grasso / Foto: Matteo Fieni



Col suo trombone viola e la chioma multicolore, Teresa Cippà sfila per le strade di Bellinzona all'inaugurazione del Rabadan di quest'anno.

Gente 19







Bellinzona ha festeggiato degnamente i 150 anni del suo Carnevale. Teresa Cippà (foto al centro) e la Carnasc Band non potevano mancare.

Lo scorso 7 febbraio, allo spettacolo d'apertura della 150a edizione del Rabadan (ndr. il carnevale di Bellinzona), non potevano mancare i 90 della Carnasc Band di Cadenazzo. Tra il tripudio di colori e la cacofonia musicale delle guggen, spunta il ciuffo tricolore (turchese, blu e viola) di Teresa Cippà. La responsabile dell'ufficio postale di Arbedo, trombone alla mano, non si sarebbe persa per niente al mondo questa occasione.

#### Sulle orme della mamma

La sua passione per il carnevale viene da lontano. «Seguo le orme di mia mamma che non si è persa un carnevale fino all'età di 60 anni e ha passato la sua passione a quattro dei cinque figli», spiega ridendo Teresa. Il primo carnevale che ricorda è quello dei suoi sette anni. «All'epoca, c'era una terribile epidemia di pidocchi a Mesocco. Per combatterla, il Cantone aveva prescritto una cura a tutti gli scolari. Questa consisteva nell'applicare ai capelli dei bambini una polverina con un turbante». Quell'anno, e non poteva essere altrimenti, i bambini di Mesocco sfilarono portando orgogliosi i loro turbanti.

Da allora, il periodo che precede la Quaresima è sempre stato per Teresa un momento dell'anno magico. «Mi piace l'idea di dedicare un periodo dell'anno a divertirmi e divertire gli altri con la musica. Ci si sfoga, e si lasciano da parte pensieri e preoccupazioni». Anche il destino deve avere il senso della burla e ha giocato a Teresa uno scherzo niente male: difatti è stato ad un carnevale di Biasca, tra coriandoli e guggen, che ha incontrato quello che oggi è suo marito.

Dall'entusiasmo per il Carnevale nel 2003 è nato l'amore per la musica briosa e un po' pazza di sousafoni, tromboni, trombe, euphonium, grancasse e batterie mobili delle guggen. «Fino a dieci anni fa, non sapevo neanche leggere una nota», racconta Teresa. Poi l'incontro casuale con i membri di una guggen e Teresa ha iniziato un po' per gioco a suonare il trombone. «Me ne sono comprata uno vecchio e pieno di ammaccature e ho iniziato a suonare». Per fortuna, le orecchie del marito di Teresa sono state risparmiate dai suoi primi tentativi di virtuosismi musicali, visto che Teresa si esibiva nel seminterrato.

#### Dai Lego a Bollywood

Ormai, la musica scandisce l'intero anno della 43enne di Mesocco: da settembre all'inaugurazione della stagione dei carnevali, Teresa partecipa a una prova settimanale di sezione e una prova d'assieme il sabato della Carnasc Band. I loro sforzi sono stati ripagati dall'onore dell'essere stati invitati a esibirsi in qualità di prima guggen ticinese alla Bahnhof Guggete di quest'anno a Lucerna. Teresa non ripone il suo trombone nella custodia neanche d'estate, quando suona nella banda TXP.

Per molti musicisti delle guggen, il carnevale è una cosa seria, un momento per misurarsi con le bande rivali, e non solo a suon di musica. Qualsiasi guggen che si rispetti punta anche su danze e costumi. Quest'anno la band di Cadenazzo si è tirata a lustro con splendidi costumi ispirati a Bollywood. L'anno scorso invece, i Carnasc hanno vestito i panni di omini Lego. «Una vera faticaccia, camminare suonando con dei cubi di gommapiuma a mo di piedi fino a sotto il ginocchio», ricorda Teresa. Naturalmente, nel 2012 Teresa si era aggiudicata il costume Lego da postino!

www.carnasc.ch

**20** Gente La Posta 2/2013

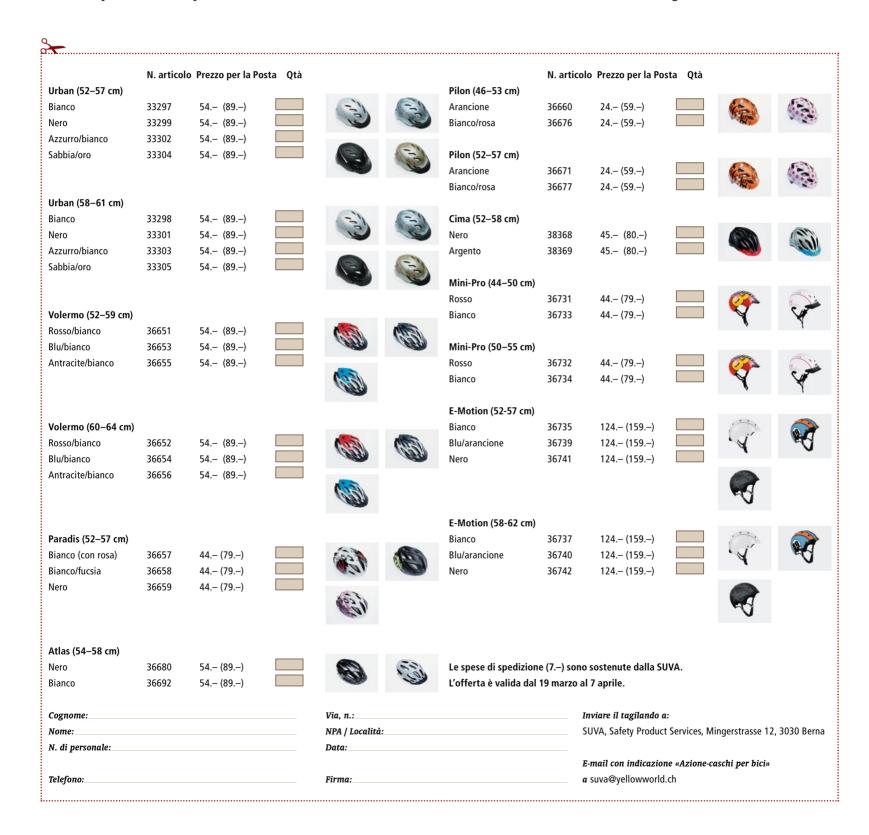
# Pedalare sicuri

Avete messo il casco? La Posta vi propone caschi a prezzi ridotti in collaborazione con la Suva.

Testo: Charles E. Heiniger

Una caduta dalla bicicletta può provocare un trauma cranico con gravi conseguenze fisiche, neurologiche e psicologiche. Per evitare i pericoli, usate il casco! La Suva propone anche quest'anno caschi a prezzi preferenziali. Per prevenire gli infortuni, è importante guidare in maniera prudente:

- tenere la destra, segnalare chiaramente la direzione con la mano, adottare una posizione del corpo sicura e mantenere una distanza laterale
- sufficiente rispetto ai veicoli parcheggiati;
- nelle rotatorie, tenersi al centro della corsia fino all'uscita;
- guidare fianco a fianco solo se non si ostacola il traffico;
- non fare slalom tra le code di veicoli e non circolare sul marciapiede.
  Occorre fare anche attenzione all'angolo morto dei grandi veicoli: nonostante i retrovisori, c'è una zona invisibile agli occhi del conducente.



Gente 21

# Il VIP e la Posta



Illustrazione: Massimo Milano

Ogni mese diamo la parola a un personaggio in vista. Questa volta è toccato alla trentunenne **Nicola Spirig**, medaglia d'oro olimpica di triathlon a Londra 2012 e sportiva Svizzera dell'anno 2012.

#### Quando ha spedito l'ultima volta una cartolina postale o una lettera?

Al momento spedisco, quasi ogni giorno, molte cartoline autografate e lettere in tutto il mondo!

#### Conosce il suo postino per nome?

Certo, conosco almeno il nostro postino «principale», anche lui mi ha chiesto un autografo.

#### Con che frequenza la si può incontrare allo sportello postale?

Raramente. Di solito è mia mamma a sbrigare le commissioni postali.

#### Paga le fatture per via elettronica o con il libretto giallo?

Per via elettronica, è molto più veloce.

#### Qual è il suo prodotto postale preferito?

I pacchi che ricevo!

#### La tratta più bella che ha percorso in autopostale?

Dalla stazione di Bad Ragaz fino alla stazione a valle della funivia di Pizol: in quei momenti la gioia per le imminenti vacanze è immensa!

#### Giallo come...

L'oro!

# Vendere è una musica

Testo: Gabriela Iucker



 $30\ apprendisti\ hanno\ organizzato\ il\ congresso\ sotto\ la\ supervisione\ di\ due\ coach.$ 

Sabato 19 gennaio, 250 apprendisti si sono riuniti al Technopark di Zurigo per partecipare a diversi laboratori di perfezionamento e per uno scambio di idee tra coetanei. A organizzare l'evento sono stati proprio 30 di loro, sotto la supervisione di due coach. Gli argomenti dei laboratori sono stati: Il potere dei marchi,

Stupire i clienti, Sicurezza sul luogo di lavoro, Tendenze future, Psicologia di vendita, Contatto di vendita – persone con disabilità e Pubblicità e creazione.

Durante le pause gli apprendisti hanno avuto modo d'informarsi presso gli stand, di acquistare il CD del Congresso vendite (tutte canzoni di collaboratori della Posta) o di farsi fare dei francobolli con il proprio volto tramite Web-Stamp.

Alla chiusura Patrick Salamin, membro della direzione del gruppo e responsabile di Rete postale e vendita, ha rivolto un discorso ai futuri venditori. Il Congresso dedicato agli apprendisti nel commercio al dettaglio ha luogo ogni anno in sedi alternate: Olten, Vevey o Zurigo.

**22 Gente** La Posta 2/2013



Al centro logistico di Ostermundigen, poco prima delle 2:30 il lavoro diventa quasi frenetico. È il termine ultimo per la partenza dei giornali.

# Trasporto dei giornali: la prodezza logistica

Ogni notte centinaia di collaboratori di PostMail e PostLogistics lavorano di gran lena per garantire ai lettori la ricezione del loro quotidiano. Reportage tra Ostermundigen e Yverdon, passando per il centro lettere di Eclépens.

Testo: Emmanuelle Brossin / Foto: Severin Nowacki

«Tutto è calcolato al minuto!» Walter Hämmerli non avrebbe potuto descrivere meglio l'atmosfera che si respira alle 2 del mattino presso il centro logistico di Ostermundigen. Il collaboratore di PostLogistics controlla gli arrivi e le partenze dei furgoni carichi di giornali freschi di stampa. Arrivano direttamente dalle tipografie dei Cantoni Svitto, Neuchâtel, Lucerna, Vaud, Vallese e Zurigo.

La logistica è ben rodata, i collaboratori sono esperti. I trasportatori degli editori scaricano i sacchi pieni di giornali con l'aiuto dei collaboratori di PostLogistics e PostMail. È un compito arduo: i sacchi pesano tra i 20 e i 25 chili. A seconda dell'etichetta che portano, vengono spartiti negli RX corrispondenti alla loro destinazione. «Le 2:30 sono il termine ultimo per la partenza dei giornali che dalla Svizzera tedesca devono arrivare in Svizzera romanda, e viceversa», precisa Walter Hämmerli prima di lanciare un'occhiata all'orologio, incalzato dal tempo che passa. Sono le 2:15 e la danza dei furgoni si fa più rapida. Questa notte nevica e ciò non facilita certo il compito dei conducenti. «Se i trasportatori, a causa delle condizioni meteorologiche o di un guasto alla rotativa, arrivano

oltre l'orario previsto siamo obbligati a lavorare a un ritmo ancora più sostenuto per garantire la consegna puntuale dei giornali», spiega brevemente Walter Hämmerli. Senza contare che non sono ammessi errori. Uno studio dell'EPFL dimostra che il 98,8% dei giornali sono recapitati entro le scadenze. Un dato che non soddisfa Walter, inguaribile perfezionista: «La nostra sfida principale è evitare che anche un solo sacco parta nella direzione sbagliata. Ogni errore implica che più lettori non riceveranno il loro quotidiano in tempo e che ci saranno dei reclami. Il nostro obiettivo è ogni notte senza errori!».

Gente 23









A Ostermundigen, Kuku Ndombasi, trasportatore del gruppo Tamedia, carica i giornali per i lettori romandi. Giunti a Eclépens, vengono subito presi in consegna dal personale di PostMail. Alle 4:50 Hans-Rudolf Köhli parte per Yverdon con il camion carico di posta A e di giornali. Poco prima delle 6 i quotidiani sono nelle caselle postali di Yverdon.

Alle 2:30 tutti i furgoni sono stati caricati e sono ripartiti. Accompagniamo il trasportatore del gruppo Tamedia, diretto al centro lettere di Eclépens. È là che Kuku Ndombasi porta i giornali in lingua tedesca destinati a lettori della Svizzera romanda. Continua a nevicare e bisogna assolutamente arrivare a Eclépens prima delle 4. Alle 3:45, il furgone si ferma davanti al centro: i sacchi sono scaricati sulla rampa e presi subito in consegna dal personale di PostMail. La posta A è già stata spartita e i collaboratori si affrettano a mettere i giornali nei contenitori (SB) corrispondenti per permettere ai camion della Posta di partire puntuali verso le regioni di recapito degli invii (RRL).

#### Nervi saldi

Nel settore di spedizione D, Hans-Rudolf Köhli, conducente di autocarri presso PostLogistics, è appena arrivato dal centro lettere di Daillens. Il suo camion è parzialmente riempito di pacchi e viene qui per caricare la posta A, i giornali e il collettame (mazzi, pacchi piccoli ecc.) per portarli alla RLL di Yverdon. «Cerchiamo, nei limiti del possibile, di unire il trasporto dei pacchi e delle lettere», spiega Daniel Viquerat, responsabile di gruppo presso PL che collabora alla disposizione dei trasporti in partenza da Eclépens. E aggiunge: «Il conducente deve essere concen-

trato e caricare tutto quanto indicato sul suo foglio di via. Anche qui non sono ammessi errori...»

Alle 4:50 il camion Renault giallo e il rimorchio sono carichi e partiamo in direzione di Yverdon. Hans-Rudolf Köhli percorre la tratta Eclépens-Yverdon-Estavayer dall'inizio della settimana. Oggi, giovedì, tutto è filato liscio. Ieri, invece, ha dovuto aspettare un carico ed è partito con 20 minuti di ritardo. «Tutto è calcolato al minuto», ricorda anche Daniel Viquerat. «E i conducenti devono avere i nervi saldi. Quando arrivano in ritardo, i loro colleghi della RLL non sono sempre contenti di dover recuperare i minuti persi...»

Sono le 5:25: Hans-Rudolf Köhli arriva puntuale alla RLL di Yverdon e scarica la cinquantina di SB

e RX aiutato dai collaboratori locali di PostMail. Si comincia con la spartizione preliminare del contenuto degli SB ancor prima che i postini arrivino per preparare il loro giro di recapiti. I primi giornali sono già nelle caselle postali. Missione compiuta: i lettori del Blick e della Luzerner Zeitung saranno contenti. Potranno leggere il loro quotidiano preferito davanti a caffè e cornetto. Ma saranno consapevoli dell'impresa logistica realizzata ogni notte dai collaboratori della Posta per offrir loro questo momento di soddisfazione mattutina?

#### La stampa: un settore in deficit

La Posta trasporta ogni anno 800 milioni di riviste e quotidiani su abbonamento tramite il proprio canale di recapito diurno. A questo dato vanno aggiunti altri 300 milioni di riviste e quotidiani che passano dal canale di recapito mattutino. Questi ultimi sono consegnati direttamente dagli editori nei depositi delle aziende di recapito mattutino (Presto, Epsilon ecc.).

Il trasporto dei giornali per la Posta è un'attività in deficit perché i prezzi pagati dagli editori per ogni numero non coprono le spese. Nel 2011 il disavanzo era pari a circa 100 milioni di franchi. Al fine di ridurlo, la Posta ha deciso di aumentare di 20 centesimi a numero il prezzo dei giornali nel 2014, 2015 e 2016.

**24** Servizi La Posta 2/2013

#### Fedeli alla Posta

 $45_{anni}$ 

#### **PostMai**

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

#### Rete postale e vendita

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

 $40_{anni}$ 

#### Servizi centrali

Grünig Samuel, Bern

#### **PostMail**

Alder Alex, Zürich-Mülligen Augsburger Walter, Spiez Bacciarini Giorgio, Locarno Bernasconi Danilo, Mendrisio Bernasconi Valerio, Mendrisio Brusaferri Ivano, Cadenazzo Feger Alfred, Sion Frei Silvano, Bazenheid 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

#### Rete postale e vendita

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

#### **PostFinance**

Beyeler Christine, Bern Thalmann Elisabeth, Bern

#### **AutoPostale**

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

#### **InfraPost**

Siegenthaler Roger, Härkingen

#### **Swiss Post Solutions**

Simon Monique, Basel

#### Tanti auguri!

 $95_{anni}$ 

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

### $\Omega \Omega$

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<sub>ann</sub>

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-Mutrux (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.) Kurmann Josef, Reiden (26.03.) Menghini Henri, Neuchâtel (28.03.) Möckli Eugen, Kloten (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, Saignelégier 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.) Taillens 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.)

# 80<sub>anni</sub>

Ballif Antoinette, Chavornay (12.02.) Aeberhard Fritz, La Chaux-de-Fonds (29.03.)

Zumwald Jean, Versoix (14.03.)

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, Gluringen (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, Vésenaz (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, Villarlod (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....

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.) Caflisch 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.)

Servizi 25

Gujan-Hartmann Hans Peter, Fideris (23.03.)
Haenni André, Penthéréaz (18.03.)
Heinzer Erwin, Horw (10.03.)
Hersche-Marbacher Wilhelm, Männedorf (11.03.)
Hurni Bernhard, Birsfelden (01.03.)
Jacquart-Wyttenbach Heidi, Ober-

wangen 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.)
Rüegger Paulette, Lignerolle (24.03.)
Rüttimann Werner, Brig (05.03.)
Rutishauser Valentina, Hinterkappelen (05.03.)

pelen (05.03.)
Schafer Josef, Düdingen (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.)

(05.03.)
Stalder Paul, Bichelsee (13.03.)
Stucki Hans-Rudolf, Worb (05.03.)
Terrettaz Bernard, Saxon (13.03.)
Traxel Paul, Altdorf UR (17.03.)
Uhlmann Heinz, Grimentz (20.03.)
Walde Annalis, Koblenz (16.03.)
Wallimann Otto, Alpnach Dorf (20.03.)
Wattinger Ernst, Birsfelden (10.03.)
Wisser Annette, Petit-Lancy (07.03.)
Wölker Oskar, Lausanne (11.03.)
Zambelli Lorenzo, Colla (27.03.)

#### **Pensionamenti**

#### 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 Iauch 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 Rüegg 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.

#### Rete postale e vendita

Aeberhard Cäcilie, Laufen
Arnold Alice, Eich
Bachmann Margaritha, 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

Haenggi Ulysse, Bern (1923)

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, Brüttisellen Unternährer Jeannette, Ruswil Valsangiacomo Bruno, Chiasso Vögtlin Theres, Birmenstorf AG Zanetti Men, Scuol Zumsteg Elisabeth, Kleindöttingen

#### **PostFinance**

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

#### **AutoPostale**

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

#### Condoglianze

Personale attivo

#### Rete postale e vendita

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

#### **PostFinance**

Fahrni Rudolf, Bern, geb.1958.

#### PostMail

Signer Remo, St. Gallen, geb. 1970.

#### **PostLogistics**

Vogel Stefan, geb. 1983, Rothenburg.

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, Gümligen (1935) Hänggeli Hans, Thun (1926)

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, Bargen 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) Zwyssig Josef, Aesch BL (1934)

**26** Servizi La Posta 2/2013

#### **Automobili**

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

#### **Due ruote**

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, vanbianchic@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

#### Musica e 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

Schwyzerörgeli 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

#### Casa e giardino

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

Brezeleisen, Rosenchüechlieisen, 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

#### **Abbigliamento**

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

#### Di tutto un po'

Pflegerollstuhl 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

#### Cerco e colleziono

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@bluemail.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

#### Cedo

Briefmarken, Jahreskataloge. Tel. 031 951 03 70

<b>&gt;</b>	
Annuncio gratuito (max. un prodotto, max. Gli annunci potranno esser	150 lettere) e abbreviati o rifiutati. Pubblicazione in ordine di ricezione.
Rubrica:	
Testo dell'annuncio:	
Cognome:	Nome:
Tel. / e-mail:	
Inviare il tagliando a AK 15,	CP, 2500 Bienne 4
o un'e-mail a info@ak15.ch,	n. telefono 032 344 80 60

Servizi 27

#### La mostra da non perdere



#### «3D: stampare oggetti in tre dimensioni»

Stampare una sedia, una scarpa o un gioiello? Ciò che fino a qualche anno fa sembrava impossibile oggi è realtà: stampanti digitali in grado di produrre gli oggetti più disparati sovrapponendo gradualmente appositi materiali. Nascono così mobili e capi d'abbigliamento in materiale sintetico o protesi dentarie e componenti di aereo in metallo. La stampa tridimensionale consente una libertà di forma e spesso anche un risparmio di peso che non si possono ottenere con altre tecniche. Oltre a stampanti in funzione, la mostra espone il lavoro di designer, architetti, ingegneri, medici e biologi.

L'esposizione del Disseny Hub Barcelona – Ajuntament di Barcellona può essere visitata fino al 5 maggio 2013.

#### Museo del Design di Zurigo

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

#### In agenda

02.03.2013

**Finale PostFinance Trophy** 

regioleague.swiss-icehockey.ch

07.03. - 10.03.2013

DAS ZELT - Tendone PostFinance, spettacoli: Sinplus, Rock Circus I, Swiss Talent Award Lugano

www.daszelt.ch

15.03. - 24.03.2013

**EspoTicino** 

Bellinzona

www.espoticino.ch

Biglietti a prezzo ridotto

su intranet > Piazza mercato

16.03. - 24.03.2013

DAS ZELT - Tendone PostFinance, spettacoli: 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

«Schön über Nacht»

Il Museo della comunicazione partecipa alla 10a edizione della Notte dei musei di Berna, con ospiti di spicco come «Marius und die Jagdkapelle», il duo cabarettistico «schön&gut» e Huck Finn.

Rerna

http://www.mfk.ch/



#### Corse gratis per i collaboratori

Maratona di Zurigo, 7 aprile 2013	
Termine d'iscrizione: 24 febbraio 2013	3
Running 42,195 km	Tempo stimato:
Running 10 km City run	Tempo stimato:
Taglia della T-shirt:	
□XS □S □M □L □XL	

Giro Media Blenio del 1° aprile 2013

Termine d'iscrizione: 24 febbraio 2013

- Running 10 km Tempo stimato:
- Nordic walking (incl. walking) 17 km Nordic walking (incl. walking) 12 km
- Nordic walking (incl. walking) 6 km

#### Corsa cittadina di Lucerna, 27 aprile 2013

Termine d'iscrizione: 10 marzo 2013 Running femminile 3,870 km Tempo stimato:

Tempo stimato:

Nordic walking (incl. walking) 2,1 km

Running maschile 5,640 km

#### Grand Prix di Berna, 18 maggio 2013

Termine d'iscrizione: 30 marzo 2013

Running 10 miglia Tempo stimato: Running 4,7 km Tempo stimato:

Nordic Walking (inkl. Walking) 4,7 km

#### Maratona di Winterthur, 26 maggio 2013

Termine d'iscrizione: 10 aprile 2013 Running maratona Tempo stimato: Running mezza maratona Tempo stimato: Running 10 km Tempo stimato: Nordic walking 10 km Percorso breve 5,2 km

Attenzione: per ragioni amministrative non possiamo rimborsare le spese di iscrizione già versate. Le iscrizioni vanno inoltrate agli organizzatori che vi invieranno la documentazione necessaria. Chi si iscrive, si impegna a partecipare. Verranno riscosse anche le quote di partecipazione di coloro che non si presentano alla partenza.

Cognome:	
Nome:	
N. di personale:	
E-mail:	Anno di nascita
Via, n.:	
Località:	
Data / firma:	

La Posta Svizzera,

Gare podistiche K22, Viktoriastrasse 21, 3030 Berna

potete iscrivervi anche direttamente su intranet su Piazza mercato > Ticket e manifestazioni.

