

**LA POSTE** 

POUR NOS COLLABORATRICES  
ET NOS COLLABORATEURS  
AOÛT 2021

# J mag.

Qu'est-ce qui fait courir Jonathan Bakuba? Et quel est le lien avec une bonne cause? Pour en savoir plus sur lui et sur sa passion, rends-toi à la dernière page.

**“Contrôle des billets!”**

Sur la route avec les contrôleurs de CarPostal

*Bain de forêt  
Plongée salutaire dans la nature*

**Pas de discrimination**  
Engagement en faveur de la diversité et de l'inclusion

Découvre encore d'autres histoires sur [poste.ch/actualites](https://poste.ch/actualites)



## Pour une Poste sans discrimination

Découvre les récits de personnes concernées, mais aussi qui sont celles et ceux qui s'engagent pour plus de diversité et d'inclusion.

4



## Stage

Lea Freiburghaus, notre rédactrice en chef, a passé une journée avec les contrôleurs de CarPostal.

40

## Bain de forêt

Bettina Ochsenmann nous invite à une captivante immersion sensorielle pour lutter contre le stress.

36



## Des préjugés? Non merci!

Nous avons sans doute tous vécu un moment de ce genre dans notre vie. En ce qui me concerne, c'était au vestiaire, après l'entraînement de boxe. Quelques minutes plus tôt, j'avais entendu la nouvelle recrue parler en anglais avec Sam, notre boxeur d'Afrique du Sud. Comme si cela allait de soi, je me suis adressée à elle en anglais. Parce qu'elle était Noire. Sur quoi elle m'a répondu dans un dialecte bernois impeccable. J'ai cru mourir de honte. Mes étiquettes et mes idées préconçues avaient frappé fort. Alors que ce n'était absolument pas ce que je voulais! Et, au fond, c'est quelque chose que personne ne veut. Voilà pourquoi il faut parler des préjugés et de la discrimination, car malheureusement, nous n'y échappons pas. Y compris à la Poste. Dès la page 4, des personnes concernées et des membres du personnel engagés exposent ce que nous souhaitons mettre en place à la Poste. Pour que nous nous traitions les uns les autres comme des êtres humains, indépendamment de notre apparence, de notre orientation sexuelle ou de notre langue.

Claudia Langenegger  
Rédactrice en chef adjointe

## Poste d'observation

### Sécurité et online banking

22

Comment protéger ton argent



### Formation à la Poste



15

Tous nos chiffres sur  
les apprentis

### Bureau ou télétravail?

19

Nouveaux principes directeurs  
pour plus de flexibilité

**p**  
Et bien plus  
encore!

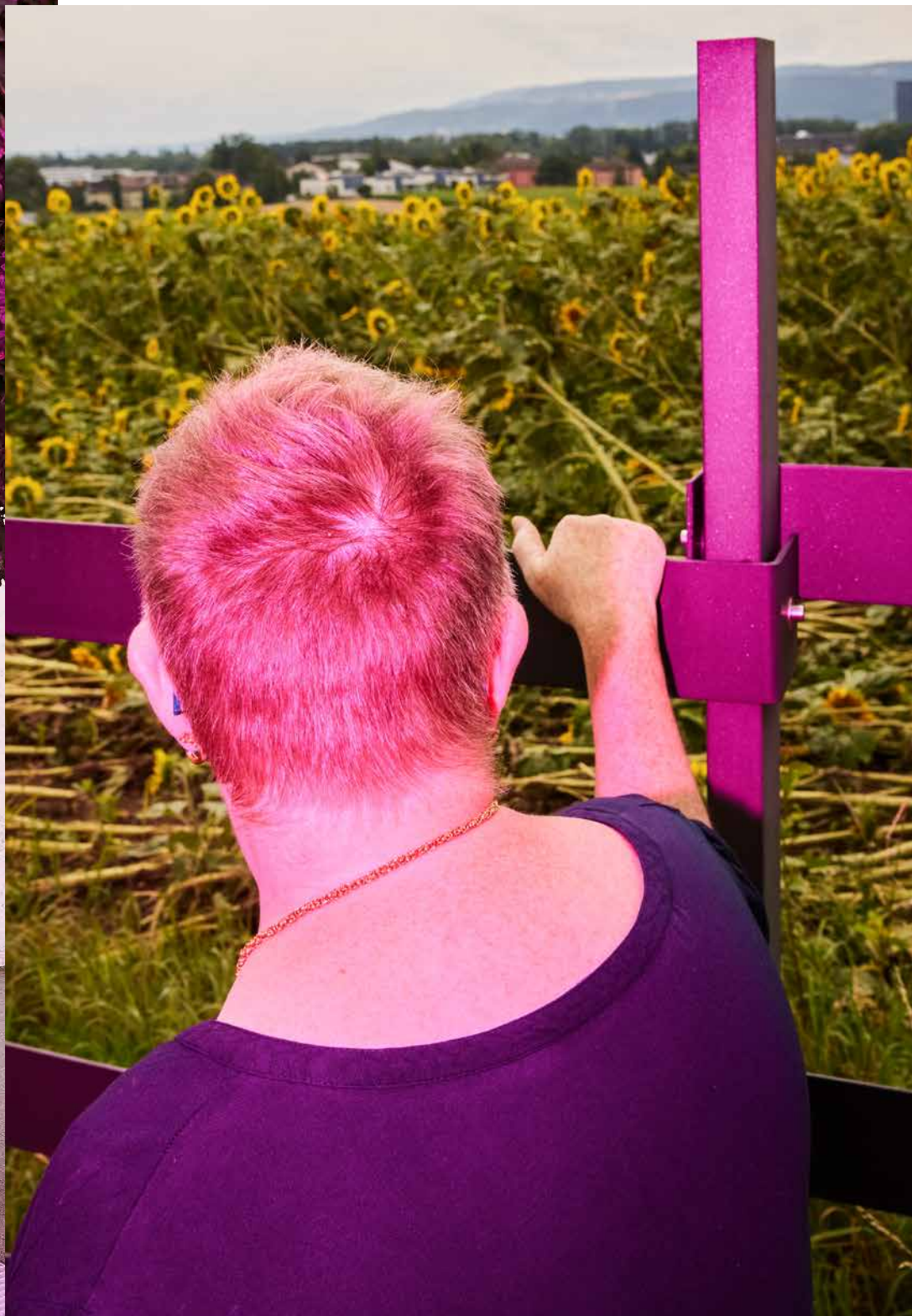


# La discrimination a de nombreux visages

Texte: Sandra Gonseth et Inari Kirchhofer Photos: Joan Minder







Quand parle-t-on de comportement discriminatoire? Dès que des groupes ou des individus sont rabaissés en raison de certaines de leurs caractéristiques. Bien que les chiffres ne soient pas alarmants à la Poste, une campagne vise à sensibiliser le personnel. Car la Poste condamne toute forme de discrimination et applique une politique de tolérance zéro. Notre dossier présente des collaboratrices et des collaborateurs qui s'engagent en faveur de la diversité et de l'inclusion, et relaye les récits de personnes concernées.



ors de notre appel à témoins, nous avons rencontré Joni. Ce collaborateur de la Poste a grandi dans le sud de la France, près de Toulouse. A l'âge de 12 ans, il est venu en Suisse avec sa mère, qui a épousé un authentique Appenzellois. «Quand j'y repense, je ne peux pas m'empêcher de sourire, s'amuse Joni. Deux personnes de couleur qui se retrouvent tout à coup dans ce petit village d'Appenzell sans parler un mot d'allemand.»

### “Effectivement, ma peau est foncée...”

S'il ne garde que des bons souvenirs de son intégration, c'est grâce à son enseignant de l'époque, à l'épouse de celui-ci et à ses camarades de classe. Ils l'ont accueilli sans aucun préjugé, lui ont appris l'allemand et l'ont intégré dans le système scolaire de façon exemplaire. «La classe avait déjà commencé les cours de français, lors desquels j'ai pu me distinguer puisqu'il s'agissait de ma langue maternelle.» Aujourd'hui encore, il retourne régulièrement dans son village pour rendre visite aux amis qu'il a connus pendant cette période marquante de sa vie. Joni considère qu'en matière de discrimination, sa situation n'est pas représentative, car il n'a jamais eu d'expériences blessantes. Néanmoins, lorsqu'on évoque ce sujet avec lui, il se remémore des situations qui l'ont mis mal à l'aise: «Sur le trajet pour me rendre sur le lieu de travail de mon père, il y avait une rue où des dealers se livraient à un trafic de drogue. Un jour, quelqu'un m'a dit que j'étais l'un d'eux.» Les regards sont permis; il s'y est habitué. D'ailleurs, attirer quelque peu l'attention ne lui déplait pas. Bien souvent, c'est de la simple curiosité: les gens ont envie de connaître son milieu culturel et son histoire. Joni a des origines africaines. Ses parents viennent de Mayotte et d'Anjouan, une île de l'archipel des Comores située dans l'océan Indien, entre Madagascar et le Mozambique. «Lorsqu'une personne ne détache plus ses yeux de moi, je lui dis très amicalement «Grüezi».» En général, on lui sourit en retour. Joni estime que la discrimination doit rester un sujet de débat public. «Mais la manière ouverte et naturelle d'appréhender la diversité de notre population ne doit pas en pâtir.» Son vœu le plus cher? «Un jour, un ancien camarade de classe m'a dit ceci: «Pour moi, tu es juste Joni, je n'ai jamais fait attention à ta couleur de peau.» C'est exactement ce à quoi devrait ressembler un monde meilleur, où on ne remarquerait même plus les différences et où chaque personne aurait le droit de s'épanouir dans ses singularités.»

### “Je parle une autre langue. Toi aussi?”

Préjugés fondés sur la couleur de peau, la langue ou les origines: qu'en est-il à la Poste? En 2020, une question supplémentaire portant sur la discrimination a été ajoutée au sondage du personnel. Parmi les 26 355 participants, 2,88% ont indiqué avoir été victimes de discrimi-

Alisa est issue de l'immigration. Une collègue lui a lâché un jour que les sonorités de sa langue maternelle évoquaient un cancer de la gorge. Un cas évident de discrimination.



nation au cours des deux années précédentes. Pour la plupart d'entre eux (33%), cette expérience était liée à leurs origines. Autres motifs avancés: l'âge pour 18%, le sexe pour 17%, l'état de santé pour près de 15% et la langue pour 14%. Ces données recourent celles de l'Office fédéral de la statistique. Par ailleurs, plus de la moitié des personnes ayant déjà été discriminées en Suisse l'ont été dans leur environnement de travail ou lors de leur recherche d'emploi. A l'instar d'Alisa, jeune apprentie à la Poste issue de l'immigration. «Une fois, j'ai servi une cliente dans ma langue maternelle au guichet. Ma collègue a attendu que celle-ci s'en aille pour me dire: «Ta langue, on dirait un cancer de la gorge.» Cela m'a choquée et j'ai demandé à ma collègue ce qu'elle entendait par là. Elle ne m'a pas répondu et est partie. Cette remarque m'a énormément blessée et je n'ai tout d'abord pas su comment réagir.» Alisa a fini par prendre son courage à deux mains et signaler l'incident à sa supérieure, qui a immédiatement convoqué la collaboratrice concernée. Cette dernière a alors affirmé qu'elle n'avait jamais voulu faire de sous-entendus. Ce à quoi la supérieure a rétorqué que ce genre de propos, quelle que soit l'intention de ceux qui les prononcent, n'étaient pas les bienvenus à la Poste. Tout incident fait l'objet d'un suivi et peut conduire à des mesures disciplinaires, qui peuvent aller jusqu'à la résiliation des rapports de travail.



Joni a quitté Toulouse avec sa mère pour s'installer dans l'Appenzell rural à l'âge de 12 ans. Il s'est rapidement intégré, mais il lui est arrivé d'essuyer des remarques blessantes en lien avec ses racines africaines.



Les réactions au coming-out d'Yvonne au travail ont été positives. Elle reste néanmoins la cible de préjugés en raison de son homosexualité. Bien qu'elle mène une vie tout à fait normale.

**“Une ancienne supérieure m’a avoué après coup qu’elle s’était demandé si c’était une bonne idée d’engager une collaboratrice lesbienne pour former des apprentis.”**

### **“Je suis lesbienne. Et alors?”**

Yvonne subit une tout autre forme de discrimination. Elle a fait son apprentissage à la Poste et se considère comme une vieille routière de l'entreprise. Yvonne vit en partenariat enregistré avec sa compagne. «Est-ce que ce n'est pas incroyable qu'une femme seule puisse adopter des enfants, mais pas deux femmes vivant en partenariat enregistré?» Est-ce que cette injustice la met en colère? «Ce n'est pas exactement le bon terme. Parfois, je me demande ce que je laisserai derrière moi dans ce monde.» Elle trouve injuste qu'il n'y ait pas (encore) d'accès à la procréation médicalement assistée en Suisse pour les personnes qui vivent en partenariat enregistré. Au moins, il est possible d'adopter l'enfant de son ou sa conjoint(e) depuis janvier 2018. Entre-temps, elle et sa partenaire se sont faites à l'idée de vivre sans enfants. Elles s'occupent de leurs quatre filleuls. Yvonne a fait son coming-out intérieur – le fait d'admettre pour elle-même son identité sexuelle – lorsqu'elle était jeune femme. Son coming-out extérieur est venu cinq ans plus tard. «A cette époque, je venais de rencontrer ma compagne actuelle et j'avais le choix entre garder mon orientation sexuelle pour moi et l'assumer. J'ai rapidement compris que je voulais en parler ouvertement et j'en ai donc informé petit à petit ma famille et mes amis.» L'étape suivante, à savoir faire son coming-out

au travail, lui a demandé un peu plus de courage. «Qu'est-ce que je peux bien raconter pendant un tour de table de présentation ou lors du retour au bureau après le week-end quand les collègues parlent de leur mari et de leurs enfants? Je n'aurais pas dû me poser autant de questions, car mon annonce a été extrêmement bien accueillie.» Toutefois, elle a aussi vécu de fâcheuses expériences. «Une ancienne supérieure m'a avoué après coup qu'elle s'était demandé si c'était une bonne idée d'engager une collaboratrice lesbienne pour former des apprentis. Cette réflexion m'a laissée profondément perplexe. Nous menons une vie aussi normale que celle de n'importe quel couple hétérosexuel. Ce que j'aimerais? Que nous n'ayons plus besoin d'aborder la question de notre orientation sexuelle, car elle n'a aucune importance.» Yvonne approuve totalement le mouvement Pride, issu du mouvement LGBT. «C'est un univers qui a tendance à faire beaucoup de bruit, mais c'est nécessaire pour qu'il reçoive l'attention qu'il mérite.» Car c'est justement en attirant l'attention du public que les personnes concernées luttent contre la discrimination. Les expériences à la Poste le confirment. Lorsque c'est nécessaire, les membres du personnel demandent plus souvent du soutien qu'auparavant, car ils savent que la Poste condamne toute forme de discrimination et applique une politique de tolérance zéro.



La notion de diversité inclut également les identités et les orientations sexuelles différentes. Les membres de la communauté LGBTIQ+ ne sont pas si rares. Ce constat devrait gagner en visibilité afin que les gens puissent y réfléchir», affirme Oliver Hold. Le réseau Rainbow de la Poste offre une plateforme aux collaboratrices et aux collaborateurs qui font partie de cette communauté. Celle-ci leur permet de se sentir écoutés et soutenus, et représente un point de contact pour les supérieurs. «Une fois, le responsable hiérarchique d'une personne souhaitant effectuer sa transition de femme à homme nous a demandé conseil pour pouvoir mieux l'épauler, raconte-t-il. C'est dans ce genre de cas que la Poste se montre exemplaire.» Oliver met en garde: les opprimés peuvent eux-mêmes devenir des oppresseurs dès qu'on manque de respect ou de tolérance par rapport à leurs points de vue. Les comportements discriminatoires sont liés à la manière dont on perçoit l'autre. Il faut donc, selon lui, que les mentalités changent pour que la société évolue: «Si les gens se témoignent mutuellement du respect et de l'intérêt, cela favorise les relations: au sein de la société et à la Poste.»



Oliver Hold, 37 ans, coprésident du réseau Rainbow

**“Les comportements discriminatoires sont liés à la manière dont on perçoit l'autre.”**

# Etre là l'un pour l'autre

La discrimination doit être exclue: nous avons rencontré des collaboratrices et des collaborateurs qui s'engagent en faveur de l'intégration, qui la vivent au quotidien ou qui font tout pour que leurs collègues et leurs subordonnés ne soient pas désavantagés.



## “Il existe de nombreuses raisons à un arrêt professionnel prolongé.”

Il existe de nombreuses raisons à un arrêt professionnel prolongé lié à des problèmes psychiques», souligne Marlise Burri, du Case Management. Une collaboratrice qui souffrait d'une instabilité émotionnelle majeure depuis longtemps a sombré dans une dépression nerveuse au travail. Grâce à un traitement encadré par des spécialistes, au soutien du Case Management et à l'implication active de son supérieur, elle a progressivement repris le travail. Cette réinsertion a été rendue possible par l'ouverture et le respect dont chacun a su faire preuve. «Comprendre les réactions de cette collègue a aidé l'équipe, qui a de nouveau osé lui demander d'assumer certaines tâches ou lui signaler des erreurs», raconte Marlise. Ce comportement a permis d'écarter le risque que la collègue se retrouve exclue en raison de sa performance réduite. Car si l'équipe l'avait ménagée par méconnaissance de la problématique ou par crainte de devoir affronter des réactions extrêmes, la collaboratrice se serait peut-être sentie mise sur la touche. Ce sentiment aurait pu, à son tour, induire des incertitudes et une baisse de sa performance. Dans l'intervalle, la collaboratrice a été entièrement réintégrée. Elle effectue à présent son travail habituel et ne souffre plus de maladie psychique.



Marlise Burri, 55 ans,  
responsable d'équipe  
Case Management



**E**n tant que non-germanophones, nous profitons également des discussions sur la diversité», explique Laurent Savary. Car les discriminations linguistiques figurent désormais aussi au cœur des débats publics. «Mon père, un ancien facteur, disait toujours: «L'idéal est d'effectuer un échange linguistique, comme chaque collaboratrice et chaque collaborateur devait le faire après son apprentissage à mon époque.»» Cela permet une sensibilisation mutuelle aux différences de langue, mais aussi de culture. Car au-delà du langage, les mentalités diffèrent aussi. «Au Tessin et en Suisse romande, nous devons aborder notre clientèle différemment.» Laurent met tout en œuvre pour favoriser l'égalité sur le plan linguistique. «Par le passé, je me suis souvent battu en m'exprimant haut et fort au sujet des discriminations, mais j'ai changé de tactique. A présent, j'implique mes collègues suisses allemands dans la cause.» Son souhait? Que toutes les langues du pays soient représentées à tous les échelons des unités de la Poste.



**“Au Tessin et en Suisse romande, nous devons aborder la clientèle différemment.”**




Ralph Stacher, 53 ans, responsable Planification et disposition, base de distribution Hinwil

**D**epuis huit ans, Ralph Stacher emploie des personnes non entendantes dans la distribution le soir pour la boutique Migros Online. «Evidemment, nous nous sommes d'abord demandé si cela fonctionnerait. Mais nous avons rapidement constaté que la seule différence résidait dans le mode de contact: nous devons en effet joindre les chauffeurs par Whats-App ou SMS et non par téléphone.» Le premier collaborateur non entendant que Ralph Stacher a recruté l'a convaincu dès l'entretien d'embauche. «J'ai eu un bon feeling dès le début, peut-être parce qu'il ne souhaitait exercer ce travail que si la qualité était au rendez-vous. Il ne voulait pas le faire si les réclamations en raison de son déficit auditif devaient s'avérer trop nombreuses. J'ai vite compris qu'il avait déjà connu plusieurs échecs professionnels en raison de son handicap.» Son intuition ne l'a pas trompé. La collaboration avec l'équipe et la clientèle fonctionne parfaitement bien. Aujourd'hui, un quart des 25 chauffeurs sont non entendants. «Cet engagement est l'une des plus belles initiatives qu'il m'ait été donnée de prendre durant ma carrière à la Poste», affirme Ralph.

**“J’ai compris qu’il avait déjà connu des échecs professionnels en raison de son handicap.”**





Laurent Savary, 49 ans,  
responsable Politique  
et communication pour  
la Suisse romande et le  
Haut-Valais

**L**orsque la nouvelle collaboratrice souffrant d'une déficience visuelle sévère a commencé à travailler au Contact Center, nous étions sûrs d'avoir pensé à tout. Puis nous nous sommes aperçus qu'elle avait besoin d'un ordinateur portable plus puissant pour que le système permettant d'agrandir les caractères fonctionne», explique Kevin Jäger. Connaître les difficultés et savoir ce qui est nécessaire dans un cas particulier pour recruter une personne malvoyante est une chose. Mais il est aussi important de la traiter de la même manière que les autres et de lui offrir un travail qui a du sens. Lorsque le handicap physique permet aux personnes de travailler, le Contact Center est tout à fait approprié pour elles. Elles doivent simplement être à l'aise avec les systèmes et dans le contact avec la clientèle. La nouvelle collègue travaille en toute autonomie à 40%. Elle est sollicitée par ses collègues et parfaitement intégrée dans l'équipe. «Il est important de vivre l'inclusion à tous les niveaux», souligne Kevin. Et d'ajouter: «En tant que grande entreprise, la Poste devrait mobiliser les ressources nécessaires et offrir leur chance aux personnes en situation de handicap.»



**“Il est important  
de traiter les personnes  
en situation de handicap  
de la même manière.”**

Kevin Jäger, 36 ans,  
responsable Contact  
Center Viège



Cela a l'air anodin, mais c'est une habitude qui restera», explique Samuel Kropf. Lors du briefing matinal avec les apprentis logisticiens, il parle en allemand standard afin que tout le monde puisse le comprendre. Depuis cinq ans, l'équipe inclut aussi des réfugiés qui effectuent un préapprentissage d'intégration à la Poste. Nombre d'entre eux ont encore des difficultés à s'exprimer en allemand. Quelles que soient leur nationalité, leurs origines ou leur couleur de peau, Samuel Kropf les met tous sur un pied d'égalité. Cela signifie notamment que tous les apprentis sont affectés aux différents postes du centre colis. Les cas de discrimination rapportés sont plutôt rares. «En général, je remarque assez vite les désaccords au sein de l'équipe. Comme de nombreux apprentis suisses sont eux-mêmes issus de l'immigration, ils sont déjà sensibilisés à ce thème.» La plupart du temps, les remarques concernent la couleur de peau. «Dans ce cas, je réagis rapidement et je recherche immédiatement le dialogue avec les personnes concernées. Nous appliquons une politique de tolérance zéro.»



Samuel Kropf, 52 ans, formateur en entreprise et responsable du préapprentissage d'intégration, Centre colis Härkingen

**“De nombreux apprentis sont déjà sensibilisés à ce thème.”**



Scanne le code QR ci-contre pour découvrir l'intégration réussie d'une personne souffrant du syndrome d'Asperger à la Poste.



# “Nous condamnons toute forme de discrimination”

La Poste lance une campagne de sensibilisation pour prévenir les comportements favorisant l'exclusion. Jonas Bieri encourage les personnes concernées à affronter le problème le plus tôt possible.

Interview: Sandra Gonseth



Jonas Bieri, 40 ans, dirige le Conseil social Poste. Il a précédemment travaillé sur les sites d'Olten et de Berne en tant que conseiller social. Il vit avec sa famille à Liebefeld (BE). Ce fervent supporter de YB fait du crossfit et du ski. Il aime également cuisiner et partager des moments de convivialité.

**On a tôt fait de dire quelque chose qui blesse son interlocuteur. Cela t'est-il déjà arrivé à toi aussi?**

Oui, je suppose. J'ai parfois moi aussi laissé échapper des remarques qui ont pu blesser la personne avec qui j'échangeais. Dans ce genre de situations, l'important est de s'en rendre compte. On peut alors réagir et corriger ses propos ou s'excuser pour la remarque inappropriée.

**Parle-t-on déjà de discrimination dans ce cas?**

Il y a des comportements clairement discriminatoires, comme les propos racistes et sexistes, ou encore ceux qui concernent ou excluent des minorités. Et puis il y a une zone floue, où l'on peut se demander si la personne avait l'intention de montrer une telle attitude, ce qui ne l'excuse pas pour autant. Il faut lui faire prendre conscience de son comportement problématique.

**Quels signaux doivent mettre la puce à l'oreille des victimes?**

Dès qu'elles remarquent que certains actes les dénigrent ou les excluent. Et si une situation déclenche chez elles une sensation étrange ou désagréable, de la tristesse ou de colère: elles doivent alors réagir.

**Quelle est la meilleure façon de procéder?**

L'idéal est d'informer l'interlocuteur de ce que ses remarques ou ses actes nous font ressentir et de lui faire comprendre que cela doit cesser. Il est important de poser les choses à plat, car on ne peut pas toujours être certain que la personne réalise le problème. Si cette dernière ignore ce qu'on lui dit et conserve la même attitude, il faut demander de l'aide sans trop attendre: auprès de son/sa supérieur(e), de la personne responsable de la formation professionnelle, du Conseil RH ou du Conseil social.

**Des mesures relevant du droit du travail peuvent-elles être appliquées?**

Nous commençons par offrir la meilleure protection possible à la victime. Ensuite, nous l'encourageons à

prendre en main les étapes suivantes. En général, cela suffit pour résoudre le problème. Pour les formes de discrimination évidentes, la situation juridique est très claire, et peut conduire à des sanctions comme un avertissement ou un licenciement.

**Quel objectif la campagne de sensibilisation poursuit-elle?**

Heureusement, les chiffres à la Poste ne sont pas alarmants. Toutefois, il existe certaines unités où l'on recense des cas et où des mesures sont mises en place en conséquence. Avec cette campagne, nous voulons aborder la discrimination à titre préventif et sensibiliser le personnel. Nous condamnons toute forme de discrimination et appliquons une politique de tolérance zéro. Le fait d'aborder le sujet permet d'affronter les éventuels problèmes à temps.

**L'article sur l'égalité de traitement de la nouvelle CCT a été étendu. Qu'apporte-t-il au personnel?**

En tant qu'employeur, la Poste crée des conditions-cadres qui favorisent l'égalité de traitement, la diversité et la protection du personnel face aux discriminations. En cas de situations conflictuelles, les collaborateurs peuvent s'appuyer sur l'article relatif à l'égalité de traitement étendu de la nouvelle CCT, mais aussi sur le code de conduite, qui exige un comportement non discriminatoire de la part de l'ensemble du personnel, y compris vis-à-vis de la clientèle.

**Que recherches-tu personnellement dans les relations humaines?**

Le respect mutuel, l'estime et le refus des préjugés constituent le meilleur moyen d'éviter les discriminations. Dans ce cadre, les supérieurs ne doivent pas se contenter de réagir, mais montrer l'exemple et encourager ces valeurs. De cette manière, nous parviendrons à préserver la cohésion qui nous caractérise.



# Obtenir de l'aide

Tu as le sentiment d'être désavantagé(e)? Tu es témoin de situations de discrimination? Ou tu as juste des questions à poser sur ces sujets? La Poste est à ton écoute par le biais de divers points de contact.

Texte: Inari Kirchhofer

## Obtenir de l'aide en cas de discrimination

Tu as le sentiment d'être désavantagé(e) ou tu es témoin de discriminations? Différents services sont en permanence à ton écoute. Quelles que soient les informations communiquées au Conseil social ou à la hotline Santé et affaires sociales, elles sont traitées en toute confidentialité. Voici les points de contact où tu peux obtenir de l'aide:

- les supérieur(e)s,
- les responsables de la formation professionnelle,
- les conseillers/conseillères RH,
- les conseillers/conseillères sociaux,
- la hotline Santé et affaires sociales: tél.: 058 341 40 40, e-mail: [santeetaffairesociales@poste.ch](mailto:santeetaffairesociales@poste.ch),
- le numéro de téléphone 0848 20 30 20, dans les situations de crise.

## PosteCourage

En cas de soupçon d'infractions économiques ou de violations du code de conduite interne à la Poste et, en Suisse, en cas de soupçon d'inégalité salariale, les membres du personnel de la Poste et des sociétés du groupe Poste peuvent s'adresser à PosteCourage, un bureau de communication indépendant garantissant l'anonymat et la confidentialité. Informations sur PostWeb, à l'adresse [web.post.ch/postecourage](http://web.post.ch/postecourage); bureau de communication: [postecourage.ch](http://postecourage.ch).

## Nos réseaux

La Poste s'appuie aussi sur ses réseaux internes pour agir contre toutes les formes de discrimination, qu'elles soient liées à la langue, à l'orientation sexuelle ou à l'âge. Des informations sur MOSAICO, le réseau pour la diversité linguistique et culturelle, sur RAINBOW, le réseau pour l'acceptation et la tolérance, et sur Young Voice, le réseau pour les jeunes collaboratrices et collaborateurs, peuvent être consultées sur [web.post.ch/diversite-et-inclusion](http://web.post.ch/diversite-et-inclusion).

## S'adresser à tout le monde

Le langage a une influence sur notre mode de perception. En utilisant le langage épïcène, on peut donc contribuer à promouvoir l'égalité de traitement et l'in-

clusion. D'une manière générale, la Poste adopte une rédaction neutre pour ses offres d'emploi. En outre, afin de s'adresser de la même manière à tout le monde, elle veille à ne pas faire de distinction de genre dans sa communication. Informations complémentaires sur [experience-hub.ch](http://experience-hub.ch)

## Un employeur ouvert à tous

La Poste entend renforcer la présence des personnes ayant un handicap, car elle a besoin de leurs talents, de leur vécu et de leurs perspectives. Elle prend à cet effet différentes mesures. Ainsi, en collaboration avec l'Université de Saint-Gall, elle participe au projet de recherche Inclusion Champions Switzerland (ICS), qui vise à identifier les moyens d'améliorer l'inclusion de ces personnes. Les enseignements tirés profiteront à la Poste, à l'économie et à la société en général.

## Accessibilité

Environ 20% de la population en Suisse présentent une forme de handicap. Dans les filiales de la Poste, cela ne pose aucun problème lorsqu'il s'agit de fournir des prestations. Toutefois, la Poste évolue et propose un nombre croissant de prestations loin du guichet, en libre-service. D'où l'importance que tous les points d'accès numériques et stationnaires ainsi que les automates soient accessibles à tous et, naturellement, qu'ils puissent aussi être utilisés par les personnes présentant un handicap, en étant adaptés à leurs différents besoins. Garantir cette accessibilité est une mission de tous les instants et de tout premier plan pour la Poste et son service spécialisé Accessibility, de l'État-major GRCS (Gouvernance, Gestion des risques, Compliance, Sécurité).

## Codes de conduite

Poste CH SA



PostFinance





# Poste d'observation

*A ne pas manquer*

**98%**

Près de 98% de nos apprenti(e)s **réussissent leur examen final**. C'est là un chiffre qui atteste le haut niveau de qualité de la formation proposée par la Poste.

**34**

C'est le nombre de **nationalités** représentées par les jeunes que nous formons: une richesse culturelle qui reflète la Suisse moderne et qui nous rend plus forts.

**55%**



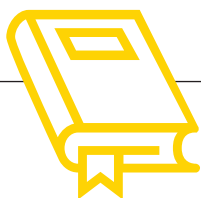
En moyenne, plus de la moitié des personnes en formation restent chez nous après leur examen de fin d'apprentissage: **un investissement durable de notre entreprise pour l'avenir**.



## Un avenir prometteur pour les jeunes en jaune

A la Poste, la formation des jeunes nous tient particulièrement à cœur. Les jeunes professionnels qui ont accompli une formation initiale sont parfaitement armés pour l'avenir. Voici les chiffres actuels.

Texte: Ludovic Cuany



**636**

C'est le nombre d'apprenti(e)s, de stagiaires et d'étudiant(e)s qui ont achevé avec succès leur formation chez nous dans 17 métiers. **Un grand merci pour cet engagement!**

**700**

C'est le nombre approximatif de **places d'apprentissage** proposées à la Poste pour l'année de formation à venir, et ce dans toute la Suisse!



**34,9%**

Près d'un tiers des jeunes diplômé(e)s sont des **femmes**. Promouvoir la diversité, l'inclusion et l'égalité est une priorité pour la Poste. Notre personnel est à l'image de la société.



Tu es intéressé(e) par une formation à la Poste ou tu as des ami(e)s qui pourraient l'être? Toutes les informations sur les places de formation disponibles sont ici: [poste.ch/apprentissage](https://poste.ch/apprentissage)



# Un toit pour chacun

Nadia von Veltheim a pris les rênes de l'unité Immobilier Management et Services (IMS) de la Poste en janvier 2020. La diversité de son travail la fascine chaque jour.

### Pourquoi la Poste a-t-elle besoin d'IMS?

Je répondrai en quelques mots: pour que chaque membre du personnel de la Poste ait le bon toit au-dessus de la tête. Nous louons des espaces pour les unités de la Poste, nous sommes responsables de la maintenance technique et nous veillons à ce que les bâtiments et les installations, ainsi que les postes de travail, soient propres, sûrs et fonctionnels. Notre mission consiste aussi à gérer le gigantesque portefeuille immobilier de la Poste: nous planifions, construisons, développons, achetons et vendons des immeubles. Quant aux locaux vacants, nous les louons à des tiers afin de générer des recettes supplémentaires pour le groupe. Nous nous occupons de toutes les questions en lien avec l'immobilier, si bien que les unités de la Poste peuvent se concentrer sur leurs tâches principales.

### Qu'est-ce qui te plaît le plus dans ton travail chez IMS?

L'éventail des domaines concernés: il est si vaste que je découvre encore de nouvelles choses chaque jour! Nous couvrons l'ensemble du cycle de vie d'un immeuble et gérons des bâtiments logistiques, des surfaces commerciales, des logements, des bureaux, des filiales et des entrepôts. Pour être à la hauteur de la tâche, les équipes d'IMS sont composées de spécialistes du nettoyage, d'électriciens, de gérants d'immeuble, de gestionnaires de portefeuille et même d'agents d'entretien de la glace. Plus d'un millier de collaboratrices

et de collaborateurs s'occupent de quelque 2000 immeubles et gèrent une énorme surface de 2,7 millions de mètres carrés, soit l'équivalent de 380 terrains de football.

### En quoi consiste l'engagement d'IMS dans le cadre de la nouvelle stratégie Poste de demain?

Nous sommes impliqués dans de nombreux projets liés à la nouvelle stratégie. IMS joue par exemple un rôle de premier plan dans le programme Traitement de demain de Services logistiques (LS): nous recherchons de nouveaux sites appropriés et procédons à leur acquisition, nous développons le projet avec LS et nous gérons la construction des centres logistiques. Nous sommes aussi pleinement engagés dans le domaine de la durabilité des bâtiments. Nous apportons une contribution importante à l'objectif climatique de la Poste, que ce soit au niveau du remplacement des chauffages à énergie fossile, de la modernisation énergétique des bâtiments, de l'aménagement de nouvelles installations photovoltaïques ou du développement des infrastructures nécessaires à la recharge des véhicules électriques. (SL)

### Bref portrait de Nadia von Veltheim

Nadia von Veltheim, 39 ans, a vécu dans de nombreux pays au cours de son enfance – Algérie, Espagne, France et Allemagne – et réside en Suisse depuis 21 ans. En janvier 2020, elle a pris les rênes de l'unité Immobilier Management et Services (IMS) de la Poste. Economiste d'entreprise, elle a travaillé en dernier lieu chez Lidl Suisse et chez Migros, où elle a exercé des fonctions dirigeantes dans le domaine de l'immobilier et du développement. Durant son temps libre, elle aime faire du sport et goûter aux plaisirs de la table.



A ne pas manquer:  
Nadia von Veltheim «sur le gril»  
dans le cadre d'un entretien



Nadia von Veltheim est plurilingue et a grandi dans un environnement international.



# Comment la Poste est-elle perçue?

En cette période inhabituelle, il est très important de connaître l'avis du personnel. Comme à l'accoutumée, le sondage annuel du personnel a eu lieu au début de l'été. Bon nombre d'entre vous ont saisi cette opportunité pour s'exprimer. La Direction du groupe remercie l'ensemble des participantes et des participants de leur précieuse contribution. Les réponses obtenues nous permettent de savoir comment les membres du personnel se sentent au sein de leur équipe, ce qu'ils apprécient dans l'entreprise et d'identifier le potentiel d'amélioration. Les résultats pour le groupe, les unités et les unités de fonction ainsi que pour CarPostal et PostFinance seront disponibles dès le 25 août sur PostWeb: [web.post.ch/sondage-du-personnel](http://web.post.ch/sondage-du-personnel) (IK)



Dès le 25 août, scanne le code QR ci-contre pour découvrir les résultats du sondage du personnel.



## L'heureuse gagnante

«Nous avons profité pleinement de ce moment exceptionnel en compagnie de notre directeur général», affirme Simone Oprandi. Dans le cadre du concours photo «Sang jaune», la responsable d'équipe chez RéseauPostal à Aarau a remporté le premier prix: un souper en compagnie de Roberto Cirillo. Accompagnée de son mari Giovanni, elle a retrouvé Roberto à Zurich pour cuisiner et manger avec lui. «J'avoue que j'étais un peu nerveuse au départ, mais à peine nous étions-nous salués que j'ai senti ma tension retomber. Le mo-

ment d'éplucher les légumes venu, j'avais l'impression de discuter avec un collègue de travail de longue date», se souvient Simone. Et d'ajouter: «Nous avons échangé très ouvertement, en abordant aussi bien des sujets professionnels que privés, et nous avons philosophé sur la Poste de demain. J'ai aussi été agréablement surprise quand Roberto s'est proposé pour nous raccompagner jusqu'à la gare en voiture.» Cette soirée restera donc un excellent souvenir pour les convives (SM)



Un délicieux repas ponctué d'agréables discussions pour la gagnante du concours: Simone Oprandi et son mari Giovanni (tout à droite) aux fourneaux avec Roberto Cirillo. Au menu, steak de filet de bœuf sauce Marsala, accompagné de pommes de terre au romarin.



# Tirer profit de ses échecs

Un projet qui tombe à l'eau, une entreprise qui s'enlise, une mise en œuvre balbutiante: qui n'a jamais connu ça? Dans toutes les entreprises, la voie qui mène au succès est pavée de revers; et pourtant, on ne parle en général que des résultats positifs. Les Failure Tales envisagent les choses différemment: cette série de manifestations internes se penche sur les échecs dans l'univers de la Poste. Car nous pouvons apprendre beaucoup de nos erreurs. C'est ainsi que nous vivrons la culture de demain.

La série de manifestations Failure Tales est une initiative des collaborateurs de la Poste pour les collaborateurs de la Poste. Si tu veux t'engager, toi aussi, organiser un événement, raconter l'histoire d'une petite déconfiture dans ton quotidien professionnel ou d'un projet qui a battu de l'aile, écris-nous à [failuretales@poste.ch](mailto:failuretales@poste.ch) (CL)

### Prochain événement

Le prochain événement aura lieu le 20 septembre 2021 de 16h30 à 17h30, en ligne et en allemand. Les Failure Tales peuvent se dérouler dans n'importe quelle langue officielle, selon les intervenants. Inscris-toi sur [events.post.ch/events/Failure-Tales\\_Vol\\_V](https://events.post.ch/events/Failure-Tales_Vol_V) ou scanne le code QR ci-dessous.



Scanne le code QR ci-contre pour ouvrir la page d'inscription aux Failure Tales (événement en allemand).

# Apprends ce qui te plaît!

C'est exactement le but de la campagne Learnscout. La Poste t'ouvre l'univers des offres de formation externes en ligne. Ce faisant, elle te donne le choix: apprend ce que tu veux, quand tu veux. Il n'y a aucune limite, simplement un pacte. Tu cherches par toi-même sur Internet les contenus didactiques qui te passionnent, et ensuite, tu rends compte de tes expériences d'apprentissage. En échange, la Poste soutient financièrement ton projet d'apprentissage. La campagne Learnscout se déroule en quatre étapes:

1. Détermine ton objectif d'apprentissage.
2. Recherche l'offre d'apprentissage en ligne qui correspond: plateforme, cours, module.
3. Inscris-toi en tant que Learnscout.
4. Envoie-nous ton compte rendu.

La campagne Learnscout est aussi destinée aux collègues qui n'ont pas leur propre compte Poste. Le PDF contenant toutes les informations doit cependant être téléchargé depuis le site Internet de la campagne (voir le lien ci-dessous) et transmis par une personne qui possède un compte. Inscris-toi dès maintenant! (FG)

Plus d'infos sur le site de la Poste:  
[postchag.sharepoint.com/sites/Lernscout](https://postchag.sharepoint.com/sites/Lernscout)







## Flexible et mobile

Pionnière parmi les employeurs, la Poste ouvre de nouvelles voies: notre quotidien professionnel devient plus flexible. Ce sont les tâches que nous accomplissons qui déterminent où et comment nous travaillons.

Passer directement du petit-déjeuner au bureau, sans sortir de chez soi: c'est ce qu'ont vécu la plupart des collaboratrices et des collaborateurs de la Poste au cours de la dernière année et demie. La pandémie nous a appris que le télétravail fonctionne souvent très bien. Planifier, coordonner, rédiger des présentations et s'accorder avec les autres lors de réunions virtuelles: tout cela se passe sans accroc. Le revers de la médaille: il est plus difficile d'opérer une séparation nette entre travail et vie privée. Et les réunions qui se déroulent en présentiel pour les unes et en ligne pour les autres constituent elles aussi un défi. La leçon la plus importante est toutefois la suivante: une collaboration réussie s'appuie sur des expériences communes et des échanges personnels avec les collègues, les clients et les partenaires.

### Principes directeurs pour notre travail

A l'heure où la normalité reprend ses droits, la Poste veut encourager la flexibilité au travail. C'est pourquoi la Direction du groupe a édicté la directive fonctionnelle SmartWork et ses principes directeurs, qui aideront les collaboratrices et les collaborateurs à se familiariser avec un mode de travail flexible et mobile, que ce soit

dans les locaux de la Poste, chez soi ou en déplacement. L'idée centrale de cette directive: l'équipe et la ou le responsable de conduite décident ensemble des modalités de travail.

Dans le cadre de notre collaboration, nous agissons systématiquement en fonction des besoins de notre clientèle et de nos partenaires, en respectant toujours le mot d'ordre «business first»: les intérêts commerciaux restent prééminents. Ce sont la nature des tâches à accomplir et les exigences en rapport qui déterminent le mode de collaboration et le lieu de travail. Le temps passé en commun au bureau restera pour nous la forme de travail dominante. Elle sera complétée par le télétravail, qui est déjà partie intégrante de notre collaboration.

Nous nous abstenons délibérément de réglementer le télétravail ou l'obligation de présence au bureau au travers de directives détaillées. Grâce à cette flexibilité et à la responsabilité individuelle accrues au sein des équipes, nous faisons un grand pas vers la culture visée de la Poste de demain. Ce faisant, nous veillons toutes et tous – collaboratrices, collaborateurs et responsables de conduite – à conserver un équilibre sain entre travail et vie privée. (IK)





“Chaque jour, un volume de matériel équivalant à 13 000 caisses de bière est livré sur le chantier.”

# Logistique futée pour mégachantier

La Poste et le groupe Amberg Loglay, spécialisé dans les technologies et la logistique, gèrent toute la logistique de chantier pour le nouveau centre de recherche de Roche, à Bâle. Yvette Körber et Daniel Vögeli évoquent ce chantier de tous les records.

Interview: Sandra Gonseth

**Dans le cadre du «Swiss Logistik Award», la Poste a remporté la médaille d'argent avec le projet Roche. Qu'est-ce qui fait la particularité de ce vaste chantier?**

Daniel Vögeli: Dans le cadre de la construction du centre de recherche de Roche, à Bâle, nous sommes confrontés à un défi de taille: il s'agit d'un très grand chantier situé dans un quartier résidentiel, c'est-à-dire dans un environnement où l'espace est très limité. Nous avons donc mis en place un entrepôt de consolidation à Pratteln, à une certaine distance du chantier. C'est là que tous les fournisseurs livrent le matériel, qu'il nous faut ensuite préparer pour le transférer sur le chantier au moment précis où il va y être utilisé.

**Quel est l'avantage de procéder de la sorte?**

Daniel Vögeli: Nous pouvons maintenir les coûts à un bas niveau, car les flux de matériaux sont précisément coordonnés avec le processus de construction. De plus, nos deux camions à propulsion électrique sont peu bruyants et permettent de limiter les émissions de CO<sub>2</sub>, un avantage particulièrement appréciable dans cette zone résidentielle. Résultat: une réduction du trafic de chantier qui atteint 60%.

**Comment fonctionne ce gigantesque chantier?**

Yvette Körber: La construction d'une tour représente un défi technique du fait de sa hauteur. Et un laboratoire concentre de nombreuses installations techniques, autrement dit beaucoup de matériel. A Bâle, nous cumulons les deux contraintes: le bâtiment de recherche compte en effet 25 étages, dont six en sous-sol, et il est truffé de matériel technique. Les exigences sont donc multiples.

**Quel volume de matériel la Poste livre-t-elle chaque jour sur le chantier?**

Daniel Vögeli: Nous réceptionnons quotidiennement 40 livraisons acheminées par camion dans notre entrepôt de consolidation, qui est donc soumis à une forte pression. Pour ce chantier de 5000 m<sup>2</sup>, livrer la totalité du matériel directement sur le site serait tout bonnement impossible, vu le peu d'espace à disposition.

Yvette Körber: Pour donner une meilleure idée, la Poste livre quotidiennement l'équivalent de 13000 caisses de bière sur les différents niveaux de ce chantier. Et chaque jour, environ 1400 ouvriers travaillent dans les étages quand l'activité bat son plein. Des points de restauration conformes aux normes sanitaires ont été installés pour eux dans le parking. En fait, l'ensemble fonctionne comme une communauté concentrée dans un tout petit espace.

L'entretien intégral: [www.logistikpunkt.ch/fr](http://www.logistikpunkt.ch/fr)



Yvette Körber,  
CEO d'Amberg Loglay



Daniel Vögeli, responsable  
Solutions sectorielles Poste



7 RECURS AUX ENERGIES RENOUVELABLES



9 INNOVATION ET INFRASTRUCTURES



11 VILLES ET COMMUNAUTES DURABLES

poste.ch/sdg



### Nouvelle app

La toute nouvelle application ePost a plus d'un tour dans son sac: elle permet de recevoir des documents en ligne, de scanner des documents et d'organiser ton archivage en un seul emplacement. Les titulaires d'un compte auprès de Credit Suisse peuvent également payer leurs factures à partir de l'application. ePost te permet de gérer tes documents dans une seule application au lieu d'avoir à passer par plusieurs portails clients. L'offre est continuellement étendue: les fonctionnalités sont élargies et les entreprises sont de plus en plus nombreuses à proposer leurs services sur l'application. De nouveaux raccords aux banques seront notamment ajoutés. C'est le fournisseur informatique KLARA, dont la Poste est l'actionnaire majoritaire, qui a développé l'application ePost. L'unité Services de communication entend apporter un soutien déterminant à l'économie ainsi qu'à la population suisse dans le cadre de la transformation numérique. Grâce à la nouvelle application ePost, un jalon important est désormais posé.

**L'application ePost peut être téléchargée gratuitement depuis l'App Store et Google Play Store.**

### Vert primé

Dans le cadre de l'initiative Lean & Green, la Poste s'est vu décerner une récompense pour son engagement visant à réduire ses émissions de CO<sub>2</sub> dans le transport et la logistique. En cinq ans, elle a réduit ses émissions de CO<sub>2</sub> de 20% grâce à des mesures telles que la formation à la conduite écologique, l'optimisation des systèmes et des processus logistiques de transport, l'acquisition de véhicules électriques et l'utilisation de biodiesel.



Anne Wolf, responsable Corporate Responsibility de la Poste, lors de la remise des distinctions.



poste.ch/sdg

### Labo du futur

Le laboratoire d'innovation de PostFinance, PFLab, a un nouveau nom: il s'appelle désormais VNTR. Les quatre lettres se prononcent comme un sigle. Ce nom se compose des consonnes du terme anglais «venture», qui signifie audace, courage entrepreneurial et goût du risque; dans l'univers de la finance, «venture» désigne aussi le capital-risque. Le laboratoire continuera de lancer des innovations, de valider des projets pilotes sur le marché, de participer à des start-up et de se pencher sur des thématiques d'avenir et les nouvelles technologies.

### Tour de Poste 2021

Tu as des questions sur la Poste et sa nouvelle stratégie? Inscris-toi au Tour de Poste pour en discuter avec Roberto Cirillo et d'autres responsables de conduite.



#### Dates et lieux:

- 23.09.2021 Bâle
- 29.09.2021 Sempach
- 30.09.2021 Tesserete
- 07.10.2021 Maienfeld
- 12.10.2021 Eclépens
- 13.10.2021 Morat



Inscription et informations:  
[poste.ch/tour-de-poste-inscription](https://poste.ch/tour-de-poste-inscription)  
et via le code QR ci-contre

### Participe!

La pride est une grande manifestation pacifique, organisée par la communauté LGBTQIA+ de Suisse et par les personnes qui la soutiennent. Le réseau RAINBOW de la Poste sera de la partie en tant que groupe. Rejoins-nous, inscris-toi par e-mail et participe!

Pride de Zurich: le 4 septembre 2021;  
Pride de Genève: le 11 septembre 2021  
Contact: [rainbow@poste.ch](mailto:rainbow@poste.ch)





# L'online banking est-il sûr?

Ton argent est à l'abri, en ligne aussi. Nos réponses aux questions brûlantes sur le phishing, la fraude sur Internet et la négligence s'agissant de tes finances.

Texte: Lea Freiburghaus

Illustration: Doreen Borsutzki

### “Comme je crains d'être victime d'une opération de phishing\*, je préfère renoncer à l'online banking.”

Quelques conseils pour utiliser l'online banking en toute sécurité:

- Méfie-toi des e-mails que tu reçois sans les avoir sollicités.
- Supprime les e-mails suspects, ne clique sur aucun lien et n'ouvre aucun document douteux.
- Ne te connecte pas à des sites Internet externes, même s'ils paraissent authentiques.
- Ne réponds pas aux e-mails suspects et ne communique jamais par voie électronique des données confidentielles, telles que mot de passe, nom d'utilisateur ou encore numéro de carte de crédit.
- Si tu soupçonnes une possible opération de phishing, adresse-toi directement à l'expéditeur.

– Veille à mettre à jour régulièrement ton système d'exploitation et ton logiciel antivirus.



\* Tentative d'obtention de données personnelles (comme les données d'accès pour l'online banking) par le biais d'e-mails ou de sites Internet frauduleux.



### “Combien y a-t-il de barrières de sécurité intégrées dans le système pour prévenir l'accès à mon patrimoine?”

PostFinance a mis en place un système de sécurité à

plusieurs niveaux, qui s'appuie notamment sur un login sécurisé et sur une connexion cryptée. Par ailleurs, PostFinance dispose d'un système de contrôle des fraudes en temps réel baptisé Operational Intelligence, qui surveille les paiements. S'il signale une transaction suspecte, PostFinance contacte le client pour savoir si ce paiement doit vraiment être effectué. Dans l'idéal, il est ainsi possible de prévenir l'escroquerie. Dans l'éventualité où un préjudice est subi à la suite d'une attaque technique qui n'a pu être empêchée dans le cadre de l'e-banking ou via la PostFinance App, PostFinance le prend en charge jusqu'à concurrence de 100 000 francs par cas.



### “Je crains de commettre des erreurs.”

Le Contact Center fournit une assistance à la clientèle à tout moment, et ce de manière simple et rapide. Par ailleurs, PostFinance investit beaucoup dans les mesures de sensibilisation de sa clientèle. Des cours sont proposés par la Haute école de Lucerne (EBAS: l'eBanking en toute sécurité!) et dans les filiales de PostFinance (Premiers pas dans le Digital Banking et Gérer ses finances en ligne).

### “Abus: est-ce à moi de fournir la preuve que je ne suis pas la personne qui a exécuté l'opération en question?”

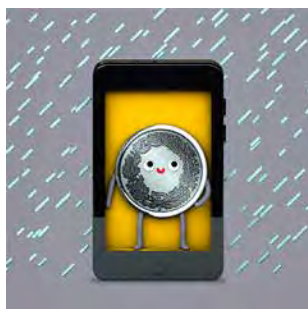
Les conditions de participation précisent ce que le client doit faire quand il est victime d'une attaque technique. Il est important qu'il coopère au processus de clarification du sinistre. S'il refuse de le faire ou s'il agit de manière gravement négligente en ne respectant pas son obligation de diligence, le préjudice subi n'est pas pris en charge.

### “Qu'advient-il en cas de perte ou de vol de mon téléphone mobile?”

En cas de perte, il faut immédiatement prévenir le Contact Center et faire bloquer l'accès.

### “Les opérations bancaires sur mobile ne sont pas sûres, car il n'est pas protégé par un logiciel antivirus.”

Le mobile banking n'est pas moins sûr que l'online banking sur un ordinateur. Avec un téléphone mobile, il est possible d'exécuter des opérations financières directement via la PostFinance App, qui est sécurisée. Il faut éviter toute manipulation du téléphone mobile et ne pas y installer des applications qui ne sont pas autorisées.



Sandra Lienhart

Titulaire d'un Executive MBA ZFH (Haute école de gestion de Zurich (HWZ) et University of Darden, Etats-Unis), cette banquière a rejoint PostFinance en mars 2020. Elle occupe le poste de Chief Business Unit Officer Retail Banking et est membre du comité directeur de PostFinance.

### Que faut-il pour que la clientèle éprouve le sentiment, somme toute très subjectif, d'agir en toute sécurité?

Pour moi, la sécurité est indissociable de la confiance et de la responsabilité individuelle, deux valeurs complémentaires qui contribuent à donner à notre clientèle un véritable sentiment de sécurité.

### Le nouveau spot publicitaire de PostFinance mentionne ton nom. Tu donnes ainsi un gage de sécurité. Comment le vis-tu?

J'ai accepté sans hésiter de participer à cette campagne car j'ai pleinement confiance en l'online banking de PostFinance, et c'est précisément ce sentiment que j'ai voulu communiquer à notre clientèle. Me retrouver face à la caméra m'a fait un drôle d'effet, car cela ne m'arrive pas tous les jours.

### As-tu reçu des commentaires en réaction à cette campagne?

Oui, ils ont été nombreux et globalement positifs. Je pense que les gens ont été rassurés par le fait qu'une personne se porte garante.

### Pratiques-tu l'online banking depuis longtemps?

J'ai l'impression que c'est depuis toujours. Je fais confiance aux gens et à la technologie, mais pas aveuglément. J'utilise l'online banking sans crainte, mais en m'en tenant strictement aux consignes de sécurité.



Scanne le code QR pour visionner le spot avec Sandra Lienhart, qui a été diffusé de la mi-mai à la mi-juin.

# Le Service à la clientèle met la gomme

Chaque contact client est une opportunité. Urs Hochuli, responsable Services aux voyageurs, explique ce que fait CarPostal pour satisfaire les voyageurs.

### Comment faire pour rendre les expériences client uniques, individuelles et marquantes?

Les membres du personnel qui sont quotidiennement en contact avec la clientèle peuvent, par exemple, l'informer sans tarder lors de perturbations de l'exploitation et lui garantir des expériences positives en se montrant serviables et prévenants. Et pour ceux qui sont rarement en contact direct avec la clientèle, il s'agit, avant de prendre une décision, de se poser la question: «Ma décision profite-t-elle à la clientèle?»

### CarPostal dispose de plus de 200 points de contact pour les voyageurs. Pourquoi cela va-t-il changer?

Aujourd'hui, les clients doivent choisir parmi 200 numéros de téléphone lorsqu'ils ont besoin d'une information ou souhaitent faire une suggestion. Nous allons mettre en place un système de téléphonie fonctionnant avec un nombre réduit de numéros. Ainsi, le client n'aura plus à chercher laborieusement le numéro approprié en



fonction de sa région; il lui suffira de composer un numéro central pour être ensuite mis en relation avec le bon interlocuteur. Le nouveau système sera testé en Suisse romande et en Suisse orientale à partir de septembre.

### Cela modifiera-t-il aussi le travail du Service à la clientèle?

Le Service à la clientèle de CarPostal a deux missions principales: satisfaire la clientèle et mieux connaître ses besoins. Les réactions des clients nous permettent d'améliorer le niveau de qualité. Dans ce domaine, nous avons encore du potentiel à exploiter.

### Quels sont les futurs défis de la culture centrée client chez CarPostal?

C'est un projet au long cours qui nous accompagnera pendant de nombreuses années. Etant pendulaire moi-même, je voyage souvent en car postal et je suis toujours ravi de constater à quel point notre personnel de conduite est sympathique. Mais l'approche centrée client va beaucoup plus loin: elle fait partie intégrante de notre stratégie, de tous nos projets et de tous nos processus de développement. (VG)



Urs Hochuli

### Que signifie "approche centrée client" à la Poste?

- Anticiper les besoins de la clientèle en prêtant attention au comportement du client, étudier les tendances du marché et analyser nos données.
- Façonner l'expérience client de manière consciente et globale. Cela nous permet de satisfaire et de fidéliser notre clientèle tout en nous démarquant de nos concurrents.
- Ce qui ne veut pas dire qu'il faut tout sacrifier au client, à n'importe quel prix: nous gardons toujours à l'esprit les coûts et la faisabilité.
- Chacune et chacun peut cultiver une approche centrée client. Celles et ceux qui ne sont pas en contact direct avec le client final ont des clients internes.

Toutes les informations concernant la nouvelle culture sont sur PostWeb: [web.post.ch/culture](http://web.post.ch/culture)





## Le plein de soleil

A Brugg, en Argovie, un car postal électrique roule à l'énergie solaire depuis juin 2021. Sa particularité: la batterie est rechargée dès que le conducteur fait une pause à la gare. Un capteur de courant, que l'on nomme pantographe, descend et se fixe au toit du véhicule. Grâce à ces recharges régulières, le véhicule est équipé d'une batterie plus petite que celle des modèles qui ne sont rechargés qu'une fois par jour. Résultat: le véhicule est moins lourd, plus efficace et plus écologique. Et ce n'est pas tout: le nouveau car postal a du soleil dans le réservoir, puisque des cellules solaires installées sur le toit de la gare routière de Brugg génèrent l'intégralité de l'électricité nécessaire au fonctionnement du véhicule.

La mise en service du car postal électrique à Brugg est le résultat de partenariats avec le canton d'Argovie, les communes du site de Brugg et de Windisch ainsi que le fournisseur d'énergie IBB Energie AG, qui s'est chargé d'installer les panneaux solaires. Le concept de recharge électrique au moyen d'un pantographe est nouveau chez CarPostal. Ces expériences novatrices contribueront à faire avancer le passage de la flotte diesel à des modes de propulsion alternatifs. CarPostal prévoit d'équiper des dépôts et des réseaux de lignes entiers avec des véhicules fonctionnant grâce à des modes de propulsion alternatifs: d'ici 2024, ce sont en tout 100 cars à propulsion électrique et à pile à combustible qui seront mis en circulation. (UB)



Le pantographe s'abaisse sur le toit du car postal. La batterie du véhicule est ainsi rechargée à l'énergie solaire.



poste.ch/sdg

Innovateurs



Eric Imstepf et Martin Neubauer

## Vincent enchante les voyageurs

Dans le quartier d'Uvrier, à Sierre (VS), le service de transport autonome SmartShuttle entre dans une nouvelle phase de test, qui durera six mois. Les clients peuvent réserver les véhicules SmartShuttle via l'application pour des itinéraires spécifiques. Le système d'information de la clientèle est nouveau, lui aussi: Vincent, un avatar numérique, interagit avec les voyageurs; il répond à leurs questions sur les liaisons ferroviaires et les activités dans la région, en se montrant on ne peut plus sympathique, sans oublier une bonne dose d'humour. Outre la Poste, différents partenaires issus de l'économie et de la recherche participent au projet SmartShuttle. Ensemble, ils œuvrent pour développer la mobilité autonome. Les deux innovateurs du mois, Martin Neubauer, responsable de projet global de la conduite autonome CarPostal, et Eric Imstepf, gestionnaire du projet Open Innovation et responsable du Mobility Lab, nous présentent le projet dans une vidéo en ligne (code QR ci-dessous). (IK)



Scanne le code QR ci-contre et visionne la vidéo qui présente les innovateurs du mois.



«Avec Valuu, j'économise  
du temps et de l'argent  
avec mon hypothèque.»

Nous t'offrons  
**CHF 2500.-**  
pour ton hypothèque



Valuu est la plateforme de comparaison et de conclusion d'hypothèques. Avec les meilleurs taux d'intérêt de plus de 100 partenaires, conseil personnel et totalement gratuite.

**Profitez maintenant sur [valuu.ch/promo](https://www.valuu.ch/promo)**



## Offres du moment pour le personnel

«Im Alpenwagen durch die Schweiz – Fahrzeuge von 1919 bis 1971»: tel est le titre de la dernière publication de Jürg Biegger dans son édition consacrée aux véhicules utilitaires historiques. L'ouvrage comporte 192 illustrations. La plupart d'entre elles sont des photos de cars postaux et des fac-similés d'horaires. Les membres du personnel bénéficient d'une réduction de 25% et peuvent l'obtenir au prix de 51 francs au lieu de 68 francs, frais de port compris. Cerise sur le gâteau: les trois premiers à passer commande recevront le livre en cadeau.

A commander par e-mail à [juergbiegger@hotmail.com](mailto:juergbiegger@hotmail.com) avec la mention «Pmag Post Alpenwagen» en objet, en indiquant le numéro personnel, le nom et de l'adresse complète. Le paiement se fait sur facture. Offre valable jusqu'au 30 septembre 2021. En savoir plus: [hnf.ch](http://hnf.ch)



### Participe sans plus attendre!

Indique-nous ton terme  
du jargon postal ou envoie  
ta photo d'un objet curieux  
utilisé à la Poste à l'adresse  
[redaction@poste.ch](mailto:redaction@poste.ch)

## Devine un peu

A la Poste, que désigne l'expression «les points noirs»? Question posée par Pius Graf, d'Appenzell. Nous attendons avec impatience ta proposition concernant ce bel exemple de jargon postal! Ecris-nous à l'adresse [redaction@poste.ch](mailto:redaction@poste.ch), objet: «Photo mystère». Avec un peu de chance, tu remporteras un bon ifolor d'une valeur de 100 francs.

### Toutes nos félicitations...

... à Peter Müller. La photo de Kurt Ammann représente une pince à plomber. «Cet instrument permettait de sceller les dépêches avec feuille d'expédition à destination de l'étranger: un cordon spécial était passé en croix dans les trous d'un sceau de plomb, puis fixé autour de la fermeture du sac. Ensuite, l'empreinte de l'office expéditeur était apposée sur ce sceau de plomb à l'aide de la pince», explique Kurt Baumann, ancien des ambulants. Un grand merci pour ce descriptif détaillé!

*Autrefois*

(vers 1930)



## Un travail d'hercule

Le fonctionnaire postal de la Confédération portait l'uniforme boutonné, les boîtes aux lettres officielles étaient encore vert foncé, les enseignes postales arboraient les couleurs rouge et blanc, et les chariots à bras étaient dotés de roues à rayons avec des pneus en caoutchouc plein. La photo a été prise entre 1926 et 1932. Ce fonctionnaire de distribution anonyme partageait la chaussée à égalité avec les piétons, les bicyclettes (en train d'émerger), les tramways et quelques rares automobiles. Une scène inimaginable aujourd'hui. Mais ce fonctionnaire aurait-il pu se douter que, près d'un siècle plus tard, des colis triés par des machines seraient livrés au moyen de scooters électriques? Et que le personnel de distribution porterait des vêtements fonctionnels?



## FIDÉLITÉ À LA POSTE

### 50 ans

#### Immobilier

Badertscher-Gerber Verena, Wasen im Emmental

### 45 ans

#### Personnel

Gissler Max, Bern

#### Services logistiques

Aebi Urs, Gelterkinden  
Aeby Canisius, Farvagny  
Berdat Gilles, Rothenburg  
Brosi Roland, Basel  
Fuhrer Rudolf, Härkingen  
Geissbühler Alain, Sugiez  
Rieder Bernard, Genève  
Savioz Yvon, Sion  
Vaucher René, Genève  
von Rohr Kurt, Hägendorf  
Vuignier Patrice, Genève

#### RéseauPostal

Fasel Jean-Jacques, St-Cergue  
Lièvre-Torche Marianne, Hauterive NE  
Strozzege-Sidler Rosmarie, Genève  
Walser Marianne, St. Gallen

#### Services de mobilité

Keller Jakob, Hottwil

#### Presto Presse-Vertriebs AG

Mater Ruth, Wetzikon ZH

### 40 ans

#### Personnel

Pannatier-Esseiva Marie-Claude, Morges

#### Services logistiques

Baumann-Hänggeli Patricia, Montreux  
Blank Rudolf, Baar  
Bolle Martial, Eclépens  
Bollhalder Jakob, Nesslau  
Borer Thomas, Basel  
Bourban Jean-Marc, Haute-Nendaz  
Brügger André, Fribourg  
Candolfi Nelson, Locarno  
Cathomas Stefan, Schmerikon  
Christinaz Jean-Pierre, Genève

Cotrotzo Roman, Rorschach  
Dafflon Henri, Fribourg  
Délez Henri, Martigny  
Fischer Beat, Basel  
Francescato Pierre, Genève  
Froidevaux François, La Chaux-de-Fonds  
Garcia-Barral Maria d. Carmen, Zürich

Gerber Thomas, Birr-Lupfig  
Habegger Christian, Willisau  
Heierli Markus, Neukirch  
Henchoz Philippe, Chailly  
Hodel Roland, Härkingen  
Imfeld Anton, Zürich  
Isenschmid Franz, Willisau  
Jappert Stefan, Rothenburg  
Kneubühler Bernhard, Reiden  
Krummenacher Rudolf, Ruswil  
Kryenbühl Michael, Buchs ZH  
Liechti Urs, Luzern  
Lötscher Guido, Härkingen  
Luinetti Jean-Maurice, Lonay  
Meier Jean-Daniel, Renens  
Meier Lorenz, Rapperswil SG  
Morerod Laurent, Yverdon  
Moretti Paolo, Arbedo  
Moser Ueli, Härkingen  
Perler-Bruegger Béatrice, Bern  
Perrin Martial, Vuiteboeuf  
Perrin Maryline, Eclépens  
Perrone Bruno, Basel  
Reynard Joël, Savièse  
Richli Erich, Luzern  
Ringgenberg Paul, Uetendorf  
Rohrer Martin, Luzern  
Rolli Adrian, Oetwil am See  
Rüedi Michael, Steckborn  
Sarbach Daniel, Mägenwil  
Schneider Sandrine, Dailens  
Schöb Ernst, Gams  
Schweizer Martin, Ostermundigen  
Stutz Beat, Dättwil AG  
Suter-Pomella Giovanna, Bern  
Truttmann Felix, Kriens  
Unternährer Jean-Pierre, Allschwil  
Vagnières Jean-François, Dailens  
Waber Christian, Täfers  
Wechsler Bruno, Zürich  
Windlin Urs, Baar  
Zambaz Jean-Luc, Renens

#### RéseauPostal

Abel Patricia, Sierre  
Bettex-Walk Eric, Châtelaîne

Bollhalder-Brunner Edith, Wil  
Carbone-Ginesi Nathalie, Le Pont  
Cattin-Prongué Chantal, Porrentruy  
Chappalley Nicolas, Bulle  
Clericetti Egidio, Novazzano  
Cornamusaz Nicole, Lausanne  
Corral Alicia, Lausanne  
Meile Hansjörg, Zürich  
Rossi-Heiz Lea, Reinach AG  
Surdez-Beaud Christiane, Thierrens  
Zimmermann Monika, Landquart

#### PostFinance

Balzer Carmen Ursula, Netstal  
Burri-Schneeberger Barbara, Bern  
Germanier Béatrice, Vevey  
Hälg Adrian, Bern  
Kilchoer Bertrand, Zofingen  
Lienhart Hildegard, St. Gallen  
Pégaitaz-Chassot Christine, Bulle  
Pidoux Claude, Vevey  
Pochon Florence, Bern  
Wyss Marina, Bern

#### Services de mobilité

Caduff Marcel, Chur  
Hersperger Adrian, Laufen  
Zanini Giuseppe, Mendrisio

#### Swiss Post Solutions

Bachmann Grazyna, Zürich  
Meyer René, Zürich  
Mombello-Koch Marlise, Bern

#### Presto Presse-Vertriebs AG

Fuchs Rudolf, Urdorf  
Santurbano-Held Heidi, Urdorf  
Winter Annelies, Urdorf

## BON ANNIVERSAIRE

### 100 ans

Orlandini Wilhelmine, Zürich (18.09.)

### 95 ans

Besomi Emilio, Cadro (11.09.)  
Demarta Franco, Bioggio (28.08.)  
Gmuender Erwin, Goldach (14.09.)  
Kofel Ernst, Zürich (17.09.)  
Marti Gerold, Möriken AG (17.09.)  
Morinini Sergio, Orselina (16.10.)  
Pfeiffer Albert, Versoix (18.08.)  
Rempfler Josef, Appenzell (12.09.)  
Senn-Külling Alice, Neuhausen am Rheinfall (10.09.)  
Tièche Anny, Chur (14.09.)  
Wegmueller Christian, Biel/Bienne (07.10.)  
Werder Eduard, Chur (05.09.)

### 90 ans

Agustoni Luciano, Zürich (26.09.)  
Althaus Hans, Stein am Rhein (06.09.)  
Baumann Hugo, Rorschacherberg (20.10.)  
Bieler Beda, Sevelen (13.10.)  
Bissegger Berta, Zürich (26.09.)  
Bossard Lilly, Guntalingen (25.08.)  
Brebhüehli Alfred, Goldwil (09.09.)  
Bucher Verena, Stein AG (10.10.)  
Decarli Gianni, Minusio (07.10.)  
Decurnex Raymonde, Corsier-sur-Vevey (22.09.)  
Emery-Zogg Gisele, Lens (18.08.)  
Fernandez Isolina, Gijon (20.08.)



Francis Chesaux, facteur à La Tour-de-Peilz, en distribution au kiosque à journaux situé au lieu-dit Entre-deux-Villes (entre La Tour-de-Peilz et Vevey). Fin des années 1930.

Frei Hermann, Wilchingen (08.09.)  
Gantenbein Adam, Sevelen (04.09.)  
Gazzerro Guglielmo, Luzern (07.10.)  
Gozzi Germana, Bellinzona (11.10.)  
Hintermann Max, Bolligen (06.10.)  
Hostettler Ruth, Belp (17.09.)  
Huegli Pierre, Bussigny (03.09.)  
Inauen Josef, Brülisau (21.09.)  
Inderkum Hans, Sarnen (09.09.)  
Keller Hans, Zürich (02.09.)  
Knebel Rene, Leysin (12.10.)  
Koch Franz, Ruswil (17.09.)  
Kuchen Grethy, Biel/Bienne (21.08.)  
Lacroix Anne-Marie, Aubonne (26.10.)  
Mathis Margrit, Elsau (11.10.)  
Meier Jakob, Baden (25.10.)  
Meyer Walter, Pfeffingen (09.10.)  
Oeler Alfred, Hundwil (26.10.)  
Pernet Jean, Noville (24.08.)  
Pfister Pierrette, Neuchâtel (20.08.)  
Rauss Andre-Louis, Marly (01.09.)  
Regli Peter, Root (22.08.)  
Riti Margrit, Bern (07.10.)  
Ruegg Anton, Rüeterswil (13.10.)  
Sarbach Iwo, St. Niklaus VS (10.10.)  
Senn Walter, Langendorf (18.08.)  
Siza Yvette, Genève (21.08.)  
Stadelmann Margaretha, Luzern (22.09.)  
Steiner Johann, Engelburg (09.09.)  
Studer Otto, Zug (13.10.)  
Vessaz Rose, Chabrey (06.09.)  
Wettstein Adelbert, Zürich (24.09.)  
Winiger Anton, Geiss (10.09.)

### 85 ans

Balmer Lydia, Avry-devant-Pont (19.08.)  
Barelli Ivo, Prosito (18.10.)  
Baumann Therese, Langendorf (21.08.)  
Berger Claude, Lausanne (25.09.)  
Bezençon Willy, Begnins (07.10.)  
Biétry André, Biel/Bienne (03.09.)  
Boesch Anton, Kriens (18.08.)  
Blatter Christian, Wattenwil (20.10.)  
Boeschi Josef, Kriens (29.08.)  
Brutschi Adalbert, Eiken (04.09.)  
Burkhalter Edwin, Burgdorf (07.09.)  
Chioccarello Maria, Bern (04.10.)  
Christen Carl, Birsfelden (23.10.)



Contrat de travail de Francis Chesaux, vers 1900

Cobbioni Giovanni, Orselina (17.10.)  
 Duperrex-Martin Georges, Coligny (11.09.)  
 Enderli Hans, Zürich (11.09.)  
 Ettlin Leo, Wikon (23.10.)  
 Forrer Johann, Grabs (04.10.)  
 Freres Monique, Basel (02.09.)  
 Fresard Rene, Le Noirmont (24.09.)  
 Fumagalli Mario, Morbio Inferiore (31.08.)  
 Gieriet Fridolin, Bonaduz (27.09.)  
 Gieriet Edith, Bonaduz (14.10.)  
 Gischig Max, Baltschieder (18.09.)  
 Grivel Gilbert, Espagne (21.10.)  
 Guerin Rose-Marie, Echandens-Denges (29.08.)  
 Herrmann Ernst, Kleindietwil (01.10.)  
 Hess Fritz, Glashütten (28.08.)  
 Hofer Fritz, Kriens (29.09.)  
 Hurri Pierre, Payerne (17.09.)  
 Kägi Barbara, Goldach (27.08.)  
 Keller Albert, Therwil (26.09.)  
 Knoeri Silvia, Feutersony (01.10.)  
 Knöpfel Kurt, Chur (08.09.)  
 Korrodi Frieda, Ottikon (06.09.)  
 Krickel Ruth, Zürich (23.10.)  
 Krümel Anne-Marie, Aigle (12.09.)  
 Künzler-Breu Max, Lutzenberg (07.09.)  
 Lemmenmeier Georg, Winterthur (05.09.)  
 Loup René, Bern (06.09.)  
 Luethy Heinz, Turgi (12.10.)  
 Maillefer Francine, Orbe (04.10.)  
 Mazzola Franco, Viganello (08.09.)  
 Menghetti Rosita, Sala Capriasca (07.10.)  
 Messmer Otto, Naters (22.09.)  
 Meyer Fritz, Faulensee (30.08.)  
 Minnig Erwin, Glis (30.09.)  
 Mueller Kurt, Ebnat-Kappel (28.09.)  
 Pacitto Gerardo, Bern (26.09.)  
 Peter Ernst, Bischofszell (27.09.)

Pfeiffer Erwin, Liechtenstein (16.09.)  
 Piffaretti Arlette, Yverdon-les-Bains (13.09.)  
 Piller Josef, Birsfelden (08.09.)  
 Piller Peter, Düringen (10.09.)  
 Puglisi Tindaro, Italie (13.09.)  
 Reber Adolf, Höfen bei Thun (20.09.)  
 Reutimann Walter, Genève (02.10.)  
 Rhyner Hans, Rüti GL (13.10.)  
 RoCHAT Marcel, Les Charbonnières (31.08.)  
 Rodriguez Aquilino, Leon (25.08.)  
 Roux Jean, Grimisuat (10.09.)  
 Rusch Franz, Appenzell (04.09.)  
 Sangiorgio Rusca Giancarlo, Balerna (03.09.)  
 Sardellano Maria, Basel (28.09.)  
 Schilling Hermann, Landschlacht (24.09.)  
 Schlegel Hans, Buchs SG (28.08.)  
 Spahr-Marthiensen Ueli, Bödingen (19.10.)  
 Testorelli Angela, Morbio Superiore (21.09.)  
 Tschupp Silvio, Thuisis (22.08.)  
 Vermes André, Hongrie (18.09.)  
 Vonmoos Reto, Chur (03.10.)  
 Wiesli Alois, Wilen bei Wil (25.08.)  
 Wigger Rudolf, Kriens (04.09.)  
 Wuest Willi, Dulliken (18.09.)  
 Ziegler Edith, Affoltern am Albis (01.10.)  
 Zoller Robert, Münchenstein (06.10.)  
 Zueger Robert, Wangen SZ (07.10.)  
 Zwahlen Fritz, Sängernboden (24.10.)

## 80 ans

Aebi Urs, Herzogenbuchsee (03.09.)  
 Aerni Marie-Louise, Neuchâtel (03.09.)  
 Aeschlimann Jakob, Eriz (22.08.)  
 Akcaöz-Civan Hazel, Zürich (28.08.)  
 Algar Carmen, Zürich (11.10.)  
 Aliberti Domenico, Genève (11.09.)

Ammann Emil, Urdorf (05.09.)  
 Ammann Kurt, Oberwangen bei Bern (11.09.)  
 Arnold Richard, Zug (07.10.)  
 Arnold Hans, Reiden (02.09.)  
 Baechinger Heinz, Winterthur (02.09.)  
 Baumgartner Hans, Urdorf (05.10.)  
 Berclaz Michel, Loc (03.10.)  
 Bernardoni Luigi, Comano (23.08.)  
 Biefer Fritz, Scharans (21.10.)  
 Blanc Maurice, Ayent (23.09.)  
 Bolliger Paul, Winkel (23.08.)  
 Bonacina Heidy, Buchs ZH (14.09.)  
 Bonzon Bernard, Renens VD (16.09.)  
 Bozzini Guido, Malvaglia (12.09.)  
 Braegger Beat, Thürnen (14.10.)  
 Bruegger-Kohler Liselotte, Däniken SO (15.09.)  
 Brügger Hubert, Plasselb (22.08.)  
 Brumann Peter, St. Urban (28.09.)  
 Brunner-Reber Julia, Biel/Bienne (12.10.)  
 Burri Hans, Schüpfen (14.09.)  
 Charbonnet Norbert, Brignon (23.08.)  
 Cordey Bernard, Yverdon-les-Bains (29.09.)  
 Corti Erico, Giubiasco (21.10.)  
 Crettaz Marcel, Vex (22.10.)  
 Degiacomi Alberto, Appenzell (12.09.)  
 Del Don Pio, Bellinzona (09.10.)  
 Derungs Irena, Uors (05.10.)  
 Dietrich Sylvia, La Chaux-de-Fonds (22.09.)  
 Duppenhaler Ernst, Thun (12.10.)  
 Enzler Fritz, Walchwil (15.10.)  
 Fankhauser-Meier Linda, Aarwangen (02.10.)  
 Foaiada Armando, Lavertezzo (10.09.)  
 Fornerod Bernard, Morges (12.09.)  
 Fuhrer Therese, Niedergösgen (25.09.)  
 Gähler-Lenherr Anton, St. Gallen (07.10.)  
 Gasser Josef, Zug (30.09.)  
 Gerber-Thierrin Simon, Birr (16.09.)  
 Ghisletta Eros, Camorino (22.08.)  
 Gilardi Franco, Minusio (16.09.)  
 Gimmi-Stoffel Erika, St. Gallen (24.10.)  
 Grossen Arthur, Frutigen (05.10.)  
 Grossen Hans, Kandersteg (18.10.)  
 Groux Jocelyn, La Sarraz (07.09.)  
 Guerdat-Chanez Josiane, Boudevilliers (23.09.)  
 Hoesli Fridolin, Schlieren (24.08.)  
 Hugentobler-Steiner Hermann, Urdorf (06.10.)  
 Imhof Leo, Adligenswil (13.09.)  
 Iten Anita, Biel/Bienne (12.10.)  
 Jasny Rudolf, Niedersteufeln (30.08.)  
 Joss Jürg, Cudrefin (17.10.)  
 Kaelin Otto, Basel (03.10.)  
 Kemm Gilberte, Matran (24.08.)  
 Klingler Paul, Gossau SG (13.10.)  
 Koch Erika, Richterswil (28.09.)  
 Koch Bruno, Ostermundigen (18.09.)  
 Koch August, Muri AG (18.09.)  
 Künzler-Schumacher Guido, Heiden (20.10.)  
 Lacroix Nunzia, Genève (19.08.)  
 Luggen Peter, Termen (05.09.)  
 Mathis Josef, Ennetbürgen (18.08.)  
 Maurer Ernst, Esslingen (25.10.)  
 Maury Marguerite, Nax (22.09.)  
 Meier Jakob, Chur (28.09.)  
 Meier Paul, Leuggern (11.10.)  
 Mettler Erwin, MuttENZ (11.10.)  
 Meuli Elia, Viganello (27.08.)  
 Meyer Canisius, Flamatt (26.09.)



Meyer André, Faulensee (09.09.)  
 Mignola Innocente, Gerra (17.10.)  
 Moerlen Charles, Moosseedorf (07.10.)  
 Mozzini-Vellen Libero, Camorino (25.09.)  
 Mueller Bruno, Steinmaur (25.09.)  
 Müller Josef, Zug (12.10.)  
 Nadig Georgette, Zürich (07.09.)  
 Parcesepe-Conte Antonietta, Schlieren bei Köniz (16.09.)  
 Pauli Sonja, Schlieren bei Köniz (12.10.)  
 Pedroli Jean-Louis, Davos Platz (11.10.)  
 Perli Ivo, Bellinzona (16.10.)  
 Pfister Samuel, Oron-la-Ville (22.09.)  
 Pfister Martin, Reinach BL (14.10.)  
 Rahm Hans Peter, Rafz (24.09.)  
 Ramel Kuno, Winterthur (07.10.)  
 Rhème Nadia, Schlieren bei Köniz (15.10.)  
 Rigamonti Giancarlo, Breganzona (06.10.)  
 Ritter Gerald, Neuchâtel (08.10.)  
 Roch Madeline, Lausanne (08.09.)  
 Rosa Pierino, Lostalio (30.09.)  
 Scheiwiler-Buchs Helene, Gossau SG (22.08.)  
 Scherrer Susanne, Schlatt TG (06.09.)  
 Schmiel Fritz, Spiez (18.10.)  
 Schmutz Gertrude, Sugiez (20.08.)  
 Schneider Bernard, Cornaux NE (06.10.)  
 Schnetzler Karl, Gächlingen (18.09.)  
 Schweizer Maya, Herisau (18.10.)  
 Schweizer-Karrer Liliane, Basel (18.09.)  
 Siegrist-Würmli Margareta, Hochfelden (21.10.)  
 Siles Giuseppina, Schlieren (15.09.)  
 Stalder Bruno, Belp (16.10.)  
 Staub Frédéric, Courtemaury (17.09.)  
 Stauffer Urs, Boll (27.09.)  
 Steck-Guera Erika, Niederönz (25.10.)  
 Stierli Karl, Rüfenacht BE (21.10.)  
 Suter Rene, Dübendorf (31.08.)  
 Thomann Simon, Gattikon (14.10.)  
 Tibolla Campigotto Ottavina, Italie (16.10.)  
 Unold Alois, Gunzgen (03.10.)  
 Utzinger Rosemarie, France (06.09.)  
 Verdon Michel, Meyrin (11.09.)  
 Verhagen Cornelis, Rekingen AG (07.09.)  
 von Rotz-Michel Werner, Kerns (20.08.)  
 Voutat Hector, Sorvilier (02.10.)  
 Waser Luisa, Ostermundigen (13.10.)



Abraham Grossen, facteur à Lauterbrunnen de 1978 à 2018 (année de son départ à la retraite), avec sa Coccinelle Volkswagen. Vers 1980, à Isenfluh (BE).



# Poste d'observation

Wasescha Arnold, Savognin (25.09.)  
Weishaupt Ida, Degen (24.09.)  
Weiss Gerhard, Nürensdorf (21.09.)  
Zanini Mario, Locarno (24.10.)  
Zaug Jean-Marie, Genève (25.08.)  
Zeller Walter,  
Lenk im Simmental (11.09.)  
Zimmermann Walter, Berikon (21.08.)  
Zimmermann Rudolf, Vitznau (23.09.)

## 75 ans

Adamini Ursula, Thun (15.09.)  
Albiez-Meylan Danielle,  
Mont-sur-Rolle (06.09.)  
Andrey Hervé, Châtonnaye (04.10.)  
Arm-Aeschlimann Anita,  
Niederscherli (12.09.)  
Arrigo-Kleiber Myrta,  
Therwil (02.09.)  
Bachmann Samuel, Port (03.09.)  
Bachmann René, Concise (28.09.)  
Bader-Schneiter Erna, France (14.10.)  
Balli Michel, Meinier (20.09.)  
Barmettler-Berchtold Heidi,  
Luzern (16.10.)  
Barras Marcel, Genève (12.09.)  
Barriga Edgar, Bolivie (11.09.)  
Bärtsch Richard, Zürich (26.08.)  
Beck Kurt, Bolken (10.10.)  
Berchtold Kurt, Zürich (21.09.)  
Blaser Martin, Bern (18.10.)  
Blatter Hans,  
Hasliberg Hohfluh (22.09.)  
Boigné Bernadette,  
La Tour-de-Peilz (24.10.)  
Brodard Daniel, Pont-la-Ville (21.08.)  
Brügger Walter, Spiez (03.10.)  
Brugger-Stirnemann Susanne,  
Schöffland (09.10.)  
Brühwiler Edith, Arnegg (22.09.)  
Buache-Wüthrich Hélène,  
Lausanne (01.10.)  
Burdet Christian, Prilly (05.09.)  
Cadosch Barbara,  
Lantsch/Lenz (21.08.)  
Chariatte Auguste,  
Les Verrières (21.10.)  
Charrière Alice,  
Belmont-sur-Lausanne (02.09.)  
Clemente Vettese Angela,  
Ostermundigen (30.09.)  
Clerc Jean-Claude,  
Villars-sur-Glâne (18.09.)  
Danesi Agostino, Mendrisio (28.09.)  
Degan Franz, Oberglatt ZH (27.09.)  
Derungs Pius, Zürich (30.09.)  
Dubach Franz, Orbassano (27.08.)  
Dubois Jean-Pierre,  
Ponts-de-Martel (29.08.)  
Eberhard Hans, Bronschhofen (30.09.)  
Ebner Alfred, Etziken (04.09.)  
Enz Ernst, Wettswil (07.10.)  
Ettlin-Von Deschwanden Margrit,  
Weggis (08.10.)  
Fatzler Karl, Brütten (04.09.)  
Favre Conrad, Charmey (23.09.)  
Favre Michel-Alexis, Morges (23.09.)  
Felix Christian, Sent (27.09.)  
Fischbacher Ruth, Bottmingen (05.09.)  
Flüeli Arnold, Genève (10.09.)  
Frank Elisabeth, Beromünster (21.10.)  
Gagliotta-Valiante Anella,  
Zürich (04.10.)  
Gianinazzi Marcello, Agra (17.10.)  
Gindroz-Crelier Jocelyne,  
Belmont-sur-Lausanne (26.09.)

Gisler Edwin, Küsnacht ZH (05.09.)  
Glassey Armand, Pully (07.10.)  
Glauser-Armbruster Susanna,  
Wabern (30.09.)  
Godel Francis, Courtepin (07.09.)  
Graf Arthur, Küsnacht ZH (04.09.)  
Grätzer Erika, Einsiedeln (03.10.)  
Grossrieder Aldo, Genève (01.10.)  
Gubelmann Willi, Appenzell (15.10.)  
Guidi-Valsangiacomo Clara,  
Bellinzona (20.10.)  
Gut-Winiger Anita, Luzern (13.10.)  
Gyr Ernst, Einsiedeln (27.09.)  
Haberstich René,  
Oberentfelden (11.09.)  
Häfliker-Künzli Josefine,  
Erlinsbach (04.10.)  
Hämmig Marie,  
Uetikon am See (31.08.)  
Hauptli Johannes, Däniken SO (08.10.)  
Hausherr Peter, Seon (23.08.)  
Henzi Hans, Rüttenen (24.08.)  
Hersberger Samuel, Schnottwil (19.09.)  
Herzog Emil, Hämikon (30.08.)  
Hiltbrunner-Hoesli Verena,  
Wabern (16.10.)  
Hoppler Werner, Schaffhausen (22.09.)  
Hubacher Heinz,  
Ostermundigen (27.08.)  
Huber-Jaun Margrit,  
Schattenhalb (23.09.)  
Huggler Toni, Meiringen (27.09.)  
Huguenin Pierre, Montreux (20.08.)  
Iten Hans-Rudolf, Grüningen (05.10.)  
Jauch-Banz Martha, Benglen (14.09.)  
Jaussi Walter, Worb (20.10.)  
Käch Fritz, Busswil BE (15.09.)  
Kägi-Fischli Edith, Adlikon bei  
Regensdorf (02.10.)  
Kälin Paula, Egg SZ (06.09.)  
Kiener-Breitenstein Rosmarie,  
Ammerswil AG (22.08.)  
Kittenbaumer René, Gland (18.09.)  
Knecht Viktor, Döttingen (15.09.)  
Kormann-Eggenberger Käthi,  
Bern (30.09.)  
Kost-Wyss Margrit, Triengen (25.09.)  
Külling Hans-Peter,  
Diessenhofen (20.09.)  
Lang-Günther Therese, Bern (30.09.)  
Lazzarini-Dupré Marie-Madeleine,  
Grand-Lancy (14.10.)  
Lazzarotto Benvenuto,  
Grüningen (24.09.)  
Leisebach Erika, Zürich (08.09.)  
Leresche Philippe, Ballaigues (21.09.)  
Löffel Walter, Arbon (24.10.)  
Loher Alois, Oberriet SG (26.08.)  
Lozza Vreny, Tiefencastel (18.08.)  
Lucas Ildia, Zürich (03.10.)  
Lussi Gerhard, Thalwil (08.10.)  
Maryska-Jurajdova Olga,  
Ostermundigen (24.10.)  
Massera Graziano, Claro (27.09.)  
Mattle Armin, Dübendorf (08.10.)  
Mattle Manfred, Hinterforst (28.09.)  
Meier-Daetwyler Ruth, Diegten (14.10.)  
Mengelt Christian, Splügen (01.09.)  
Meyer Hans-Peter, Basel (06.09.)  
Meyer Beatrix, Basel (21.09.)  
Monnier Georges, Orbe (06.09.)  
Moser Rudolf, Bellmund (20.10.)  
Müller Werner, Rothenburg (24.08.)  
Müller Albert, Zürich (08.10.)  
Odermatt Erwin, MuttENZ (18.10.)  
Pasquier Pierre,  
La Tour-de-Trême (15.09.)



Silvio Stump au centre courrier de Wil (SG), en 1993. Parti à la retraite récemment, après 50 années de service à la Poste durant lesquelles il n'a pas été absent une seule fois pour maladie.

Perreten Adolf,  
Lauenen bei Gstaad (05.09.)  
Pochon-Fardel Frédrine,  
Yvonand (04.10.)  
Putzi Valentin, Schiers (06.10.)  
Rathgeb Heinz, Davos Platz (06.10.)  
Remund Paul, Gümnen (10.09.)  
Richard Rudolf, Wynau (25.10.)  
Ritler Hugo, Wiler (27.08.)  
Roch Paul, Aigle (07.10.)  
Rohrer Benno, Niederhasli (06.09.)  
Roos-Hofstetter Pia Josefina,  
Immensee (24.09.)  
Rossat Danièle, Brent (18.08.)  
Rusmir Pero, Oberengstringen (17.10.)  
Rusmir Käthi, Dintikon (22.10.)  
Sanitario Alessandro, Italie (19.09.)  
Schäfer Jörg, Avully (21.10.)  
Schaller Pierre, Genève (10.09.)  
Schefer Jörg, Eschlikon TG (26.08.)  
Scheidegger Peter, Basel (05.10.)  
Schiesser-Thöny Maria, Boll (14.09.)  
Schneider Walter,  
Schliern bei Köniz (30.09.)  
Schneider Michel,  
Bussigny-près-Lausanne (14.09.)  
Schönbächler Bruno,  
Einsiedeln (16.09.)  
Schopfer Michel, Balgach (23.10.)  
Schuetz Denise, Bolligen (27.09.)  
Seco Carmen, Basel (29.08.)  
Seger Margrit, Ermatingen (08.10.)  
Seitz Leo, Balgach (12.09.)  
Silva Marilena, Sessa (20.09.)  
Singer Vreni, Weinfeld (11.09.)  
Spicher Theodor, Alterswil FR (11.09.)  
Stalder Peter, Reinach BL (26.10.)  
Stauffer Marlen, Genève (14.10.)  
Stebler Silvia, Solothurn (19.08.)  
Stefanovic Svetlana, Serbie (26.09.)  
Steiner Bernard, Froideville (07.09.)  
Stender-Jordi Margrit, Thun (02.10.)  
Streich Jean-Pierre, Wilen (22.09.)  
Tallent Jean-Claude,  
Coinsins (21.08.)  
Thalheim-Hitz Christiane,  
Les Hauts-Geneveys (23.08.)  
Theytaz Marianne, Zinal (28.09.)  
Thomann Flurin, Rüti ZH (10.09.)  
Vetsch Verena, Zürich (23.08.)

Vogelsang-Tardy Yvette,  
Pampigny (06.10.)  
Vogel-Wagner Annaliese,  
Wangen an der Aare (02.10.)  
von Rotz Kurt, Samedan (10.09.)  
von Siebenthal Hanspeter,  
Laupen BE (08.10.)  
Walker Karl, Rapperswil SG (18.08.)  
Walter Hans, Arisdorf (21.09.)  
Wenzinger Hannes, Uttigen (21.10.)  
Wernli Thomas,  
Münchenbuchsee (09.09.)  
Wernli-Hartmann Elsbeth,  
Thalheim AG (20.08.)  
Weyeremann Friedrich,  
Burgdorf (26.08.)  
Wildhaber Luzia,  
Flumserberg Bergheim (20.08.)  
Wissmann-Glaus Maria,  
Ernetschwil (25.08.)  
Zenger Gottlieb,  
Matten bei Interlaken (13.09.)  
Zenoni Bernard, Petit-Lancy (06.10.)

## RETRAITE

### Informatique/Technologie

Amstutz Gerhard, Bern  
Riesbacher Josef, Zürich

### Immobilier

Burri Kurt, Luzern  
Pfeiffer Georg, Zürich

### Finances

Wyss Daniel, Bern

### Personnel

Juchli Beatrice, Bern

### Services logistiques

Anliker Hans-Ulrich, Ursenbach  
Aregger Beat, MuttENZ  
Bär Kurt, Thalwil  
Baudois Marie-Claire, Givisiez  
Berdondini Antonio, Cadenazzo  
Bernet Richard, Sirmach  
Bieri Anton, Kriens  
Bossard Bernadette, Pfäffikon ZH

# Poste d'observation

Bucher Hans, Baar  
 Buchs Christian, Bern  
 Cavigelli-Derungs Antonia,  
 Domat/Ems  
 Chu Van Hoa, Lausanne  
 Corpataux Marie-Hélène, Fribourg  
 Curvaia-Italiano Vincenza, Genève  
 Dévaud Daniel, Gland  
 Dolf Christian, Landquart  
 Dubach Hermann, Kirchberg  
 Egli Lorenz, Bern  
 Eugster Jakob, Landquart  
 Fankhauser Walter, Trubschachen  
 Feracin Andreas, Stein am Rhein  
 Fiechter Sandro, Locarno  
 Flückiger Roger, Biel/Bienne  
 Fogadic Zlatko, Zürich Mülligen  
 Furrer Bernhard, Stalden VS  
 Galván Gabriel Pio, Genève  
 Gambarotto Jean-Pierre, Dailens  
 Gerber Hansueli, St-Imier  
 Gerber-Hiltbrand Ruth, Lyss  
 Ghebresslassie Berhane, Dailens  
 Gislser Katrin, Weggis  
 Graf Ursula, Muri AG  
 Gruber Edmund, Altstaetten SG  
 Hager-Friedlos Beatrice, Siebnen  
 Heimgartner Peter, Zürich  
 Heinimann Marcel Markus, Basel  
 Held-Hollenstein Maria, Andelfingen  
 Herrmann Roger, Härkingen  
 Hochstrasser-Spring Karin, Gränichen  
 Huggler Andreas, Schönried  
 Jaggi-Aubin Roberte, Eclépens  
 Jauch Richard, Schattdorf  
 Jaunâtre Denise, Härkingen  
 Jenzer Alfred, Härkingen

Kaiser-Bozsanyi Margrit, Zürich  
 Keng Heang, Biel/Bienne  
 Knörle Urs, Zürich  
 Küenzi Samuel, Thun  
 Leuenberger Urs, Bern  
 Ly Ka Eang, Dailens  
 Magnin-Chappalley Marinette, Bulle  
 Maître-Zoppè Aïda, Courgenay  
 Mannhart Kurt, Untervaz  
 Massardi Silvia, Thusis  
 Mathieu Raymonde, Sion  
 Mey Vannara, Montreux  
 Mischler Christian, Büren an der Aare  
 Mollenkopf-Zeugin Claudia, Laufen  
 Moretti Paolo, Arbedo  
 Müller Jürg Richard, Effretikon  
 Nemeth Danielle, Colombier NE  
 Nussbaum Beat, Lenzburg  
 Pedroni Moreno, Biasca  
 Pfyl Pius, Schwyz  
 Pleisch Katharina, Küblis  
 Raspa Salvatore, Härkingen  
 Ravelli Claudio, Locarno  
 Ressia-Roncoroni Manuela, Lugano  
 Rossini-Patelli Daniela, Arbedo  
 Roth Harry, Eclépens  
 Rummel-Aubord Micheline, Genève  
 Rutz Markus, Schwyz  
 Rykala-Lüscher Margrit, Aarau  
 Schindelholz Hans, Härkingen  
 Schmid Werner, Ostermundigen  
 Schuler Elisabeth, Zürich  
 Schuler Werner, Walchwil  
 Siegenthaler Urs, Frauenfeld  
 Spycher Martin, Zürich  
 Sutter Urs, Sirnach  
 Tenz Urs, Rothenburg

Trächsel Marc, Basel  
 Unternährer Walter, Luzern  
 Vögle-Hafner Beatrice, Leuggern  
 Voïrol-Metzler Katharina, Biel/Bienne  
 Werschull Gracia, Härkingen  
 Widmer Martin, Zürich  
 Zimmermann Markus, Weggis

## RéseauPostal

Aggeler-Walser Cornelia, Schiers  
 Beaud Herbert, Corsier-sur-Vevey  
 Bonzon-Leresche Catherine,  
 Chavornay  
 Caderas Marie-Louise, Zürich  
 Carrel Myriam, Fribourg  
 Cattin-Prongué Chantal, Porrentruy  
 Cherpit-Ronchetti Catherine,  
 Montreux  
 Danzi-Aubonney Marie-Ange,  
 Avenches  
 Del Sordo-Crusco Maristella,  
 Kriens  
 Demont Isabel, Lausanne  
 Donzé Christiane, St-Aubin NE  
 Dörig-Pislor Edith, Wängi  
 Duc-Cavegn Regula, Crans-Montana  
 Eggenschwiler Damien, Le Noirmont  
 Fellmann Elsbeth, Lyss  
 Friche Michèle, Vicques  
 Frischherz Michael, Frick  
 Genoud Christophe, Genève  
 Gilliard Patrick, Mézières VD  
 Girard-Dénévaud Colette, Orbe  
 Glauser Madeleine, Delémont  
 Grob Claudia, Uznach  
 Hänny Hans-Rudolf, Wildegg  
 Kaufmann-Schmid Brigitte,  
 Bremgarten AG  
 Kleinstein Markus, Chur  
 Leibundgut Werner, Basel  
 Liardon-Cornamusaz Josette,  
 Chavornay  
 Lukas Marianne, Meilen  
 Lüscher Susanne, Hunzenschwil  
 Maître Nicolas, Porrentruy  
 Mettler Patricia, Siebnen  
 Mika Barbara, Düringen  
 Ott Hans, Mellingen  
 Ott-Wüst Katharina, Birr-Lupfig  
 Rohrer Donat, Alpnach Dorf  
 Schlüchter-Dellenbach Regula,  
 Othmarsingen  
 Suter-Omlin Ruth, Gränichen  
 Voutaz Gérald, Montreux  
 Walser Marianne, St. Gallen  
 Widmer Markus, Hombrechtikon  
 Zimmermann Madeleine,  
 Affoltern am Albis

## PostFinance

Hirter Marianne, Bern  
 Krebs-Gilgen Silvia, Bern  
 Stefanski Krzysztof, Bern

## Services de mobilité

Bürzle Harald Werner, Vaduz  
 Cartier Philippe, Porrentruy  
 Dufey François, Yverdon  
 Eppenberger Willi, Wildhaus  
 Gabriel Marco, Chur  
 Heinz Hanspeter, Chur  
 Huber Fritz, Goldach  
 Ianniello Giuseppe, Martigny  
 Mazenauer Hanspeter, St. Gallen  
 Muza Stjepan, Frauenfeld  
 Schenini Alberto, Mesocco  
 Schmid Robert, Unterschächen  
 Schrackmann Rudolf, Sarnen

Staudenmann Walter, Bern  
 Steinegger Michel, Aubonne  
 Zambelli Giuliano, Lugano  
 Zehnder Urs, Lütisburg

## Swiss Post Solutions

Cockayne Christopher, Glattbrugg  
 Desboeufs Christine, Bern  
 Saner Christoph, Glattbrugg  
 Tanner Marianne, Glattbrugg  
 Wipf Thea, Glattbrugg

## Post Company Cars SA

Busato Maurizio, Bern

## Presto Presse-Vertriebs AG

Mitrovic Milena, Emmenbrücke

## NOS REGRETTÉS

### Retraités

Abotsi-Perrin Colette, Genève (1948)  
 Addor René, Yverdon-les-Bains (1931)  
 Aebischer Martha, Bolligen (1923)  
 Aebischer Margrit, Biel/Bienne (1932)  
 Aeschlimann Ernst, Gossau ZH (1937)  
 Asteroth Elisabeth, Zürich (1926)  
 Baertsch Ernst, Basel (1934)  
 Baettig Anton, Kriens (1928)  
 Baier Werner, Zürich (1933)  
 Baldinger Henri, Epalinges (1933)  
 Barukcic Vinko,  
 Nussbaumen AG (1966)  
 Baumann Willy, Chêne-Bourg (1928)  
 Baur Jakob, Zürich (1929)  
 Bedoek Karoly, Lausanne (1935)  
 Benevento Adriana, Wetzikon (1971)  
 Billod Louis, Les Brenets (1934)  
 Bircher Christian, Stansstad (1932)  
 Blanc Joseph, Genève (1931)  
 Bonvin-Duverney Marie-Jeanne,  
 Flanthey (1948)  
 Borgognon Marie,  
 Estavayer-le-Lac (1931)  
 Boschung Felix, Zollikofen (1926)  
 Boschung Eduard, Bern (1940)  
 Burnier Patrice, Genève (1955)  
 Caglioni Aldo, Ascona (1936)  
 Cal José, Espagne (1942)  
 Camani Gino, Losone (1935)  
 Cerutti Ortensia, Castelrotto (1927)  
 Ceschi Francesco, Zürich (1927)  
 Châtelain Germain, Genève (1948)  
 Chèvre Claude, Soyhières (1950)  
 Christe Jean, Delémont (1923)  
 Delessert Daniel,  
 Le Mont-Pèlerin (1950)  
 Dongiovanni-Barral Angelita,  
 Volketswil (1954)  
 Enz Franz, Sachseln (1946)  
 Erzer Max, Pratteln (1931)  
 Fetz Rosmarie, Zürich (1942)  
 Fink Ursula, Ruppertswil (1949)  
 Fluri Kurt, Egerkingen (1951)  
 Frei Elisabeth, Egg (1951)  
 Friedrich Hans-Joerg, Basel (1951)  
 Fuchs Werner, Rüti ZH (1942)  
 Fuchs Josef, Luzern (1933)  
 Fueglistler Antonia, Hedingen (1930)  
 Gabathuler Rudolf, Chur (1935)  
 Galliker Peter, Därligen (1944)  
 Gaudenz Jon, Scuol (1945)  
 Germanier Henriette, Erde (1927)  
 Gigandet Antoine, Avenches (1939)  
 Giger Hans, St. Gallen (1925)  
 Grandi German, Espagne (1937)

La nature est mon  
meilleur remède.

Chez EGK: la médecine conventionnelle  
et complémentaire, sur un pied d'égalité.



10%  
de rabais sur les  
assurances comple-  
mentaires





Grossniklaus Erwin, Unterseen (1944)  
Gruetter Walter,  
Unterentfelden (1932)  
Guthauser Max, Sarnen (1942)  
Haenni Rita, Burg im Leimental (1938)  
Hardegger Hans, Wildhaus (1936)  
Hauser Armin, Oberembrach (1948)  
Held Simon, Tschierschen (1939)  
Heldner Friedrich, Naters (1932)  
Herrmann Ruth, Zürich (1941)  
Hess Alfred, Bubikon (1937)  
Hofer Verena, Appenzell (1930)  
Jakob Susanne,  
Büren an der Aare (1933)  
Joerg Otto, Trimbach (1932)  
Jost Nelly, Châtelaine (1930)  
Jubin Verena, Ittigen (1944)  
Kalt Annamaria, Buchs ZH (1938)  
Kastien Verena, Meiringen (1945)  
Keller Erwin, Bachenbülach (1943)  
Klaey Hans Benedik,  
Schinznach Dorf (1935)  
Koese Ali, Weinfelden (1949)  
Kolly Marius, Treyvaux (1937)  
Kolly Meinrad, La Roche FR (1939)  
Kreimer-Moser Elsbeth,  
Weisslingen (1947)  
Künzli Bernhard, Nesslau (1950)  
Laesser Walter, Walterswil SO (1937)  
Lerch Rosmarie, Rapperswil SG (1937)  
Loretz Anton, Zürich (1934)  
Marks René, Rüti (1953)  
Marquart Martin, Oberriet SG (1944)  
Meyer Elsbeth, Horn (1928)  
Monteleone Carmine, Olten (1940)  
Moret Bernard, Martigny (1950)  
Neuenschwander Willy, Zürich (1940)  
Page Eugene, Fribourg (1928)  
Pelot Michel, Montreux (1940)  
Pfister Jakob, Küttigkofen (1960)  
Pfyffer Fritz, Luzern (1932)  
Puentener Elisabeth, Buchrain (1938)  
Rapetti Luciano, Savosa (1944)  
Rinderknecht Willi, Stäfa (1929)  
Rivera Brunello, Coldrerio (1945)  
Romer Walter, St. Gallen (1927)  
Schaller Maryvonne, Chéserey (1943)

Schaltegger Jakob, Ermatingen (1928)  
Schmassmann Hans, Olten (1925)  
Schnellmann Josef, Vorderthal (1943)  
Schoch Veronika, Wiedlisbach (1940)  
Schoch Louis, Ostermundigen (1929)  
Schöni Oswald,  
Rüegsauschachen (1950)  
Seydoux Denise, Bossonens (1930)  
Simonet Luigi, Thusis (1955)  
Starkermann Hans, Schlossrued (1933)  
Stohler Max, Arboldswil (1929)  
Stucki Fritz, Niederhünigen (1937)  
Tanner Renata, Wald (1936)  
Tartini Paolina, Iragna (1936)  
Villiger Hans, Beinwil (1928)  
Voiron William, Courroux (1923)  
Von Allmen Emil, Wilderswil (1933)  
Weber Otto, Affoltern am Albis (1929)  
Weibel Alfred, Kirchberg BE (1939)  
Weisskopf Edi, Ormalingen (1945)  
Wiedmer Eduard, Langenthal (1942)  
Wiesli Karl, Wilen bei Wil (1942)  
Wild Adolf, Richterswil (1932)  
Wullschleger Martin, Rüti ZH (1931)  
Zahn-Reist Lotti, Bern (1943)

## Personnel actif

### Services logistiques

Berkaoui Ali, Bulle (1966)  
Betschart Urs, Härkingen (1961)  
Hauri Bruno, Lausen (1968)  
Lorenzetti Flavio, Cadenazzo (1971)  
Pfister Jakob, Mühledorf SO (1960)

## Impressum

### Editeur

La Poste Suisse SA  
Communication, Wankdorffallee 4  
3030 Berne  
E-mail: [redaction@poste.ch](mailto:redaction@poste.ch)

### Rédactrice en chef

Lea Freiburghaus (LF)

### Direction artistique/conception visuelle

Dieter Röösl

### Rédaction

Ludovic Cuany (LC), Gabriel Ehrbar (GE), Carmela Fusco (CF), Fredy Gasser (FG), Janina Gassner (JG), Sandra Gonseth (SG), Inari Kirchofer (IK), Claudia Langenegger (CL), Sandra Liechti (SL), Sarah Meyer (SM), Susanna Stalder (SS), Fabio Stüssi (FS), Magalie Terre (MT), Danilo Monteverde, Catherine Riva

### Layout

Kaspar Eigensatz, Natalie Fankhauser

### Contribution

Urs Bloch (UBL), Romy Blümel, Doreen Borsutzki, Adrian Brand, Bernard Chesaux, Valérie Gerl (VG), Abraham Gossen, GSI Switzerland, iStock, Katharina Merkle (KLE), Joan Minder, PostAuto, PTT-Archiv, RTS, Mark Sasvary, Andreas Schenkel, Lena Schläppi, Jonas Schneiter, Silvio Stump, Mathias Zimmermann

### Traduction et correction

Service linguistique de la Poste

### Annonces

FACHMEDIEN – Zürichsee Werbe AG  
8712 Stäfa  
[martin.traber@fachmedien.ch](mailto:martin.traber@fachmedien.ch)  
044 928 56 09

### Impression

CH Media Print AG, Aarau

### Photo de couverture

Lena Schläppi

### Tirage

Edition en allemand: 53 300 ex.  
Edition en français: 16 500 ex.  
Edition en italien: 5 200 ex.  
Total: 75 000 ex.

### Reproduction avec autorisation écrite de la rédaction uniquement.

### Abonnements/changements d'adresse

Personnel actif:  
PostWeb (Portail RH/Données personnelles), auprès de votre Centre de services Personnel (selon votre décompte de salaire) ou via [csp@poste.ch](mailto:csp@poste.ch)  
Retraités:

Par écrit à Caisse de pensions Poste, Viktoriastrasse 72, Case postale, 3000 Berne 22

Autres abonnements:  
E-mail: [abo@poste.ch](mailto:abo@poste.ch),  
tél. 058 338 20 61

### Adresses utiles

Conseil social, Centre de carrière:  
058 341 40 40  
[santeetaffairesociales@poste.ch](mailto:santeetaffairesociales@poste.ch)  
Fonds du Personnel Poste:  
[fondsdupersonnelposte.ch](http://fondsdupersonnelposte.ch)

imprimé en suisse

## Anton Menth-Streit (1939–2021)

Anton Menth-Streit, entrepreneur et président du Conseil d'administration de la Poste pendant plusieurs années, est décédé le 1<sup>er</sup> juillet 2021. Il a été président du Conseil d'administration de la Poste de 2002 à 2009. Avec sa solide personnalité d'entrepreneur, il a apporté une contribution majeure au développement de l'entreprise durant tout son mandat. Nous regrettons sa disparition et adressons nos sincères condoléances à sa famille. Nous garderons de lui un souvenir empreint d'estime et de respect. (FG)

Anton Menth-Streit (1939–2021)



# C'est simple! J'ai tout compris!

**J'ai raconté à mon entourage** que j'allais écrire quelques chroniques dans le journal du personnel de la Poste. Mon ami Philippe a réagi au quart de tour en se lançant dans dix mille théories sur le système postal helvétique. Ma collègue Stéphanie m'a détaillé comment fonctionnait l'acheminement de colis en Europe. Je vous passe les commentaires de Luc, Steven et Julienne. Aucun n'est expert du sujet, mais toutes et tous sont persuadés de maîtriser parfaitement la thématique. J'avoue volontiers que c'est régulièrement mon cas aussi. J'entends vaguement parler de quelque chose qui me semble alors tout à fait simple et maîtrisé. Ce phénomène qui complique souvent le débat public est même sérieusement étudié par des psychologues.

L'histoire de sa découverte est délicieuse. En 1995, aux Etats-Unis, un braqueur de banque est persuadé d'avoir eu une idée de génie. Pour son prochain coup, il n'aura pas besoin de cagoule. Il lui suffira de s'enduire le visage de jus de citron. Pourquoi? Parce qu'il sait que c'est l'ingrédient principal de l'encre invisible utilisée par les espions. Ce brave homme est alors certain que son idée lui permettra de rendre sa tête indétectable des caméras. La suite, vous l'avez devinée; il a été retrouvé et arrêté. Pire, sa stupidité a fait le tour des médias du monde entier. Les psychologues David Dunning et Justin Kruger n'ont alors plus eu qu'une seule question en tête: comment un homme aussi ignorant peut-il être aussi sûr de lui?

Ils ont mené toutes sortes d'études, notamment avec des groupes d'étudiants qui devaient s'auto-évaluer. Ils comparèrent ensuite ces auto-évaluations avec leurs résultats réels. Les étudiants avec les meilleurs résultats avaient tendance à se sous-estimer alors que ceux avec les résultats les plus faibles s'étaient, au contraire, surévalués. Ainsi est né «l'effet Dunning-Kruger», moins un individu possède de connaissances sur un sujet, moins il est susceptible de savoir à quel point il est ignorant sur ce sujet.



**“Moins un individu possède de connaissances sur un sujet, moins il est susceptible de savoir à quel point il est ignorant sur ce sujet.”**

Dunning et Kruger ont enfin une très mauvaise nouvelle: l'absence de prise de conscience est attribuée à un déficit en compétences métacognitives. Autrement dit, l'incompétence qui nous mène à faire de mauvais choix est celle-là même qui nous prive de la capacité à reconnaître la compétence. Cela signifie donc que mon entourage aurait même tenu tête à quelqu'un qui maîtrisait parfaitement le système postal. Tout cela en pensant que c'était d'une simplicité déconcertante! Notre cerveau est un outil fantastique, mais dont la traîtrise devrait nous inciter à ne jamais baisser la garde.



Jonas Schneiter est journaliste, animateur radio, producteur et auteur. Il vit à Lausanne et est à l'antenne le dimanche dans «Les Beaux Parleurs» sur La Première et RTS Deux.



# Mon objet préféré



Timothée Olivier exerce la fonction de communicateur au Musée de la communication à Berne.

## Nécessaire d'écriture baroque

«Cet élégant nécessaire d'écriture est la pièce la plus ancienne du musée. Il a été fabriqué en France entre 1715 et 1723. Des dames et des messieurs de haut rang utilisaient la plume d'oie véritable et les deux encriers pour écrire des lettres ou tenir leur journal. Le XVIII<sup>e</sup> siècle me fascine. A cette époque, on écrivait énormément: sur du papier mais aussi parfois sur des cartes à jouer pour y noter des messages. Moi-même, j'écris volontiers et souvent à la main. Cela prend du temps et cela nécessite du matériel, mais les pensées s'expriment mieux au cours de cet exercice tranquille qu'est l'écriture manuelle. Ici, au musée, nous avons installé un bureau où le public peut tester l'écriture avec plume et encrier. Je dois dire que ce bureau connaît un franc succès, toutes générations confondues.»

Le musée est sous le patronage conjoint de la Poste et de Swisscom. Il te suffit de présenter ta carte d'identité du personnel pour le visiter gratuitement.

En savoir plus  
[mfk.ch/fr](http://mfk.ch/fr)



Portrait

# S'immerger dans la forêt

Bettina Ochsenmann est spécialiste du bain de forêt, une thérapie reconnue de réduction du stress. A ce titre, elle accompagne régulièrement les personnes en quête d'apaisement auprès des arbres.

Texte: Magalie Terre Photos: Adrian Brand



Laisser libre cours  
à son imagination:  
lors de leur bain de  
forêt, les participants  
peuvent créer des  
motifs à partir de  
matériaux naturels.





**L**e bain de forêt n'a rien à voir avec une simple promenade dans les bois, explique Bettina Ochsenmann. Il ne s'agit pas non plus de flotter dans un étang.» Prendre un bain de forêt, c'est percevoir consciemment la forêt, avec tous nos sens. Originaire de Bâle-Campagne, Bettina est diplômée en séminaires Shinrin Yoku, le terme japonais pour «bain en forêt» ou «immersion dans l'atmosphère de la forêt», une méthode de réduction du stress reconnue par la science. Pour s'immerger dans l'atmosphère de la forêt, Bettina reste silencieuse. Elle scrute et perçoit le moindre détail de son environnement. «Je hume le sol de la forêt, je palpe l'écorce des arbres et j'écoute le chant des oiseaux», raconte cette assistante d'exploitation de la filiale de Liestal.



### Fermer les yeux et inspirer profondément

Bettina a toujours aimé la forêt. Pendant l'épidémie, son amour pour les bois a grandi. Désireuse de s'informer sur la diversité des espèces, c'est en cherchant un séminaire en ligne qu'elle a découvert le bain de forêt. «Ça m'a fascinée tout de suite, je me suis immédiatement inscrite à une formation de bain de forêt dispensée par une académie allemande», poursuit-elle. Aujourd'hui, elle accompagne régulièrement des clientes et des clients en forêt, souvent en petits groupes. «La plupart du temps, ce sont des gens qui ont un quotidien exigeant et ont besoin de faire une pause», explique Bettina. Une fois arrivés en forêt, elle invite les participants à faire le vide un instant et à prendre une profonde inspiration. Ensuite, Bettina les fait «entrer en contact» avec les arbres. «Chacune des personnes présentes choisit un arbre vers lequel elle se sent attirée. Elle l'enlace, palpe et hume son écorce», poursuit Bettina.

### Les vertus thérapeutiques de la forêt

Cette méthode alternative de lutte contre le stress venue d'Extrême-Orient fait de plus en plus d'adeptes en Europe. Et ce pour de bonnes raisons. Le bain de forêt, ou Shinrin Yoku, a été développé dans les années 1980 au Japon, où cette thérapie est aujourd'hui financée par

le secteur de la santé public. Qing Li, professeur et immunologue de l'environnement à la Nippon Medical School de Tokyo, est considéré comme le fondateur de la «médecine de la forêt». Il a mené différentes études qui prouvent qu'un séjour en forêt renforce l'immunité, abaisse la pression artérielle, apaise les dépressions et permet de lutter contre les hormones du stress. Qing Li considère que les terpènes – des substances végétales libérées par l'arbre afin de lutter contre les nuisibles, à la manière d'un antibiotique – ont un effet positif sur l'organisme humain. Il est convaincu que les terpènes augmentent le nombre de macrophages, ces cellules tueuses responsables de la défense de l'organisme contre les agents pathogènes et les cellules cancéreuses.

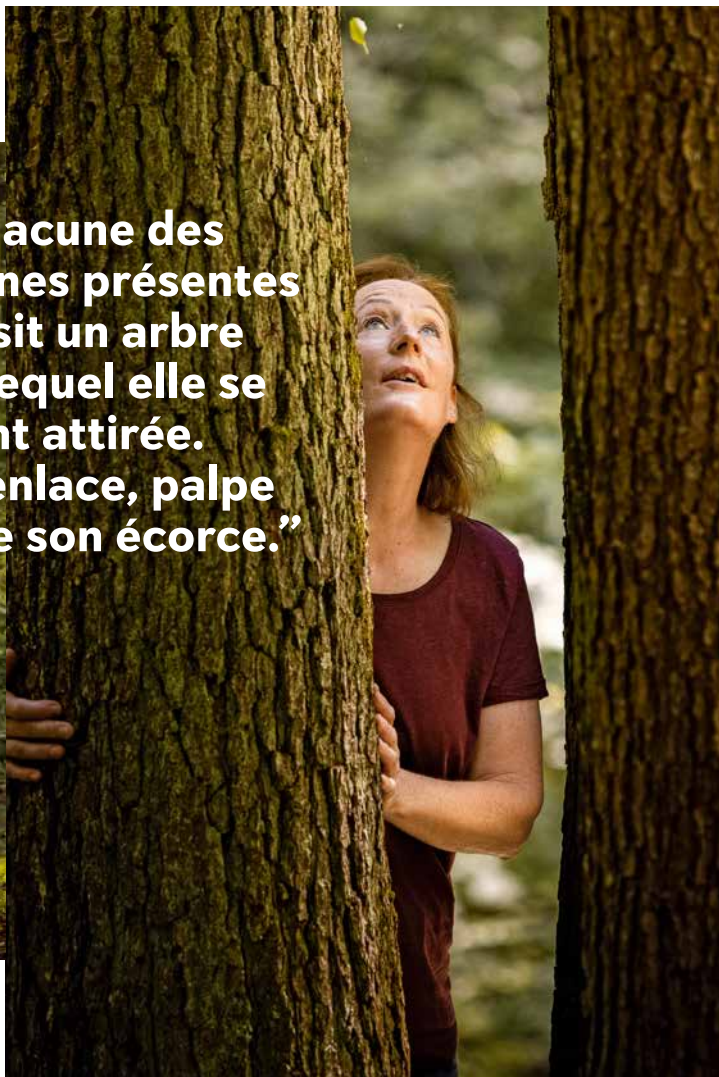
**“J'aime passer délicatement la main sur la mousse. On a l'impression de caresser un animal.”**





La forêt et ses effets thérapeutiques: l'éprouver par tous les sens permet, entre autres, de renforcer l'immunité et de réduire la pression artérielle.

**“Chacune des personnes présentes choisit un arbre vers lequel elle se sent attirée. Elle l'enlace, palpe et hume son écorce.”**



«Le bain de forêt, c'est comme un voyage de découverte sans but précis», poursuit Bettina. On peut se le représenter ainsi: «Le chemin s'enfonce de plus en plus loin dans la forêt, la lumière scintille doucement, on dirait que le temps s'arrête... Une fourmi progresse sur le sentier, et là, sur le sol, voilà une feuille en forme de cœur.» Bettina tient à ce que les participants concentrent leur attention et leurs pensées sur le moment présent, afin de laisser la forêt agir sur eux avec toutes ses facettes. «Pour clore la séance, celles et ceux qui le souhaitent peuvent créer un tableau de la forêt: les glands, les aiguilles de pin, les feuilles et les pétales assemblés peuvent composer des motifs magnifiques.» Le bain de forêt dure environ deux heures. Pour lutter efficacement contre le stress, l'idéal est de le pratiquer au moins une fois par semaine.

### **Aimer l'humain et l'animal**

Agée aujourd'hui de 47 ans, Bettina a grandi avec des chevaux, des chiens et des chats à Giebenach, un petit village du canton de Bâle-Campagne, où elle vit toujours. Et elle continue de s'entourer de nombreux animaux. Bettina s'engage pour ses animaux domestiques - un cochon et trois lapins -, mais aussi pour les abeilles sauvages et les papillons qu'elle élève. «La

nourriture que je donne aux chenilles provient de mon jardin. J'ai planté du fenouil exprès pour elles», raconte-t-elle. Un abri pour les hérissons et un abreuvoir pour les oiseaux complètent ce petit zoo domestique. Bettina a même été, pendant un certain temps, à la tête d'une station de soins pour les rongeurs. «Les lapins, les cochons d'Inde et les hamsters en détresse trouvaient refuge chez moi jusqu'à ce qu'ils puissent être accueillis dans un nouveau foyer adapté à leurs besoins», raconte-t-elle. Parallèlement à ses projets animaliers, Bettina s'engage pour la santé de ses collègues au sein de la Poste. Depuis l'an dernier, elle est l'ambassadrice Santé de son équipe à la filiale de Lies-tal: «Le bien-être des gens me tient très à cœur. Je n'hésite donc pas à demander aux gens comment ils vont», confie Bettina. Et quand un collègue ne va pas bien, quand une personne est stressée et a besoin de se détendre, elle a le remède idéal: le bain de forêt.



Michele Accaria (à gauche) et Thomas Schurter préparent Lea Freiburghaus à sa mission.



## “Contrôle des billets!”

Notre rédactrice en chef Lea Freiburghaus a pris la route aux côtés de deux contrôleurs de CarPostal. Initiée aux secrets du contrôle des titres de transport, elle a constaté que la tâche n'était pas de tout repos.

Texte: Lea Freiburghaus Photos: Lena Schläppi

Thomas Schurter s'est initié au travail de contrôleur de billets dans ses jeunes années. Il a fait ses débuts chez CarPostal en 2018, après avoir travaillé 20 ans au sein de la police.







Thomas Schurter vérifie un titre de transport dans un car postal à Winterthour. Les contrôles se déroulent sans difficulté dans 95% des cas.

**B**onjour! Veuillez présenter tous les titres de transport, s'il vous plaît.» Quand j'entends ces mots, je ne peux pas m'empêcher de sursauter. Mais je retrouve vite mon calme car, dans la plupart des cas, je suis en possession d'un billet valable. Les rares fois dans ma vie où j'ai été prise en défaut, je peux les compter sur les doigts d'une main. Et j'en garde un mauvais souvenir. J'éprouve donc toujours un sentiment bizarre lors d'un contrôle de billets, même s'il est annoncé avec beaucoup d'amabilité.

Mais aujourd'hui la situation est très différente car, cette fois-ci, je suis du côté des contrôleurs: pendant deux heures, je vais accompagner Thomas Schurter et Michele Accaria, collaborateurs de CarPostal, à Winterthour, pour vérifier qui a un titre de transport valable et qui a triché. Parfaitement rompus à cet exercice, tous deux font partie de l'équipe de 16 personnes du centre de contrôle de Winterthour, qui intervient dans les bus urbains et les cars postaux de toute la région de Winterthour et de Frauenfeld. Ils assurent également les contrôles dans les cars postaux du canton de Schaffhouse et prêtent main forte aux centres de contrôle voisins.

### **Aux dépens des autres voyageurs**

Les contrôleurs, qui travaillent toujours par groupe de deux au moins, sont en service de 4h45 jusqu'à la fin de la journée d'exploitation de l'entreprise de transport concernée. «Aux heures de pointe, deux binômes se partagent souvent le travail, afin que chaque contrôleur puisse se charger d'un secteur du bus», explique Thomas. D'expérience, il sait que, pendant la pause de midi et en fin de journée, il y a beaucoup de voyageurs et donc une forte

proportion de resquilleurs. Mais c'est le soir que le nombre de personnes sans titre de transport valable est le plus élevé. Le contrôle des billets, et la protection des revenus qui en découle, constitue l'une des principales missions d'un centre de contrôle. On recense chaque année quelque 800 000 cas de voyageurs qui se déplacent sans titre de transport valable dans les transports publics suisses. Cela représente des dizaines de millions de francs qui viennent à manquer dans les caisses des entreprises de transport. Depuis la mise en place du registre national des resquilleurs en avril 2019, tout voyageur sans titre de transport valable qui est pris sur le fait pour la troisième fois en deux ans s'expose au dépôt d'une plainte.

«Quand on voyage sans billet en règle, non seulement on enfreint la loi sur les transports publics, mais on génère aussi des coûts qui devront être supportés par les usagers honnêtes», ajoute Thomas. Ce quinquagénaire cumule les fonctions de conducteur de bus, de conducteur de tram et de contrôleur. Il a rejoint l'équipe de Winterthour il y a un peu plus de quatre ans, après avoir travaillé près de 20 ans au sein de la police. Fort de cette expérience, il maîtrise parfaitement les bases légales de son travail, tout en étant de bon conseil pour ses collègues sur toutes les questions liées à la sécurité. «Chaque fois que je

monte à bord d'un bus, je me forge immédiatement une vue d'ensemble. Ensuite, je garde toujours un œil sur ce que fait mon partenaire, afin de pouvoir intervenir si sa sécurité est menacée», explique Thomas.

### Réactivité en situation d'urgence

Malheureusement, il faut régulièrement gérer des situations délicates. Même si j'ai pu constater, dans le cadre de cette expérience, que les resquilleurs avaient en général un comportement correct, j'ai aussi été le témoin d'une situation qui a dégénéré parce qu'un voyageur en infraction refusait de coopérer. «95% des personnes se comportent bien et 5% posent des problèmes», résume Michele, 48 ans, qui dit accomplir son travail sans crainte, tout en faisant preuve du respect nécessaire. Il travaille depuis près de 30 ans à la Poste, où il a exercé différentes fonctions, en dernier lieu comme collaborateur dans le secteur de la vente chez PostMail. Il y a huit ans, Michele a décidé de relever un nouveau défi. Depuis, il contrôle 300 voyageurs par jour en moyenne et inflige environ 120 amendes par mois. «Dans le cadre de mon travail à bord des bus, je découvre notre société sous un tout autre jour», admet-il.

Au bout du compte, pour Michele comme pour Thomas, ce sont les expériences positives qui l'emportent. «Un jour, j'ai dû réanimer un vieux monsieur en cours de trajet. La gratitude qu'il m'a témoignée m'a beaucoup touché», se souvient Thomas. Son solide savoir-faire en matière de premiers secours lui a déjà été d'une grande utilité dans plusieurs situations d'urgence médicale et son expérience de policier est un atout majeur dans son activité de contrôleur. Pour sa part, Michele se réjouit de ses «petites» victoires, par exemple lorsqu'un adolescent resquilleur finit par acheter un abonnement après avoir reçu plusieurs avertissements. «A mes yeux, un bon contrôleur ne doit pas se contenter d'infliger des amendes. Il doit aussi savoir évaluer la situation et agir de manière responsable.» Pour exercer ce métier, il est donc essentiel de bien connaître la nature humaine et d'aimer le contact avec les gens. Il s'agit d'un travail qui comporte certains risques – comme je l'ai constaté aujourd'hui – et qui n'est souvent pas reconnu à sa juste valeur. Car, en toute franchise, y a-t-il une seule personne qui apprécie les contrôles de billets?



Fini le carnet de quittances: les contrôleurs disposent aujourd'hui d'outils ultramodernes.

En bas: Michele Accaria montre toutes les données qu'il faut saisir lors du contrôle d'une ligne.







## Le pack divertissement pour les collaborateurs de la Poste.

Offre exclusive réservée aux collaborateurs de la Poste Suisse: Internet haut débit, 240+ chaînes TV et réseau fixe combinés à **CHF 55.-/mois** au lieu de CHF 100.-/mois!



We Home L

**Internet**

+



TV neo max (ou We TV L)

**TV**

+



We Phone L

**Réseau fixe**

=

**We Home XL+**  
jusqu'à 10 Gbit/s

**55.-**  
au lieu de 100.-

Offre  
spéciale!

L'offre est **valable jusqu'au 31 août 2021** pour les nouveaux clients et les clients Sunrise existants qui souscrivent un contrat Mobile. Durée du contrat Home XL+: 24 mois / frais de mise en service d'une valeur de CHF 79.- offerts.



D'autres offres et infos via le code QR ou dans un Sunrise Shop près de chez vous.

**Sunrise**

## En Une

# Jo court. Pour lui et pour les autres

**L**ors d'une réunion, quelqu'un a demandé: qu'en dis-tu Jonathan? Un long moment s'est écoulé avant que je ne réalise que la question s'adressait à moi, explique le concerné. Seul mon parrain m'appelle Jonathan. Pour tout le monde, je suis Jo.» Jo Bakuba est né et a grandi à Fribourg. «En 1982, mes parents ont quitté l'actuelle République démocratique du Congo – l'ancien Zaïre – pour s'installer en Suisse, où je suis né en 1987. Le fait d'avoir grandi ici est pour moi un cadeau.» Il s'est rendu au Congo à l'âge de 5 ans et a constaté que les enfants y manquaient de nourriture, d'eau potable et de manuels scolaires, ce qui l'a marqué à jamais. A la suite de cette expérience, il a décidé de collecter des fonds pour la start-up caritative Street Child au profit des enfants des rues: «Il ne faut pas penser qu'à soi. Nous sommes si bien lotis en Suisse!»

Jo ne se contente pas de collecter des fonds. Il court. Chaque kilomètre parcouru rapporte de l'argent à Street Child. Est-ce pour cette raison qu'il aime tant courir? Oui, mais pas seulement. «Ma passion, c'était le football. Malheureusement, je me suis blessé plusieurs fois au ménisque. Ensuite, en 2014, mon premier enfant est né et,

tout d'un coup, j'ai perdu ma condition physique.»

Un changement difficile à vivre pour Jo, ce sportif dans l'âme qui est aussi titulaire d'un diplôme d'infirmier. Durant ses études en soins infirmiers à la haute école spécialisée, il a travaillé pendant quatre ans dans le service de psychiatrie d'un hôpital avant d'entamer une reconversion. Aujourd'hui, il fait partie de l'équipe du service à la clientèle d'Asendia



Jonathan Bakuba, 34 ans, fait partie de l'équipe du service à la clientèle d'Asendia Suisse.

Suisse. Et il continue de se perfectionner en vue d'obtenir le brevet fédéral de spécialiste de la conduite d'un groupe. «J'ai toujours besoin d'avoir un objectif en vue», souligne-t-il.

Un tee-shirt, une paire de baskets, et c'est parti! «En 2016, j'ai couru mon premier kilomètre. Et je suis arrivé complètement épuisé», avoue-t-il en riant. Au lieu de renoncer, il a persévéré en se fixant des objectifs de course de plus en plus ambitieux. Très vite, Jo a participé à des épreuves de plus grande envergure: le Kerzerslauf, le Grand Prix de Berne, les 20 km de Lausanne et le semi-marathon de Paris et de Milan. Aujourd'hui, il est capable de courir un marathon et s'est fixé pour objectif d'en effectuer un par an. Jo suscite l'enthousiasme sur Instagram, où il relate ses expériences et livre des astuces pour motiver les coureurs. Il a également découvert un nouveau canal de communication: l'application atlasGO. Il peut y télécharger ses performances à la course et l'utilise aussi pour faire des dons. Le CEO d'atlasGo lui a demandé de jouer le rôle d'ambassadeur pour la Suisse, ce qu'il a accepté sans hésiter. «Tout le monde peut courir: il suffit de le vouloir. Et de s'y mettre progressivement.» Croyez-en l'expérience de Jo, qui chaussera bientôt ses baskets pour une nouvelle aventure.

Tu aimerais en savoir plus sur Jonathan Bakuba? Dans la vidéo de la série «Equipe jaune», Patrick Rieder raconte l'histoire de plusieurs postiers.

