



Interview Susanne Ruoff «Die Post soll zur Informationsdrehscheibe zwischen der digitalen und physischen Welt werden». Seite 20

Finanzratgeber Wer sich für eine Kreditkarte von PostFinance entscheidet, profitiert von zahlreichen Vorteilen. Seite 18

Posträtzel
Gewinnen Sie attraktive Preise! Seite 29

Was die Schweizerische Post bewegt
Ausgabe April 2014

magazin

DIE POST 

100 Jahre Nationalpark

Wie PostAuto den sanften Tourismus
in den Schweizer Pärken unterstützt.

Seite 8





Mode,
Schuhe,
Accessoires
online
erleben!



Und jetzt gibt's
20.- geschenkt!
Aber nur bis zum 11.05.2014
Aktionscode 85014

Der **Jelmoli Online-Shop** bietet Ihnen eine Riesenauswahl an trendiger Mode, aufregenden Schuhe und tollen Accessoires. Und jetzt gibt's zusätzlich noch **20.- GESCHENKT!** Geben Sie bei Ihrer nächsten Bestellung unter **jelmoli-shop.ch** oder telefonisch unter der 0848 840 300 einfach den **Aktionscode 85014** an. Ihr 20.- Gutschein* wird dann direkt von der Rechnung abgezogen.

Jelmoli

-shop.ch

*Bedingungen: Gültig bis 11.05.2014. Mindestbestellwert CHF 50. Gültig für das gesamte Jelmoli Sortiment ausgenommen Multimedia. Keine Barablösung. Pro Bestellung und Haushalt kann nur ein Aktionscode eingelöst werden und ist nicht mit anderen Aktionen/Gutscheinen kombinierbar. Der Gutschein verfällt, wenn alle Artikel zurückgesendet werden. Es gelten die AGB und Zahlungsbedingungen unter jelmoli-shop.ch



Claudia Iraoui
Chefredaktorin

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Wenn mein Alltag zu hektisch, chaotisch und voller Misttöne ist, saddle ich mein Pferd und finde in der Ruhe der Natur mein inneres Gleichgewicht wieder. Deshalb beneide ich Fadri Bott ein wenig. Als Parkwächter kann er jeden Tag die wilde Landschaft des Schweizerischen Nationalparks bestaunen, die frische Bergluft geniessen und sich von den Wundern der Natur überraschen lassen. Das 100-Jahre-Jubiläum des Parks ist eine einmalige Gelegenheit, dessen Attraktionen auf einem Streifzug selbst zu entdecken. PostAuto unterstützt den nachhaltigen Tourismus im Nationalpark bereits seit 1922 (siehe S. 8).

Einer, der sich in Sachen Gleichgewicht wie kein Zweiter auskennt, ist der Hochseilartist Freddy Nock. Im Interview auf Seite 30 erklärt der Rekordjäger aus dem Aargau, wie schmal der Grat zwischen Mut und Leichtsinn ist und wie er seine Flugangst überwunden hat.

Aber nicht nur Menschen brauchen Stabilität. Auch die Post ist konstant auf der Suche nach dem Gleichgewicht zwischen Tradition und Innovation, zwischen Preis und Qualität. Lesen Sie dazu auch das Interview mit der Konzernleiterin Susanne Ruoff auf Seite 20.



Schwerpunkt
PostAuto fördert den sanften Tourismus in den Naturparks. Am längsten im Nationalpark. S. 8

Fensterplatz
Unterwegs im Tessin mit PostAuto-Fahrer Marcello Calabresi. S. 25

Freddy Nock
Der Hochseilartist über Höhenangst, Rekorde und das Altern. S. 30



Achtung: Gefahr!
Zu Besuch bei der Paketkontrolle am Flughafen Zürich. S. 26

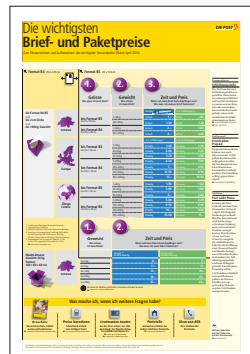


Inhalt

- 05 News
- 08 **Schwerpunkt:**
100 Jahre Nationalpark
- 13 Der Postbote
- 20 Gespräch mit Susanne Ruoff, CEO der Post
- 22 Das historische Bild
- 23 Schweizer Jugend-Sinfonie-Orchester auf Tournee
- 25 Fensterplatz
- 26 Verschärfte Bestimmungen für Gefahrgut
- 28 Leserreise an die Adria
- 30 Seilläufer Freddy Nock im Interview

Service

- 15 Neu und praktisch
- 16 Das Preisplakat
- 18 Finanzratgeber



Das Preisplakat
S. 16





Nicht vergessen: Einfach alles mit der PostFinance Card bezahlen. Auch unterwegs.

PostFinance 

Besser begleitet.



Die Briefmarke

Die Schweiz will aus der Kernenergie aussteigen und den Verbrauch an fossilen Energien minimieren. Das ist ein historischer Entscheid für das ganze Land. Grund genug für die Post, eine Sondermarke zum Thema erneuerbare Energien herauszugeben. Auf der Marke fügen sich Windturbinen, eine Solaranlage und eine Staumauer wie Puzzleteile zusammen. Die Marke symbolisiert das nötige Zusammenspiel verschiedener Massnahmen für das Gelingen der Energiewende bis 2050.

Die Briefmarke ist ab 8. Mai 2014 in allen Poststellen der Schweiz erhältlich und unter www.post.ch/philashop

Ab die Post!

Unsere Newsseiten rund um die Post



Spezialangebot Jungfrauojoch

Reise in die Wunderwelt aus Schnee und Eis

Zum Höhepunkt jeder Schweizreise zählt die Fahrt auf das Jungfrauojoch. Wer schon immer einmal den weltbekannten Aussichtsort besuchen wollte, sollte diese Gelegenheit beim Schopf packen: Ab nur 69 Franken reisen Sie in die hochalpine Wunderwelt und geniessen die spektakuläre Aussicht aus 3454 Meter über Meer. Das MyPlus-Spezialangebot «Jungfrauojoch» ist noch bis Ende April gültig. Hoch gehts!

Tickets kaufen:
www.postauto.ch/myplus



IT-dreamjobs.ch

Ausbildung

Traumjobs in der Informatik

Die Post beteiligt sich als Sponsorin an der Nachwuchsförderungskampagne «IT-dreamjobs». In der Informatik wird in der Schweiz ein grosser Arbeitskräftemangel erwartet. Die Post engagiert sich deshalb zusammen mit anderen Unternehmen für die nachhaltige Ausbildung junger ICT-Fachkräfte.

Verlosung

Gewinnen Sie ein Starterkit WebStamp easy im Wert von 222.90 Franken

WebStamp easy

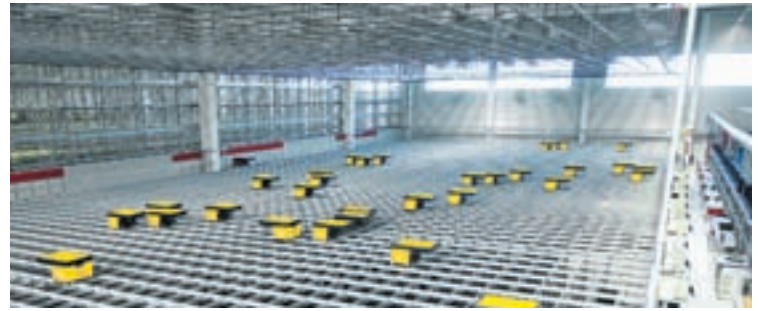
Ganz persönlich

Geburtstag, Ferien, Hochzeit – oder sonst ein unvergesslicher Moment?

Mit WebStamp easy können Sie ganz einfach Ihre persönliche Briefmarke erstellen: Bild hochladen, Versandart wählen, Briefmarke ausdrucken. Und schon erhält Ihr Brief oder Paket eine besondere Note.

➔ www.post.ch/webstamp-easy

Machen Sie mit und gewinnen Sie 3 x 1 Starterkit WebStamp easy im Wert von je 222.90 Franken: Olympus-Kamera VH520, Epson-Drucker XP-412 und WebStamp-Etiketten. Anmeldungstalon auf Seite 23.



YellowCube

Logistischer Alleskönner

YellowCube ist eine logistische Komplettlösung – ein Alleskönner. Dieses neue Angebot der Post nimmt Versandhändlern auf Wunsch sämtliche logistischen Aufgaben ab: von der Lagerung und Kommissionierung über die Verpackung und den Versand bis zur Verarbeitung der Retouren.

➔ www.post.ch/yellowcube

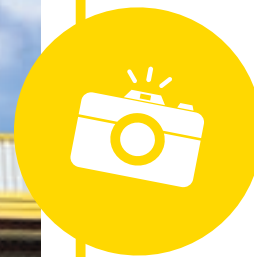
Die Zahl

3 000 000



Sie ist klein, praktisch und sicher. Wohl deshalb hat PostFinance bereits 3 Millionen PostFinance Cards ausgestellt. 3 Millionen PostFinance Cards heisst auch 3 Millionen Mal einfach bezahlen: Schweizweit kann damit in über 80 000 Geschäften, an Tankstellen, in Restaurants, an Kiosken oder beim Onlineshopping bargeldlos bezahlt werden. Interessant für Zugreisende: SBB-Billette können mit der SBB-App und der PostFinance Card schnell und einfach unterwegs gelöst werden. Mehr auch zu den Kreditkarten von PostFinance auf Seite 18.

➔ www.postfinance.ch/postfinancecard



Grösster Fan der Post

Ana Fernandes aus Payerne ist der grösste Fan der Post. Das hat sie letztes Jahr im Rahmen eines Wettbewerbs bewiesen. Als Dank bringen wir sie nun gross raus: Ihr Porträtfoto ist auf einem Lastwagen quer durch die Schweiz unterwegs.

Laufzeiten

Pünktliche Post

Im Jahr 2013 glänzte die Post bei der Brief- und Paketzustellung wiederum punkto Pünktlichkeit:

BRIEFPOST

A-Post:
97,6 Prozent

B-Post:
98,8 Prozent

PAKETPOST

PostPac Priority:
97,3 Prozent

PostPac Economy:
97,7 Prozent

Werbekampagne

Gelb bewegt

Ein komplett gelb angemaltes Velo, ein Laptop oder eine ganze Tankstelle in Gelb. Das sind einige der Sujets der neuen Werbekampagne der Post. Damit streicht die Post Dienstleistungen heraus, die einige wohl noch gar nicht kennen. Oder wussten Sie, dass Pakete auch an Tankstellen abgeholt werden können? Und dass die Post ganze E-Shops baut und betreibt? Auch das ist die Post!



Impressum

Herausgeberin Die Schweizerische Post AG, Kommunikation, Viktoriastrasse 21, Postfach, 3030 Bern, www.post.ch/magazin, magazin@post.ch **Konzept** Arnold.KircherBurkhardt AG **Chefredaktion** Emmanuelle Brossin (EB), Claudia Iraoui (CI), Produzent Michael Krobath/Ammann, Brunner & Krobath AG (MK) **Autorinnen/Autoren** Annina Flaig, Hans-Ueli Friedli (HF), Monika Gurtner (MG), Ruth Hafen (RH), Christoph Kohler **Gestaltung und Layout** www.arnold.kircherburkhardt.ch, Claudia Veit, Petra Feusi (Projektmanagement) **Übersetzung und Korrektorat** Sprachdienst Post **Lithografie** Marti Media AG, www.marti-media.ch **Anzeigen** Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, Pascal Bösiger, www.fachmedien.ch, Telefon: 043 444 51 09 **Druck** DZZ Druckzentrum Zürich AG, www.zeitungsdruck.ch **Sprachen/Auflage** Deutsch: 1 343 736, Französisch: 569 342, Italienisch: 108 832

© Die Schweizerische Post AG. Nachdruck mit schriftlicher Erlaubnis der Kommunikation der Post gestattet.

Kundendienst Montag bis Freitag: 7.30–18 Uhr, Samstag: 8–12 Uhr, Telefon: 0848 888 888, Fax: 0844 888 888, kundendienst@post.ch



Reise ins Herz der N

PostAuto unterstützt den sanften Tourismus und ist ein wichtiger Partner der Schweizer Pärke. Der älteste und berühmteste ist der Schweizerische Nationalpark im Engadin. Er feiert sein 100-Jahre-Jubiläum.

Text: Christoph Kohler

Es dämmt bereits, als ein Rothirsch auf die Lichtung der Alp Stabelchod tritt. Ein weiterer Stier gesellt sich dazu, und noch einer, bis eine ganze Herde der Geweiltitanen aus dem Schatten des Föhrenwalds tritt. Es ist wie in einem Märchen, zu kitschig, um wahr zu sein. Mit seinem Vater steht Fadri Bott, ein Bauernbub aus dem Münstertal, am Rand der Alp und zählt die Tiere: 120 Stiere sinds! Der Moment lässt ihn nicht mehr los. Am nächsten Tag verkündet er feierlich im Kindergarten, später käme für ihn gewiss nur ein Job in Frage, und das sei der eines Parkwächters im Schweizerischen Nationalpark. Das war 1976.

Für solche Erlebnisse reisen heute bis zu 150 000 Naturliebhaber jedes Jahr ans Ende der Schweiz, erst nach Zernez, dann den Ofenpass hinauf Richtung Val Müstair. Ein Drittel von ihnen erreicht den Park mit dem Postauto. Je nach Saison und Vorliebe steigen die Besucher an einer der sechs PostAuto-Haltestellen im Schweizerischen Nationalpark aus und wandern von dort aus durch wilde Täler, über steile Bergkämme, in die Nähe brütender Adler, auf luftige Gipfel, in tiefe Föhrenwälder, über duftende Alpen, vorbei an Steinbockrudeln oder in die «Serengeti der Alpen», ins wilde Val Trupchun. 80 Kilometer Wanderwege bietet der Nationalpark. Wichtigster Begleiter neben festen Schuhen und einer Flasche Wasser: der Feldstecher. Schliesslich gilt im Nationalpark: Erlaubt ist, was die Tierwelt nicht stört. Hier ist der Mensch nur Gast bei Mutter Natur, die Wanderwege darf er nicht verlassen.

Vermutlich werden dieses Jahr noch ein paar Gäste mehr als sonst den ältesten Nationalpark der Alpen besuchen, denn dieser feiert sein 100-Jahre-Jubiläum (siehe Box). Eine Jubiläumsausstellung im Besucherzentrum in Zernez wagt den historischen Spagat zwischen damals und heute. Sieben Personenpaare werden porträtiert, die für den Nationalpark prägend waren bzw. sind. Und wem begegnet da der Ausstellungsbesucher in Form einer lebensgrossen Fotografie? Fadri Bott, 42 Jahre alt, Parkwächter.

Kaffeepause im Hotel Il Fuorn

Znüni-Pause. Fadri Bott sitzt mit schweren Wanderschuhen und in Uniform im Hotel Parc Naziunal >

Ältester Park der Alpen:
Der Schweizerische Nationalpark im Engadin besteht seit 100 Jahren und hat sich in dieser Zeit zu einer Oase der Wildnis entwickelt.



atur





Ausflugsziel Nationalpark: 80 Kilometer Wanderwege durch 170 Quadratkilometer unberührte Natur.



Saurer Car-Alpin in den 20er-Jahren: Seit 1922 fährt PostAuto durch den Nationalpark hinauf zum Ofenpass.

Il Fuorn und wärmt sich mit einer Tasse Kaffee. Gerade noch hat er mit dem Fernglas einen Blick auf den Adlerhorst in der Felswand oberhalb des Hotels geworfen. «Und, gibts Nachwuchs?», will die Geschäftsführerin des Hotels wissen. Noch sei es ruhig im Nest, antwortet der Parkwächter. Die Tür geht auf: PostAuto-Fahrer Christian Camichel betritt die Stube, in der einen Hand den Postsack, in der anderen eine Kiste mit frischem Brot fürs Hotel. Man kennt sich. Camichel steuert seit 22 Jahren bei Wind und Wetter das Postauto durch den Nationalpark. «No en Kaffi, Christian?», fragt Sonja Cazin, die Geschäftsführerin. Doch der PostAuto-Fahrer winkt ab. Er muss bereits wieder weiter.

Das Hotel Parc Naziunal Il Fuorn ist das einzige Hotel, das im 170 Quadratkilometer grossen Gebiet des Nationalparks liegt. Ganz einfach, weil es älter ist als der Nationalpark. Hier tränkten bereits die Säumer ihre Pferde und Maultiere, um anschliessend selbst im Gasthaus zu rasten. Später

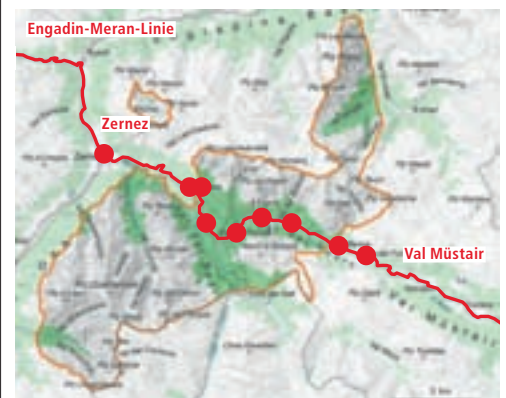
pausierten hier die Kutschen der «Extrapost» auf ihrer siebenstündigen Fahrt von Münstair nach Zernez, bis 1922 das erste Postauto, ein Saurer Car-Alpin, sie ablöste. Und selbst dieses versprach den Fahrgästen noch einen kurzen Halt mit «Imbiss im ehrwürdigen Ofenwirthshaus» während der dreieinhalbstündigen Fahrt.

Heute fährt das Postauto in 54 Minuten von Zernez ins Münstertal. Eine Pause für die Chauffeure liegt nur in der Hauptsaison drin, wenn wegen des Andrangs Fahrten mit zwei Postautos nötig werden und auf dem Rückweg eine Leerfahrt ansteht.

Jeder dritte Gast kommt im Postauto

Sonja Cazin weiss um die immense Bedeutung der Postautos. Auf dem Parkplatz des Hotels stehen sieben Autos, das Hotel mit seinen 60 Betten aber ist voll. «Etwa zwei Drittel unserer Hotelgäste reisen mit dem Postauto an», erklärt sie, «das war vor zehn Jahren noch anders.»

Tatsächlich stellt auch die Verwaltung des Nationalparks mit Freude fest, dass immer mehr Gäste die ökologische Variante der An- und Abreise wählen: mit dem öffentlichen Verkehr.



Die Engadin-Meran-Linie: Jeder dritte Besucher kommt mit dem Postauto in den Nationalpark.



Refugium für wilde Tiere: Eine junge Gämse im Nationalpark.



Ferien im Park: Das traditionelle «Il Fuorn» ist das einzige Hotel im Nationalpark.

Kamen 1993 12,5 Prozent der Gäste mit dem ÖV, sind es heute knapp 30 Prozent. Dieser Aufschwung hat nicht nur mit dem Umweltbewusstsein der Bevölkerung zu tun, sondern auch mit dem Angebot.

PostAuto fährt so häufig wie noch nie durch den Nationalpark: im Sommer im Stundentakt und nicht nur von Zernez aus, sondern auch ab Mals. So erschliesst sich der Nationalpark für Bahnreisende aus dem Norden wie aus dem Süden. Zudem beginnen und enden heute die vom Nationalpark organisierten Exkursionen und Wanderungen grundsätzlich an einer der sechs PostAuto-Haltestellen im Nationalpark. Auch für die Samstagsvorstellungen des Jubiläumsspektakels «LAINA VIVA», das im Sommer aufgeführt wird, bietet der Nationalpark zusammen mit PostAuto Kombibillette ab Chur an – inklusive ausserplanmässiger Rückfahrt im Postauto.

Solche Angebote entsprechen ganz dem Willen von PostAuto, durch Partnerschaften

im Bereich Langsamverkehr und kombinierte Mobilität den sanften Tourismus zu fördern – nicht nur im Nationalpark, sondern in der ganzen Schweiz und in allen Naturpärken (siehe Box auf Seite 12).

Es ist Abend geworden. In Valchava im Münstertal sitzt Fadri Bott mit seiner Frau und den beiden Kindern beim Abendessen und erzählt Geschichten aus dem Nationalpark. Zum Beispiel vom Gamsbock 108, den er tot geglaubt hatte und den er heute Nachmittag erstmals seit fünf Jahren wiedergesehen habe. 21 Jahre müsse er mittlerweile auf dem Buckel haben.

Rothirsche auf dem Asphalt

Christian Camichel hält um 20.12 Uhr zum letzten Mal für heute sein Postauto an der Haltestelle Il Fuorn P6. Wanderer steigen ein, die noch im beliebten Hotelrestaurant zu Abend gegessen haben. Auch er könnte Geschichten erzählen, Geschichten eines Nationalpark-PostAuto-Fahrers. Wie er ein-

mal wegen einer Sonderfahrt nachts über den Ofenpass und nach der Linkskurve vor dem Vallun Chafuol plötzlich in die Bremsen musste. Vor ihm lag ein halbes Dutzend Rothirsche auf der Strasse und genoss die Restwärme des Asphalts. Und die Tiere sprangen nicht etwa auf, sondern erhoben sich erst nach und nach und in gemächlicher Ruhe. Als wüssten sie, dass sie im Nationalpark das Sagen haben.

Doch genug für heute. Christian Camichel erzählt keine Geschichten mehr. Er blickt in den Rückspiegel: Viele Fahrgäste sind eingenickt. Das Postauto bringt sie wohlbehalten zurück in die Zivilisation. ■

Weitere Informationen zum Nationalpark sowie zu weiteren Pärken finden Sie auf der nächsten Seite.

Nationalpark in Zahlen

80 km
Wanderwege

0° Celsius
Durchschnitts-
temperatur



18 Bussen
im Jahr 2012:

6x für «Hunde mitführen»
4x für «Wege verlassen»
3x für «Mountainbiking»
3x für «Feuer machen»
1x für «Wurzeln und
Beeren sammeln»
1x für «Campieren»

8 Bären
auf Durchreise
seit 2005

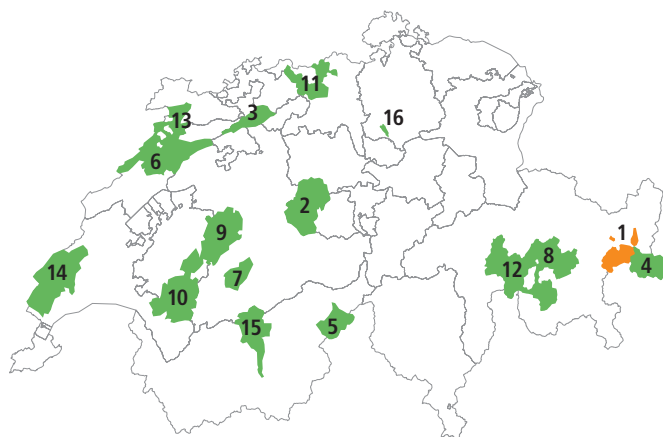
(geblieben ist leider keiner)

6 PostAuto-Haltestellen
im Park



PostAuto – Partner der Schweizer Pärke

Fast 15 Prozent der Schweiz bestehen aus Parkgebieten, 16 Pärke haben die Auszeichnung «Park von nationaler Bedeutung» und vier weitere Pärke sind in Errichtung. Mit einer Ausnahme ist PostAuto Zubringer zu diesen Pärken. Innerhalb der Pärke gibt es zahlreiche Sehenswürdigkeiten, und es werden unterschiedliche Veranstaltungen angeboten (geführte Wanderungen, Exkursionen, Konzerte usw.). Alle Infos finden Sie ab 1. Mai 2014 unter www.postauto.ch/paerke sowie auf der PostAuto-App unter der Rubrik «Reisen und Freizeit». In zahlreichen Pärken gibt es auch attraktive buchbare Angebote mit Unterkunft und Gepäcktransport des Wander- und Velospezialisten SwissTrails. (Details und Buchung auf www.swisstrails.ch, info@swisstrails.ch, Tel. 043 422 60 22)



➔ www.postauto.ch/paerke
➔ www.paerke.ch

Schweizer Pärke

- 1 Schweizerischer Nationalpark
- 2 UNESCO Biosphäre Entlebuch
- 3 Naturpark Thal
- 4 Biosfera Val Müstair
- 5 Landschaftspark Binntal
- 6 Naturpark Chasseral
- 7 Naturpark Diemtigtal
- 8 Parc Ela
- 9 Naturpark Gantrisch
- 10 Naturpark Gruyère Pays-d'Enhaut
- 11 Jurapark Aargau
- 12 Naturpark Beverin
- 13 Naturpark Doubs
- 14 Naturpark Jura vaudois
- 15 Naturpark Pfyn-Finges
- 16 Wildnispark Zürich Sihlwald



Verlosung Machen Sie mit und gewinnen Sie ein Package für zwei Personen für den «Weg der Pioniere» im Naturpark Chasseral im Wert von 616 Franken.

CHASSERAL – HAUTS-GENEVEYS, 3 TAGE / 2 NÄCHTE
Während zwei Wandertagen entdecken Sie, wie die Natur hoch oben im Jura von den Menschen eingenommen und kultiviert wurde und wie sie den Charakter dieser Menschen stark geprägt hat. Die erste Wanderetappe beginnt auf dem Chasseral und führt der Krete entlang bis zum Abstieg nach Dombresson. Unterwegs besuchen Sie das Bauerndorf Le Pâquier (NE) mit seiner traditionellen Schmiede. Am nächsten Tag führt die Wanderung von Dombresson über die Vue-des-Alpes nach Les Hauts-Geneveys, sie dauert rund fünf Stunden. Dabei entdecken Sie die «Boviducs» (das dichte Wegnetz für die Viehhaltung auf den Weiden), die Montagnes de Chézard und Cernier.

Den Wettbewerbston finden Sie auf Seite 23.

Jubiläumsprogramm und Sondermarke

Zum 100. Geburtstag des Schweizerischen Nationalparks gibts ein vielfältiges Jubiläumsprogramm. Seit Februar läuft im Nationalparkzentrum in Zernez eine Jubiläumsausstellung. Vom 11. Juli bis 16. August läuft das Freilichtspektakel «LAINA VIVA». Der Nationalpark und PostAuto bieten Kombibillette ab Chur. Höhepunkt des Jubiläumsjahrs ist die Hauptfeier am 1. August, über die auch das Schweizer Fernsehen live berichten wird. Auf dem Programm stehen Konzerte für Gross und Klein, Feuershows, Strassenkünstler und eine Disco.

➔ www.nationalpark.ch



Die Post gedenkt des Jubiläums mit einer Sondermarke, die ab März in den Poststellen und online erhältlich ist.

➔ www.post.ch/philashop

Der Postbote



10 Fragen an Vincent Steullet 2887 Soubey



Wohnort: Soubey (JU)

Alter: 57 Jahre

Hobbies: meine Bands «Tout Doubs» (Unterhaltungsmusik) und «Cherokeecreek» (Country), mit meiner Corvette durch die Gegend fahren

Angestellt bei der Post: seit 41 Jahren

1. Wie kam es, dass Sie Briefträger wurden?

Das ist eine Familientradition – schon in fünfter Generation. Meine Familie kümmert sich seit 1868 um die Post in Soubey! Als Kind begleitete ich meinen Vater oft auf der Zustelltour.

2. Wie läuft Ihr Arbeitstag ab?

Ich beginne um 6 Uhr in der Poststelle Saint-Ursanne mit der Sortierung der Briefe. Von 8 bis etwa 12 Uhr bin ich auf Zustelltour. Am Nach-

mittag fahre ich nach Saint-Ursanne zurück, um die B-Post zu sortieren.

3. Wie sieht Ihre Tour aus?

Ich bin jeden Tag 92 Kilometer mit dem Auto unterwegs. Mein Grossvater und mein Vater vertrugen die Post noch mit dem Pferd ... Ich bediene auf meiner Tour viele abgelegene Bauernhöfe. Dort hole ich auch Pakete ab und verkaufe Briefmarken. Wenn in Saint-Martin

gemetzget wird, komme ich hin und wieder mit einer Blutwurst von der Zustelltour zurück.

4. Kennen Sie Ihre Kundinnen und Kunden persönlich?

Klar! Ich kenne alle Familien. Die Leute hier sind sehr heimatverbunden. Die meisten, die aus Arbeitsgründen wegziehen, kehren irgendwann in die Gegend zurück.

5. Die Doubs-Region gilt als wunderschön. Welches ist Ihr Lieblingsort?

Das Flussufer. Wenn man zusehen kann, wie ein Dutzend Gämsen den Durst löscht, ist das einfach zauberhaft. Über dieses schöne Erlebnis spreche ich auch im Film «Et au milieu coule le Doubs» von Claude Schauli.

6. Sie sind auch Gemeindepräsident von Soubey. Warum dieses politische Engagement?

Ich war schon von 1997 bis 2002 Gemeindepräsident und habe das Amt vor einem Jahr nochmals übernommen. Doch ich gehöre keiner Partei an. Ich mache es für Soubey und seine 150 Einwohner. Dass ich Postbote bin, erleichtert mir die Aufgabe, denn ich kenne hier jeden.

7. Sie sind seit 41 Jahren Pöstler. Was hat sich in dieser Zeit am meisten verändert?

Früher hatten wir mehr Zeit, um mit unseren Kunden zu reden. Doch auch wenn die Zeit heute knapp ist, «opfer» ich gern ein paar Minuten, wenn eine alte Frau Hilfe braucht.

8. Was tun Sie nach Beendigung Ihrer Arbeit?

Einen Teil meiner Freizeit widme ich meinem Amt als Gemeindepräsident. Ausserdem probe ich mit meinen beiden Bands. Ich gehe auch gern spazieren und pflücke Bärlauch oder Pilze. Und bei schönem Wetter mache ich eine Spritzfahrt mit meiner Corvette.

9. Woher kommt Ihre Begeisterung für Countrymusik?

Dieser Musikstil hat mir schon immer gefallen. Ich spiele Gitarre und singe in der Band «Cherokeecreek» – natürlich in Cowboymontur. Vor zwei Jahren habe ich das erste Soubey Country Festival mitorganisiert, das fast 1000 Zuschauer anzog. Im Juli findet es zum zweiten Mal statt.

10. Wären Sie nicht Postbote, was dann?

Am liebsten Architekt, aber ich würde es wohl kaum den ganzen Tag am Schreibtisch aushalten. Und wenn ich pensioniert bin, reise ich in die USA und fahre wie jeder richtige Countrymusiker die Route 66 runter ... EB

Entspannung zum Abonnieren.



Keine Ausgabe verpassen! Abo unter www.schweizer-landliebe.ch

Unsere Zeitschrift über die schönsten Seiten des Schweizer Landlebens und für die entschleunigte Lebensart. Freuen Sie sich auf faszinierende Fotoreportagen, köstliche Landfrauenküche, raffinierte Strickideen und Porträts bodenständiger Menschen. Schweizer LandLiebe. Mit Liebe gemacht.

Gewünschtes bitte ankreuzen:

- Ja, ich bestelle das Jahresabo der Schweizer LandLiebe mit 6 Ausgaben für nur Fr. 39.– (statt Fr. 42.– am Kiosk).
 Ja, ich bestelle das 2-Jahres-Abo der Schweizer LandLiebe mit 12 Ausgaben für nur Fr. 68.– (statt Fr. 84.– am Kiosk).

Name Vorname

Strasse/Nr. PLZ/Ort

E-Mail Telefon Geburtsdatum

Ja, ich bin damit einverstanden, dass Ringier AG mich künftig via E-Mail über weitere interessante Angebote informiert.
 Abo-Angebote gelten für Neuabonnenten in der Schweiz. Preise inkl. MwSt. und Versandkosten, gültig bis 31.8.2014.

60011574

Bestellcoupon noch heute ausfüllen und einsenden an Schweizer LandLiebe, Leser-Service, Postfach, 4801 Zofingen oder faxen an +41 62 746 35 71. Schnell-Bestellung unter Gratis-Telefon 0800 870 896 oder auf www.online-kiosk.ch/landliebe

Bestellcoupon

Alte Marken mit neuen kombinieren

Manch einer findet in einer Schublade ganz hinten alte Briefmarken mit kleinen Frankaturwerten. Diese sind – nach 1964 verausgabt (mit wenigen Ausnahmen) – immer noch gültig! Die Post bietet hierfür sogenannte «Ergänzungswerte» an. Die neuste Serie ist die Pilzserie. Sie löst die Serie Getreide aus dem Jahr 2008 ab. Damit können Sie z. B. eine alte 90-Rappen-Marke mit einer Pilzmarke über 10 Rappen ergänzen und Ihren Brief dann per A-Post verschicken.

➔ www.post.ch/philashop



Postkarte kreieren und gratis versenden

Die Post lanciert eine Postkarten-App für iPhones. Damit können Sie täglich eine Postkarte gratis an eine Adresse in der Schweiz verschicken. Senden Sie zum Beispiel Ihren Lieben zu Hause eine Postkarte aus den Ferien mit Ihrem Lieblingssujet.

Und so funktioniert's:

- 1 PostCard Creator-App runterladen und sich registrieren
- 2 Foto aufnehmen oder aus Album auswählen
- 3 Grüsse schreiben
- 4 Empfängeradresse angeben und abschicken



Die PostCard Creator-App ist im App Store verfügbar.

Service

Postsendungen via Smartphone steuern

Sie haben eine Sendung verpasst, und es ist Ihnen nicht möglich, diese mit der Abholungseinladung bei der Poststelle abzuholen? Erteilen Sie Aufträge für verpasste Sendungen jetzt ganz einfach über Ihr Smartphone:

- 1 Kostenlose Post-App herunterladen
- 2 Scanner öffnen
- 3 Code auf der Abholungseinladung scannen
- 4 Empfangsvariante wählen



Wählen Sie aus folgenden Möglichkeiten:

- Abholfrist verlängern
- Zweite Zustellung
- Weiterleiten
- Einmalvollmacht erteilen

Diese Dienstleistungen können Sie auch online oder telefonisch beim Kundendienst der Post bestellen

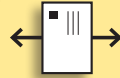
➔ www.post.ch/abholungseinladung
 ➔ 0848 888 888

Die Post-App ist im App Store verfügbar.

Die wichtigsten Brief- und Paketpreise

Zum Herausnehmen und Aufbewahren: die wichtigsten Versandpreise (Stand April 2014)

Format B4 35,3 x 25 cm



Format B5 25 x 17,6 cm

1.
Grösse
Wie gross ist mein Brief?

2.
Gewicht
Wie schwer ist mein Brief?

3.
Zeit und Preis
Wann soll mein Brief beim Empfänger sein?
Wie muss ich meinen Brief frankieren?

bis Format B4/B5
und bis 2 cm Dicke
und bis 1000 g Gewicht



bis Format B5 bis 25 x 17,6 cm	1–100 g 101–250 g	morgen ¹ A PRIORITY PRIORITÄTE		in 2–3 Werktagen ²	
		A-Post	1.–	B-Post	–.85
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	1–500 g	A-Post	2.–	B-Post	1.80
	501–1000 g	A-Post	4.–	B-Post	3.60
bis Format B5 bis 25 x 17,6 cm	1–20 g	in 2–4 Werktagen ³		in 4–10 Werktagen ³	
	21–50 g	Priority	1.40	Economy	1.30
	51–100 g	Priority	2.60	Economy	2.20
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	1–100 g	Priority	3.70	Economy	2.90
	101–250 g	Priority	4.30	Economy	3.80
	251–500 g	Priority	7.–	Economy	4.90
bis Format B5 bis 25 x 17,6 cm	1–20 g	Priority	12.50	Economy	8.50
	21–50 g	Priority	17.–	Economy	10.50
	51–100 g	Priority	1.90	Economy	1.60
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	1–100 g	Priority	3.80	Economy	2.80
	101–250 g	Priority	5.–	Economy	3.60
	251–500 g	Priority	5.80	Economy	4.20
bis Format B5 bis 25 x 17,6 cm	1–100 g	Priority	9.50	Economy	6.30
	101–250 g	Priority	16.–	Economy	9.50
	501–1000 g	Priority	25.50	Economy	15.–

1. Zustellung an Werktagen (Montag bis Samstag)
2. Samstags keine Zustellung
3. Effektive Laufzeiten sind von der Destination abhängig
4. Samstags und sonntags keine Zustellung. Bei Aufgabe am Samstag erfolgt die Zustellung am Dienstag (PostPac Priority) oder am Mittwoch (PostPac Economy).
5. Paketannahme: am Vortag in der Regel bis 12 Uhr, in über 200 ausgewählten Poststellen bis 16 Uhr
➔ www.post.ch/postpac-prio

Maximalmasse
Gewicht: 30 kg
Format:
100 x 60 x 60 cm



1.
Gewicht
Wie schwer ist mein Paket?

2.
Zeit und Preis
Wann soll mein Paket beim Empfänger sein?
Wie muss ich mein Paket frankieren?

bis 2 kg bis 5 kg bis 10 kg bis 20 kg bis 30 kg	morgen ^{4,5} PostPac Priority		übermorgen ⁴ PostPac Economy	
		9.–	7.–	11.–
	12.–	10.–	18.–	15.–
	25.–	22.–		

Die Preise für MiniPac und PostPac International finden Sie unter
➔ www.post.ch/versandkalkulator

Kommunikation

Schlichtungsstelle

Die PostCom hat eine Schlichtungsstelle eingerichtet. Diese bietet ein aussergerichtliches und rasches Verfahren an, wenn es einer Kundin oder einem Kunden und der Post nicht gelingt, einen zivilrechtlichen Streitfall gemeinsam zu lösen.
➔ www.ombud-postcom.ch
➔ 031 951 02 07

Briefversand

Einschreiben Prepaid

Eingeschriebene Briefe können neu auch über einen der 15000 gelben Briefeinwürfe aufgegeben werden. Die Sendung kann wie beim klassischen Einschreiben verfolgt werden. Die Zustellung erfolgt gegen Unterschrift.
➔ www.post.ch/philashop

Gebühren

Post senkt Preise

Gemäss der Über-einkunft mit dem Preisüberwacher treten ab 1. April 2014 folgende Änderungen in Kraft: MiniPac International wird keine eingeschriebene Sendung mehr sein und sechs Franken weniger kosten; Einschreiben ist nur noch mit «Priority» möglich; die einheitliche Gebühr für die Eröffnung einer Dauervollmacht am Schalter beträgt neu 30 Franken (bisher 36 Franken); die Zollabfertigungsgebühr wird um 50 Rappen gesenkt; Einschreiben Prepaid wird für 5.50 Franken erhältlich sein und Retourenpakete an Distanzhändler mit vorgedruckter Etikette werden 1.50 Franken weniger kosten.

Was mache ich, wenn ich weitere Fragen habe?



Broschüre

Unsere Broschüre enthält weitere Informationen.
➔ www.post.ch/broschuere-privatkunden



Preise berechnen

Schnell und einfach zum richtigen Preis!
➔ www.post.ch/versandkalkulator



Briefmarken kaufen

Bei der Post, online, per SMS, am kiosk, bei Naville, Relay, Pess & Web und Newscafé.
➔ www.post.ch/briefmarken
➔ www.post.ch/webstamp-easy



Poststelle

Antworten erhalten Sie in Ihrer nächsten Poststelle.
➔ www.post.ch/standorte



0848 888 888

Ihre telefonische Poststelle.



Weitere Infos über die Post finden Sie auf der Internetseite
➔ www.post.ch

Finanzratgeber

«Sicher, einfach, praktisch:
die Kreditkarten von PostFinance»

Armin Brun, Leiter Marketing
und stellvertretender Vorsitzender der
Geschäftsleitung PostFinance AG



Prepaid oder Kreditkarte, MasterCard oder Visa, Gold oder Classic: Wer sich für eine Kreditkarte von PostFinance entscheidet, profitiert von zahlreichen Vorteilen: Mit den Karten von PostFinance haben Sie weltweit Ihre Finanzen im Griff und profitieren von Zusatzleistungen sowie hoher Sicherheit.



Bonusprogramm mit Bargeldrückerstattung

Mit unserem Bonusprogramm erhalten Sie bei Gold-Karten 0,75 Prozent und bei den Classic-/Standard-Karten 0,5 Prozent des Betrags Ihrer Einkäufe auf Ihr Postkonto rückvergütet. Im ersten Jahr profitieren Sie sogar vom doppelten Bonus.

Bargeldlos bezahlen

Kreditkarten sind weltweit verbreitet und für gewisse Dienstleistungen als Zahlungsmittel Pflicht. In Hotels, Restaurants oder im Internet bezahlen Sie unkompliziert und schnell.

Übersicht im E-Finance

Dank dem sicheren Zugang via E-Finance haben Sie jederzeit die Übersicht über den verfügbaren Betrag der Kartenlimite und können die letzten Einkäufe und Bezüge überprüfen. Laden Sie einfach online Guthaben auf Ihre Prepaidkarte, und mit einer Überweisung können Sie Ihre Kreditkartenlimite temporär erhöhen.

SMS-Kartenservice

Mit dem SMS-Kartenservice können Sie den Saldo und die letzten Transaktionen Ihrer Kredit- oder Prepaidkarte per Handy abrufen.

Kontaktlos bezahlen

Mit PayPass™ und payWave, den kontaktlosen Zahlungsarten von MasterCard und Visa, bezahlen Sie an allen Kartenterminals mit Kontaktlosfunktion Ihre Einkäufe bis 40 Franken schnell und bequem ohne PIN-Eingabe oder Unterschrift. Für Einkäufe über 40 Franken ist aus Sicherheitsgründen die Eingabe einer PIN nach wie vor nötig.

Sicherheit

Kreditkarten von PostFinance sind sichere Zahlungsmittel. Im Onlinebereich setzt PostFinance auf «3-D Secure».



Detaillierte Information finden Sie hier:
➔ www.postfinance.ch/kreditkarten

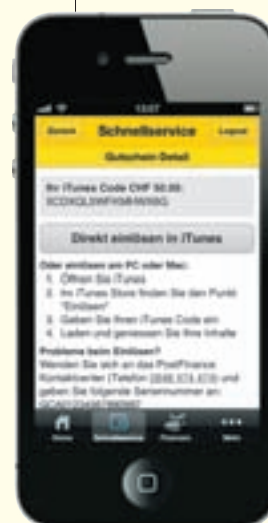
E-Tool

Unkompliziert mit dem Smartphone das iTunes®-Guthaben aufladen und sofort einlösen? Mit der PostFinance App ist dies auch ohne Kreditkarte möglich. Sie brauchen dafür ein Privatkonto, eine heruntergeladene PostFinance App sowie ein iTunes-Konto.

Öffnen Sie die PostFinance App und gehen Sie so vor:

- 1 Schnellservice öffnen und auf «Gutscheine kaufen» klicken.
- 2 Guthaben aufladen. Anbieter «iTunes» auswählen und gewünschten Betrag eingeben.
- 3 Guthaben einlösen. Auf «Direkt in iTunes einlösen» klicken.

➔ www.postfinance.ch/itunes





Paketabholung an Tankstellen ermöglichen: Auch das ist die Post.

Die Post macht viel mehr, als man denkt. Zum Beispiel ist die Paketabholung auch an Tankstellen, SBB-Schaltern sowie bald an rund 40 Paketautomaten möglich. Und für Onlinebestellungen können Firmen ihren Kunden neu sogar Abend- und Samstagzustellung anbieten. Bringen auch Sie Ihr Unternehmen mit den innovativen Lösungen der Post weiter: post.ch/gelb-bewegt

DIE POST 

Gelb bewegt.



«Wir bieten europaweit
das dichteste Netz an Zugangs-
punkten»: Die Ökonomin
Susanne Ruoff leitet seit 2012
die Schweizerische Post.

«Auch im digitalen Zeitalter steht die Post für Zuverlässigkeit und Qualität»

Die Umwandlung in eine AG, ein Rekord im Paketversand, der Aufbau einer elektronischen Briefplattform, zufriedene Kundinnen und Kunden: Konzernleiterin Susanne Ruoff über ein erfreuliches Geschäftsjahr der Post.

Interview: Emmanuelle Brossin, Foto: Marc Wetli

Die Post ist seit letztem Jahr keine Anstalt des Bundes mehr, sondern eine Aktiengesellschaft. Hat die Umwandlung Auswirkungen auf den Service public?

Nein, die Post hat vom Bund neu je einen Grundversorgungsauftrag für Postdienste und für Dienstleistungen des Zahlungsverkehrs. Beide erfüllen wir in hochstehender Qualität und aus eigener Kraft. Wir bieten den Einwohnerinnen und Einwohnern der Schweiz nach wie vor das europaweit dichteste Netz an Zugangspunkten und insbesondere an eigenen Poststellen sowie in jeder Ortschaft mindestens einen Briefeinzwurf. Aktuell gibt es 15 000 Briefkästen, und es ist nicht geplant, diese abzubauen. Die Gesetzgebung verlangt eine Briefzustellung an fünf Tagen pro Woche. Wir stellen Briefe und Zeitschriften jedoch an sechs Tagen zu, um den Bedürfnissen unserer Kundinnen und Kunden gerecht zu werden. Wie eine Studie zu 15 europäischen Postdienstleistern ergeben hat, ist die Post zudem mit ihren Preisen sehr gut positioniert. Die Schweizerinnen und Schweizer profitieren von einer Topdienstleistungsqualität zu günstigen Preisen. Das wird auch in Zukunft so sein.

Wie steht es um die Qualität der Leistungen?

Letztes Jahr wurden 97,6 Prozent der A-Briefpost pünktlich zugestellt. Bei der B-Post waren es sogar 98,8 Prozent aller Briefsendungen. Bei den Paketen erzielten wir ähnlich hohe Resultate. Natürlich bedauern wir jedes verspätete Paket und jeden verspäteten Brief. Darum setzen wir den Fokus weiterhin auf hohe Qualität und Zustellpünktlichkeit.

Die Bedürfnisse der Kundinnen und Kunden verändern sich laufend. Was bedeutet das für die Post?

Ein wachsender Teil der Bevölkerung kommuniziert über elektronische Kanäle und pflegt einen mobilen Lebensstil. Heutzutage besitzt fast jeder ein Handy oder ein Smartphone, und die Kundinnen und Kunden wol-

len unsere Dienstleistungen überall und jederzeit beanspruchen. Als Folge des veränderten Kundenverhaltens geht unter anderem das Briefvolumen zurück. Die Menge der adressierten Briefe sank im letzten Jahr um 2 Prozent. Dafür profitieren wir vom Boom des Onlinehandels, der uns steigende Paketmengen bringt. 2013 haben wir so viele Pakete zugestellt wie noch nie.

Wie begegnet die Post den neuen Herausforderungen?

Wir werden das Kerngeschäft konsequent weiterentwickeln. Und wir wollen dank Innovationen die bestehenden Dienstleistungen der Post auch in die digitale Welt bringen. Im Bereich E-Commerce haben wir zahlreiche neue Dienstleistungen eingeführt, die unseren Kundinnen und Kunden das Leben erleichtern. So können sie online wählen, wann (tagsüber, am Abend oder am Samstag) und wo sie bestellte Waren in Empfang nehmen möchten: zu Hause, im Büro, an einem unserer neuen Paketautomaten, in einer PickPost-Stelle oder in einer unserer Poststellen. Wer ein Paket verpasst hat, kann die Abholfrist verlängern, eine zweite Zustellung veranlassen oder die Sendung an eine andere Adresse weiterleiten lassen. Dafür muss der Empfänger lediglich den Code auf der Abholungseinladung mit der Post-App scannen oder diesen auf der Website der Post eingeben. Zudem entwickeln wir eine elektronische Briefplattform – ePostOffice. Dank ePostOffice haben die Kundinnen und Kunden in Zukunft die Wahl, ob sie ihre Post physisch im Briefkasten oder in elektronischer Form auf dem Computer, Tablet oder Handy erhalten wollen. Schliesslich haben wir mit WebStamp und der SMS-Briefmarke auch moderne Frankierlösungen eingeführt.

Setzen auch PostFinance und PostAuto auf digitale Dienstleistungen?

Schon seit vielen Jahren ist PostFinance im E-Banking in der Schweiz führend. Sie ermöglicht ihren Kundinnen und Kunden mit elektronischen Services den einfachsten

Umgang mit Geld. PostFinance ist zudem die erste Bank, die ihrer Kundschaft mit einer speziellen SIM-Karte das sichere mobile Login ins E-Banking via Smartphone ermöglicht. Die elektronischen und mobilen Dienstleistungen von PostFinance erfreuen sich zunehmender Beliebtheit: Mittlerweile nutzen 1,5 Millionen Kundinnen und Kunden E-Finance. PostAuto stellt seinen Fahrgästen als Pioniertat mit dem kostenlosen Internetzugang während der Fahrt eine zeitgemässe Dienstleistung zur Verfügung.

Das veränderte Kundenverhalten wirkt sich auch auf das Poststellennetz aus. Wird es zu weiteren Poststellenschliessungen kommen?

In den Poststellen werden immer weniger Briefe und Pakete aufgegeben, ebenso gehen die Einzahlungen am Schalter zurück. Das bedeutet, dass wir das Poststellennetz weiter an die veränderten Kundenbedürfnisse anpassen müssen. Kundenfreundlichkeit und Wirtschaftlichkeit sind die Treiber für die Weiterentwicklung des Poststellennetzes. Dabei setzen wir auf Poststellen, Postagenturen und den Hauservice. Mit den neuen Modellen können beispielsweise längere Öffnungszeiten angeboten werden, und die Bevölkerung scheint die Alternativen mehrheitlich zu begrüssen. Gemäss der letzten Kundenumfrage hat die Zufriedenheit mit den Postagenturen und dem Hauservice deutlich zugenommen. Ersatzlose Schliessungen von Poststellen waren in der Vergangenheit die Ausnahme. Das soll auch in der Zukunft so bleiben.

Einzelne Kundinnen und Kunden sind der Meinung, dass die Poststellen zu Gemischtwarenladen werden...

Aufgrund der Rückgänge in ihrem Kerngeschäft muss die Post nach neuen Ertragsquellen Ausschau halten. Deshalb bietet sie in den Poststellen ein umfassendes Zusatzsortiment aus Markenartikeln an. Dieses reicht von Autobahnvignetten über Bücher, Computer und Mobiltelefone bis hin zu >

Schokoriegeln. Wie die Verkaufszahlen zeigen, schätzt die Kundschaft dieses Angebot. 2013 konnte die Post mit solchen Artikeln fast 500 Millionen Franken Umsatz erwirtschaften.

Elektronische Dienstleistungen sind allgegenwärtig. Wird es die Schweizerische Post bald nur noch online geben?

Die physische Beförderung von Briefen und Paketen ist und bleibt unser Kerngeschäft. Doch wir ergänzen dieses Kerngeschäft mit neuen elektronischen Angeboten. Ein Beispiel dafür ist das elektronische Patientendossier vivates, das in den Kantonen Genf,

«Die Zufriedenheit mit Postagenturen ist deutlich gestiegen»

Waadt und Tessin bereits erfolgreich eingesetzt wird und auch in anderen Kantonen eingeführt werden soll. Wir wollen die Schweizerische Post zur Informationsdrehscheibe zwischen der physischen und der digitalen Welt machen, indem wir zeitgemässe Angebote für die moderne Informationsgesellschaft schaffen. Auch im digitalen Zeitalter steht die Post für Zuverlässigkeit, Vertrauen und Qualität. Dazu tragen insbesondere auch unsere Mitarbeitenden bei: vom Zustell- und Verkaufspersonal über den Kundendienst bis zu den PostAuto-Chauffeuren. Sie kennen die Bedürfnisse der Kundinnen und Kunden und fördern mit ihrem Engagement und ihrer Professionalität das positive Image der Post. ■

Die Post ist auf Kurs

Das vergangene Jahr war durch Rekordmengen bei den Paketen (dank Boom im Onlinehandel), einem Rückgang der adressierten Briefe, den weiteren Zufluss an Kundengeldern bei PostFinance und wachsende Fahrgastzahlen bei PostAuto geprägt. Das Betriebsergebnis (EBIT) konnte dank eines konsequenten Kostenmanagements gegenüber dem Vorjahr um 51 Millionen Franken gesteigert werden. Die Post hat einen Konzerngewinn von 626 Millionen Franken erzielt, 146 Millionen Franken weniger als im Vorjahr. Dieser Rückgang ist auf die neue Rechtsstruktur der Post zurückzuführen, denn seit der Umwandlung in eine Aktiengesellschaft ist die Post vollumfänglich steuerpflichtig. Der Verwaltungsrat wird der Generalversammlung beantragen, dem Bund als Eigner der Post eine Dividende von 180 Millionen Franken auszuschütten.

➔ www.post.ch/geschaeftsbericht

Das historische Bild

1960er



Die Bahnpost – Abschied von einem Mythos

Einst waren sie der Stolz der Post: die rund 600 Bahnpostler. Zuletzt, Ende März 2014, waren es nur noch sechs Mitarbeitende, die sechsmal pro Woche die einzige noch verbliebene Bahnpost vom Briefzentrum Härkingen nach Brig bedienten. Ohne sie hätten frühmorgens im Oberwallis weder der aktuelle Tagesanzeiger noch die NZZ, weder der Bund noch die Aargauer Zeitung im Briefkasten gelegen. Während Jahrzehnten konnte die Post der Bevölkerung ihre Zustelldienstleistungen nur dank der Bahnpost zuverlässig und pünktlich anbieten. Jetzt gehört das «rollende Postbüro» (Bild) endgültig der Geschichte an. Ein neues Zeitungstransportkonzept und moderne Verarbeitungszentren haben das Ende der Bahnpost schon vor zehn Jahren besiegelt. Die moderne automatisierte Sortiertechnik in den Briefzentren hat die «Untergewegssortierung» vollends überflüssig gemacht. Auch der dichtere Fahrplan und die schnelleren Verbindungen der Bahn haben dazu beigetragen. Mit der letzten Bahnpost geht nun für viele, vorwiegend schon pensionierte Postmitarbeitende ein Mythos zu Ende. HF

Das demokratische Orchester

Das Schweizer Jugend-Sinfonie-Orchester geht auf Frühlingstournee – und darf das Programm mitbestimmen.



Rund 100 Musikertalente zwischen 15 und 25: das SJSO.

Eine Woche in St. Moritz muss reichen, um 70 Bühneminuten vorzubereiten. Das ist nicht viel Zeit. Aber es hat noch jedes Mal geklappt, die Mitglieder des Schweizer Jugend-Sinfonie-Orchesters (SJSO) sind keine Anfänger. Seit seiner Gründung 1969 hat das Orchester über 200 sinfonische Werke erarbeitet und in über 500 Konzerten in der Schweiz und im Ausland aufgeführt. Ein lebendiger Haufen, der jeweils im Frühling und im Herbst aus der ganzen Schweiz anreist, um gemeinsam zu musizieren. Sie sind jung, zwischen 15 und 25. Sie geben viel Freizeit her, um gratis zu arbeiten. Ihr Lohn: Bühnenerfahrung, musikalische Bekanntschaften, einmalige Erlebnisse, die zusammenschweissen. Und sie haben – nicht selbstverständlich in einem Orchester – Mitspracherecht bei der Programmwahl.

Jonas Veress, 25, spielt seit 2008 Cello im SJSO und ist Präsident der Musikkommission, die sich aus ausgewählten Orchestermitgliedern und dem Dirigenten Kai Bumann zusammensetzt. Im Frühling stehen zwei anspruchsvolle Stücke auf dem Programm: Dvořáks Cellokonzert mit dem jungen Genfer Solisten Lionel Cottet sowie Lutosławskis Konzert für Orchester. «Ein schweres Stück von Lutosławski, aber hier kommen alle Instrumente auf ihre Kosten», sagt Veress. «Das war mit ein Grund, warum wir es gewählt haben. Da wird es keinem langweilig!» Langweilig dürfte es auch dem Publikum kaum werden, denn zwischen den knapp 100 Musikern und dem Dirigenten werden sicher die Funken sprühen. RH

Programm

Antonín Dvořák:
Konzert für Violoncello und Orchester
h-Moll op. 104

Witold Lutosławski:
Konzert für Orchester

Tourneedaten

Samstag, 10. Mai 2014
Bern, Kultur-Casino, 19.30 Uhr

Sonntag, 11. Mai 2014
St. Gallen, Tonhalle, 17.00 Uhr

Samstag, 17. Mai 2014
Solothurn, Konzertsaal, 20.00 Uhr

Sonntag, 18. Mai 2014
Neuenburg, Temple du Bas, 17.00 Uhr

Montag, 19. Mai 2014
Zürich, Tonhalle, 19.30 Uhr

Dienstag, 20. Mai 2014
Chur, Kirche St. Martin, 20.00 Uhr



Kai Bumann dirigiert seit 1998 das SJSO.

Glückspilze gesucht!
Gewinnen Sie attraktive Preise!

WebStamp easy Seite 6

3 x 1 Starterkit WebStamp easy im Wert von je CHF 222.90: Olympus-Kamera VH520, Epson-Drucker XP-412 und WebStamp-Etiketten

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

SMS Senden Sie das Wort POM2 an 919 (CHF 1.–/SMS).

Teilnahmeschluss: 15. Mai 2014

Naturpark Chasseral Seite 12

1 dreitägiges Package für 2 Personen für 2 Wanderetappen mit Gepäcktransport, 2 Übernachtungen (Kat. Standard) im DZ, Frühstück, Reiseunterlagen, Routendokumentation, Helpline 7/7 Tage (Wert CHF 616.00)

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

SMS Senden Sie das Wort POM3 an 919 (CHF 1.–/SMS).

Teilnahmeschluss: 15. Mai 2014

Jugend-Sinfonie-Orchester Seite 23

Je 2 x 2 Tickets pro Ort

Bern, Kultur-Casino, 10. Mai 2014, 19.30 Uhr
St. Gallen, Tonhalle, 11. Mai 2014, 17.00 Uhr
Solothurn, Konzertsaal, 17. Mai 2014, 20.00 Uhr
Neuchâtel, Temple du Bas, 18. Mai 2014, 17.00 Uhr
Zürich, Tonhalle, 19. Mai 2014, 19.30 Uhr
Chur, Kirche St. Martin, 20. Mai 2014, 20.00 Uhr

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

SMS Senden Sie das Wort POM4 und den gewünschten Konzertort an 919 (CHF 1.–/SMS). Beispiel: «POM4 Bern»

Teilnahmeschluss: 30. April 2014

Talon einsenden an:

**Die Schweizerische Post AG,
Stichwort «magazin», 3024 Bern**

Wettbewerbsbedingungen: Die Gewinnerinnen und Gewinner der Wettbewerbspreise werden schriftlich benachrichtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Gleiche Gewinnchancen bei Teilnahme via SMS oder Talon. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Gewinnen Sie! Das Magazin verlost je 2 x 2 Tickets pro Konzertort. Mehr zum Engagement von PostFinance auf www.postfinance.ch/sjs0.

Was Ihnen Ihr Apotheker nicht erzählt...

Harmlose Gesundheitsprobleme und kleinere Wehwehchen sind für einige eine gute Gelegenheit, sich eine goldene Nase zu verdienen. Salben, Tabletten und Sirups gehen in rauen Mengen über die Ladentische. Und doch schadet das Heilmittel häufig mehr als das Problem selbst. Noch bevor Sie es richtig merken, werden Sie mit unangenehmen Nebenwirkungen konfrontiert. Entdecken Sie zwei „WUNDERMITTEL“, die Sie im Kühlschrank haben und die nicht nur Ihren Körper, sondern auch Ihren Geldbeutel schonen.

INGWER

Dieses bekannte Gewürz hilft sehr effektiv gegen zahlreiche Beschwerden und Erkrankungen. Es ist ein unglaubliches Heilmittel, das so gut wie nichts kostet.

Ingwer wurde bereits in der traditionellen chinesischen Medizin angewendet und hat auch einen festen Platz in der traditionellen Ayurveda-Medizin. Die tolle Knolle ist eine sehr wirkungsvolle Helferin zur Behandlung zahlreicher alltäglicher Beschwerden, Probleme und Erkrankungen. Ingwer ist keine magische Formel aus Grossmutter's Zauberbuch, sondern ein Heilmittel, das erforscht und getestet wurde und dessen Wirkung Wissenschaftler nachgewiesen haben.

Ingwer ist reich an Mineralstoffen und Vitamin B6, doch vor allem weist es einen hohen Anteil an sehr starken Antioxidantien auf. Er ist ein wahrer Tausendsassa und wirkt gegen so viele Beschwerden wie keine andere Frucht und kein anderes Gewürz. In ihrem neuen Buch „Ingwer, ein in Vergessenheit geratener Schatz“ enthüllt Sandra Bierstedt alle Geheimnisse dieser traditionellen Wunderknolle. Ein Beispiel:

- So lindern Sie oder stoppen sogar Migräneanfälle und Kopfschmerzen ohne Nebenwirkungen und mit besseren Heilungserfolgen als durch die Einnahme chemischer Medikamente
- Endlich Schluss mit Reisekrankheit, Übelkeit und Brechreiz
- Das Geheimnis, mit dem Angelina Jolie in nur wenigen Wochen 11 Kilo abgenommen hat
- Das Rezept für ein Mittel gegen Gelenkschmerzen, Schwellungen und Entzündungen
- Verdauungsprobleme Magenschmerzen oder Blähungen? So sind Sie die Beschwerden innerhalb einer halben Stunde los
- Ein einfaches Rezept gegen saures Aufstossen, das besser hilft als jedes Medikament



- Ein Spray, das bei Akne Wunder wirkt
- Natürliche und einfache Hilfe bei Kälteempfindlichkeit und Menstruationsbeschwerden
- Sexualität: Die jahrhundertealte absolute Waffe gegen Impotenz oder mangelnde Libido
- So überwinden Sie Ihre Schlafstörungen...
- Das Rezept für ein aphrodisierendes Getränk
- Eine wirkungsvolle Alternative zur Bekämpfung von Arthrose, Arthritis und Rheuma
- Ein Anti-Cellulite-Bad mit hautverjüngender Wirkung
- Wirken Sie einer Übersäuerung Ihres Körpers entgegen, die ebenso gefährlich ist wie der übermäßige Konsum von Alkohol oder Nikotin
- Die ultimative Hilfe gegen einen Kater
- Bringen Sie Ihr Immunsystem auf Hochtouren und geben Sie dem Schnupfen keine Chance
- Ingwer-Rezepte für Ihre Hausapotheke.

In dem Buch „Ingwer, der in Vergessenheit geratene Schatz“, entdecken Sie Dutzende Heilmittel und Rezepte (wieder), mit denen sich dank der außergewöhnlichen Wirkung von Ingwer zahllose gesundheitliche Probleme lindern und heilen lassen.

Und was das Beste ist: Ingwer finden Sie in jedem Supermarkt. Er ist günstig, wirkungsvoll und frei von Nebenwirkungen. Ist es da erstaunlich, dass Ihr Apotheker Ihnen bislang noch nichts davon erzählt hat?

Eilbestellungen
Tel. 044 552 00 87
Fax 022 552 09 42
service@bodybest.ch

Die Zitrone

Wenn Sie glauben, alles über die Zitrone zu wissen, werden Sie jetzt sicherlich verblüfft sein. Die Sonne in Ihrem Fruchtkorb ist deutlich mehr als eine Vitamin-C-Bombe.



Jeder kennt einige positive Wirkungsaspekte von Zitrusfrüchten. Und für die meisten von uns ist die Zitrone gleichbedeutend mit Vitamin C. In dem Buch „Die Zitrone, viel mehr als Vitamin C!“ werden Sie voller Überraschung zahlreiche verkannte Fähigkeiten dieses

Alkönners aus dem Süden entdecken. Zudem lernen Sie viele Wirkungsaspekte und bemerkenswert wirkungsvolle Rezepte kennen, die Sie einfach zubereiten können. Die Zitrone entfaltet ihre Wirkung bei zahlreichen Beschwerden und Problemen, die sie sicherlich niemals mit ihr in Verbindung gebracht hätten. Sie hilft bei Lippenherpes, Kater und Akne, wirkt heilungsfördernd bei Prostataproblemen und Arteriosklerose, wirkt unterstützend bei einer Entgiftung und Gewichtsreduzierung ... um nur einige wenige Wirkungsaspekte zu nennen.

Säure ist nicht gleich Säure

Unser moderner Lebensstil ist schuld an einer Übersäuerung unseres Organismus (Azidose), zu deren Begleiterscheinungen insbesondere Antriebslosigkeit, vorzeitige Alterungserscheinungen, erhöhte Cholesterinwerte, Haarausfall und depressive Verstimmungen gehören. Trotz ihres sauren Geschmacks ist die Zitrone ein alkalisches Lebensmittel (Antiazidum) und wirkt somit einer Übersäuerung entgegen. Sie ist eine der wirkungsvollsten Waffen zur Bekämpfung zahlreicher Erkrankungen.

Und sie kann noch so viel mehr

Dieses Werk ist zudem ein ergiebiger Fundus von Tricks und praktischen Tipps, die Ihnen beispielsweise sagen, wie Sie Rostflecken entfernen • wie Ihre Fingernägel wieder wunderbar weiss werden • wie Sie Ihre Schuppen loswerden • wie Sie Zwiebeln ohne Tränen schneiden • wie Sie Sonnenbrand lindern • wie Sie Mücken vertreiben etc. Dieses Referenzwerk wird Sie begeistern und jedes Mal verblüffen, wenn Sie nach einer Lösung für ein kleines Gesundheitsproblem suchen oder praktische Unterstützung im Alltag benötigen. Dieses Buch darf in keinem Haushalt fehlen.

Coupon bitte zurücksenden an Body Best

Postfach 2622 - 1260 Nyon - Tel. 044 552 00 87 - Fax 022 552 09 42
 service@bodybest.ch - www.bodybest.ch

Lassen Sie mir bitte das folgende Werk/die folgenden Werke zukommen

__ Exemplar(e) „Ingwer, der in Vergessenheit geratene Schatz“ zum Preis von Fr. 39.- je Exemplar

__ Exemplar(e) „Die Zitrone, viel mehr als Vitamin C!“ zum Preis von Fr. 39.- je Exemplar

Beitrag an Versandkosten und Versicherung Fr. 6.95

Sparen Sie Fr. 19.- und bestellen Sie gleich 2 Bücher Ihrer Wahl zum Preis von lediglich Fr. 59.-. Wir gewähren Ihnen ein 30-tägiges Rückgaberecht.

Name/Vorname _____

Adresse : _____

PLZ/Ort _____

Tel _____ Geburtsdatum _____

GCDP003

Fensterplatz

S. Antonino–Dirinella Unterwegs mit Marcello Calabresi

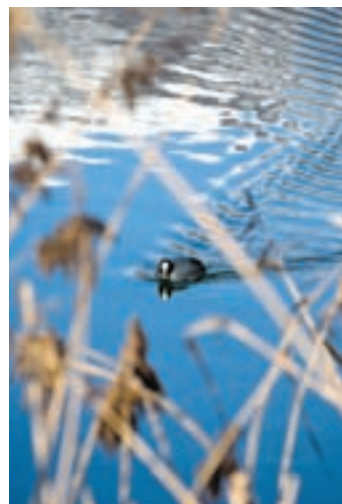


Marcello Calabresi (41) fährt seit 20 Jahren Postauto. Er lebt mit seiner Familie in Vira.

Am schönsten ist es hier an der Riviera del Gambarogno von Mai bis Oktober, dann kommen auch die meisten Touristen. Schon im April sind die Kamelien und Magnolien im botanischen Garten bei Piazzogna sehenswert und locken Leute her. Meine Strecke führt am See entlang, faszinierend, wie sich bei schönem Wetter die Landschaft im Wasser spiegelt. Hier im Gambarogno ist das Leben gemächlich, doch wem es zu ruhig wird, der ist mit dem Schiff, dem Zug oder dem Bus in einer halben Stunde in Locarno. Da ich hier aufgewachsen bin, kenne ich meine Passagiere persönlich, schaue zu, wie die Kinder heranwachsen. Ich mag die Menschen hier und freue mich am Kontakt mit ihnen. Die Leute schätzen unsere Arbeit, und sie zeigen es uns auch – das finde ich schön. Gerade neulich hat sich eine Kundin, die weggezogen ist, bei uns mit einem Brief bedankt. Andere bringen uns manchmal eine kleine Aufmerksamkeit vorbei. RH



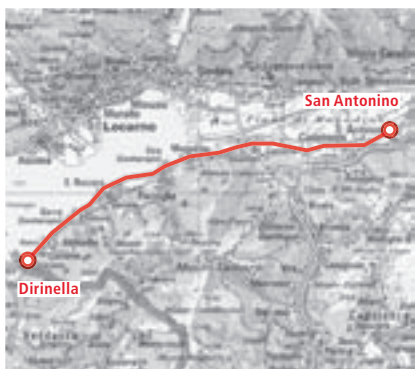
Gerra Es lächelt der See und ladet zum Baden ein: Einmal zur Boje hinausschwimmen oder vom Sprungbrett aus die Aussicht auf Ascona und ins Maggiatal genießen.



Magadino Superiore Das Taucherli hat einen Nistplatz mit Seeanstoss.



Vira Mitten im See spiegeln sich die Berge, locken Centovalli und Onsernone.



Kurs 62.329

S. Antonino–Dirinella



Weitere Informationen und Freizeitangebote

von PostAuto finden Sie auf

➔ www.postauto.ch/freizeitlick



Vira Die Kirche Santi Pietro e Paolo beherbergt die sterblichen Überreste eines römischen Märtyrers.



Dirinella Wer hier Ferien macht, kann den See per Boot erkunden und zum gegenüberliegenden Brissago fahren. Sportliche schwimmen hinüber.

Achtung Gefahr!

Im internationalen Güterverkehr wurden die Bestimmungen für den Transport von Gefahrgut verschärft. Ein Besuch im Exchange Office des Flughafens Zürich-Kloten, wo jedes Paket vor dem Abflug kontrolliert wird.

Text: Claudia Iraoui; Fotos: Stefan Walter



Sicherheitskontrolle der Post im Exchange Office am Flughafen Zürich-Kloten. **1** Jedes Paket wird auf ein Fliessband gelegt und durchleuchtet. **2** Dabei wird der Inhalt auf gefährliche und verbotene Substanzen gescannt. Wird ein verdächtiges Objekt identifiziert, erfolgt eine Spezialuntersuchung (siehe Bilder rechts).

Das Exchange Office befindet sich nur rund 100 Meter von einer Startbahn des Flughafens Zürich-Kloten entfernt. Hier herrscht Tag und Nacht Betrieb, das Exchange Office ist das letzte Tor, das die Briefe und Pakete auf ihrem Weg in die grosse weite Welt passieren müssen. Bevor sie ins Flugzeug gelangen, müssen die Pakete und die Briefe, die nachts eingetroffen sind, durchleuchtet werden. Alle Pakete mit gefährlichem Inhalt werden aussortiert. Dieses Konzept wurde kürzlich von der Internationalen Zivilluftfahrtorganisation (ICAO) neu definiert. «Auf diese Weise wendet die Post die Vorgaben der ICAO und des Weltpostvereins (UPU) an, die auch in die schweizerische Verordnung

über den Lufttransport gefährlicher Güter aufgenommen wurden», erklärt Regina Joss, Inspektorin und Expertin für Gefahrgut des Bundesamts für Zivilluftfahrt (BAZL). Verboten sind beispielsweise Parfümflaschen, Lithiumbatterien, Spraydosen, Leim, Bleichmittel ... Auf den ersten Blick lauter harmlose Dinge, die aber ein Sicherheitsrisiko für den Flug darstellen. «Parfüms enthalten zum Beispiel entzündbare Flüssigkeiten, und Spraydosen, sogenannte Aerosole, gehören zu den entzündbaren Gasen», so Regina Joss. Eine besondere Gefahr stellen Lithiumbatterien dar. Diese befinden sich in Mobiltelefonen, Digitalkameras und MP3-Geräten.

Beschädigte und überhitzte Lithiumbatterien können einen Kurzschluss verursa-

chen, der dann wegen der hoch konzentrierten Energie sogar zu Bränden führen kann. «Wegen ihnen sind schon Flugzeuge in Flammen aufgegangen», erklärt Fabrizio Simona, Sicherheitsexperte der Post. Elektronische Geräte mit Lithiumbatterien werden nur zum internationalen Versand zugelassen, wenn die Batterie im Gerät integriert ist.

Jeden Tag werden in Zürich rund 50 Pakete geöffnet. In den meisten Fällen geschieht dies, weil die Pakete Parfümflaschen oder Spraydeos enthalten. Hin und wieder taucht aber auch Überraschendes auf, beispielsweise eine vollgetankte Kettensäge. Falls beim Durchleuchten des Inhalts eine verbotene Substanz identifiziert wird, kann das Paket von einem eigens ausgebildeten



3 Das verdächtige Paket wird geöffnet. 4 Die verbotenen Kosmetika werden herausgenommen. 5 Der erlaubte Inhalt kommt zurück ins Paket. 6, 7 Die gefährlichen Güter werden zusammen mit einem erklärenden Brief an den Absender zurückgeschickt. 8, 9, 10 Das Paket mit den erlaubten Substanzen wird zum Flugzeug gebracht, das es zum Empfänger bringt.



Team geöffnet werden. «Es zerreißt mir das Herz, wenn es sich um ein liebevoll verpacktes Geschenk handelt, aber wir können nicht anders, es ist eine Frage der Sicherheit!», betont Dirk Zauta, Teamleader Sicherheitskontrollen. «Mit ihrer Unterschrift auf der Zollerklärung bestätigen die Kundinnen und Kunden, dass die gemachten Angaben korrekt sind, dass sie die Allgemeinen Bedingungen der Post akzeptieren und dass das Paket keine gefährlichen und verbotenen Güter enthält», erklärt Fabrizio Simona. Falls in einem Paket gefährliche Güter identifiziert werden, werden diese zusammen mit einem erklärenden Brief an

den Absender zurückgeschickt. Der Rest der Sendung hingegen verschwindet in den Stauräumen der Flugzeuge und düst schon bald über unsere Köpfe hinweg, fernen Zielen entgegen. ■

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihre Poststelle oder kontaktieren Sie den Kundendienst: ➔ 0800 888 100

Gefährliche Güter



Leserreise

8.–12. September 2014

Emilia-Romagna und die Adriaküste



Modena, Ravenna und San Marino

Preis pro Person ab
CHF 985.–

Die fruchtbare Emilia-Romagna in Norditalien und die wunderschöne Adriaküste zeigen sich auf dieser Reise von ihrer abwechslungsreichen Seite.

Tag 1: Schweiz–Cesenatico

Anreise nach Cesenatico. Abendessen und Übernachtung im Hotel.

Tag 2: Ravenna und Abendessen auf einem Landgut

Nach dem Frühstück führt uns die Reise nach Ravenna, auch Hauptstadt der Mosaiken genannt. Bei einer Stadtführung lernen Sie die Geschichte, die Mosaiken sowie die Basiliken der zum UNESCO-Weltkulturerbe ernannten Stadt näher kennen. Danach haben Sie Zeit, die Stadt auf eigene Faust zu erkunden. Am Abend wird unser Gaumen bei einem typischen Abendessen auf einem Landgut verwöhnt.

Tag 3: Modena und Balsamico

Der heutige Tag steht ganz im Zeichen des Genusses. Gleich nach dem Frühstück brechen wir zu einer Stadtführung nach Modena auf. Der Stolz der Modeneser ist die Piazza Grande mit ihrem romanischen Dom San Geminiano und dem 88 Meter hohen Campanile. Zudem stellen

in Modena die Familien bereits über mehrere Generationen den traditionellen Balsamico-Essig her. Sie besuchen eine bekannte Essiggellerei und kommen in den Genuss einer kleinen Verkostung. Das Abendessen wird im Hotel serviert.

Tag 4: San Marino und San Leo

Heute geht es zur Zwergrepublik San Marino. Dieser vollständig von Italien umgebene Stadtstaat gilt als älteste Republik der Welt. Bei einer Führung lernen wir Sehenswürdigkeiten wie die Kirche San Francesco und die Basilika San Marino kennen. Unser nächstes Ziel San Leo – eine eindrucksvolle, praktisch uneinnehmbare Festung – liegt auf einem mächtigen Felsen, von dem aus man eine herrliche Aussicht auf die gesamte Umgebung geniesst. Nach der Führung fahren wir zurück ins Hotel, wo uns das Abendessen serviert wird.

Tag 5: Cesenatico–Schweiz

Wir geniessen unser letztes Frühstück im Hotel, bevor wir in unserem Reiseacar in die Schweiz zurückkehren.

Eine Reise mit PostAuto



Preise pro Person

- Im Doppelzimmer **CHF 985.–**
- Zuschlag Einzelzimmer **CHF 150.–**

Im Preis inbegriffen:

- Fahrt im PostAuto-Reiseacar****
- Durchgehende PostAuto-Reisebegleitung
- Vier Übernachtungen mit Frühstück im ****Hotel
- Drei Abendessen im Hotel
- Ein Abendessen auf einem Landgut
- Führungen in Ravenna, Modena, San Marino und San Leo mit lokaler Reiseleitung
- Besichtigung Essiggellerei mit Degustation und kleinem Imbiss
- Reiseleiter
- Taxen und Gebühren

Nicht inbegriffen:

- Getränke
- Annullierungskosten und SOS-Schutz ab **CHF 30.–**

Programmänderungen vorbehalten

Ihr Hotel

Hotel Caesar**** in Cesenatico
Badezimmer mit Dusche/Bad, Toilette, Föhn, TV, Kühlschrank, Safe, Klimaanlage, Internet

Einsteigeorte

Biel, Bern, Olten, Luzern, Zürich, Sargans, Chur, Thuisis

Information und Reservation

- ➔ 058 386 31 70
- ➔ www.postauto.ch/reiseangebote
- ➔ traumreisen@postauto.ch
- ➔ Webcode 10669



Der Hafen von Cesenatico, die Piazza Grande in Modena, die Republik San Marino (von links oben).

Weitere nationale Leserreisen finden Sie unter
➔ www.postauto.ch/reiseangebote

Das Posträtsel

Mitmachen und diese tollen Preise gewinnen!



1.–3. Preis
Je ein iPad mini, 64 GB, Retina, schwarz im Wert von je CHF 789.00

4.–13. Preis
Je ein Geschenkgutschein der Post im Wert von je CHF 100.00

14.–25. Preis
Je ein Geschenkgutschein der Post im Wert von je CHF 50.00

Kürzel für Pfadfinder	Fresschale	Abk.: Amateur Football Alliance	richterliche Verfügung		Gaststätteninhaber	Schmuckstein	persönl. Fürwort, 3. Person Singular	engl.: ob		kant. Autozeichen		ein Eidgen. Departement (Abk.)		Olympiasieger Abfahrt 1972		Ort und Schloss im Broyertal		gebänderter Edelstein	unverheiratet
					Schöllenen-Uebergang				1										
ohne Ende, Grenzen		7														ugs.: Wasserbottich		Krankheitserreger	5
Zart-, Feingefühl					massiv, konzentriert		Kantone									Spende, Geschenk	4		
TV-Zuschauerbefragung		schweiz. Autorin * 1887 (Cecile)			luftförmiger Stoff														
	8																		
Vorschlag zur Abhilfe					Keimgut		Feier, Party												
Moment		3			engl.: Geldschrank														
nach e. Vorlage wiedergeben								9	Männername		Abk.: Fliesspunkt	Abk.: Arbeitskreis		Initialen des Malers Anker ↑	Abk.: Ladeliste		Berg bei Lugano		
Kfz-Z. Peru					Kantonshauptort														
Handtuchstoff																			

Alles fürs Büro, zum Schenken und für Zuhause finden Sie auf **postshop.ch**

Ihre Vorteile:

- Lieferung innert 48 Stunden
- Portofrei
- Rechnungsoption für registrierte Kunden

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Auflösung der letzten Ausgabe
Einkaufen
Gewinner unter
www.post.ch/magazin

Postshop-Produkte auf der Post

Entdecken Sie unsere attraktiven Postshop-Produkte und Dienstleistungen in der Poststelle ganz in Ihrer Nähe. Übrigens: Jetzt gibts auch Event-Tickets auf der Post! Profitieren Sie von vielen attraktiven Angeboten. Viel Spass beim Einkaufen!

Übrigens, Postshop-Produkte gibts nicht nur in Ihrer Poststelle, sondern auch auf postshop.ch – am PC oder mit Ihrem Smartphone.



Posträtsel

Lösungswort

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

SMS Senden Sie das Wort POM1 plus Lösungswort an 919 (z. B. POM1 Apfel)
Telefon 0901 919 020 (CHF 1.–/SMS oder Anruf ab Festnetz)
Postweg Die Schweizerische Post, Stichwort «magazin», 3024 Bern

Wettbewerbsbedingungen: Die Gewinnerinnen und Gewinner der Wettbewerbspreise werden schriftlich benachrichtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Gleiche Gewinnchancen bei Teilnahme via SMS, Telefon oder Talon. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Teilnahmeschluss: 7. Mai 2014

«Ich träume nie vom Absturz»

Ob als Hochseilartist, als Extremsportler oder mit einem Weltrekord – Ausnahmetalent Freddy Nock will im Leben hoch hinaus. Ein Gespräch über Phobien, Kontrolle und den Unterschied zwischen Mut und Dummheit.

Interview: Ruth Hafen



Freddy Nock, erinnern Sie sich noch an Ihr erstes Mal auf dem Seil?

Ich war vier und ging an der Hand meines Vaters. Bald konnte ich ohne Hilfe die Balance halten und bin alleine übers Seil gegangen. Mit fünf Jahren durfte ich dann schon im Zirkus mitmachen, auf dem 2,50 Meter hohen Seil.

Wie trainieren Sie Ihre innere Balance – meditieren Sie?

Nein. Wenn ich einen Rekord vorbereite, habe ich keine Zeit zum Meditieren. Ich bin kein Kunstturner, der vor seinem Auftritt alle Bewegungen im Geist durchgeht. Ich liebe es, die Menschen zu unterhalten. Ich bin einer, der hochgeht, sich das anschaut, und dann sagt: Das kann ich! Wenn ich mir zu viele Gedanken mache, kann ich es nicht.

Sie müssen beruflich ein Kontrollfreak sein.

Definitiv. Es gab zwar auch schon Situationen, in denen das Seil gerissen ist; aber das geschah jeweils wegen Drittpersonen. Doch ich habe immer gewusst, wie ich aus solchen Situationen wieder herauskomme. Ich kann Schmerzen aushalten – mit einem verstauchten Finger gehe ich trotzdem aufs Seil.

Haben Sie auch privat bei Ihren fünf Kindern gern alles unter Kontrolle?

Überhaupt nicht! Meine Kinder dürfen das machen, was ihnen Spass macht. Meine Eltern haben mir auch nie vorgeschrieben, was ich tun soll. Mich hat niemand aufs Hochseil gezwungen. Mein Vater hat mich machen lassen, weil er mein Talent erkannt hatte und wusste, dass ich gut bin.

Sie kommen aus einer Zirkusdynastie – sollen Ihre Kinder einmal in Ihre Fussstapfen treten?

Natürlich hätte ich Freude daran. Aber die Aufgabe von Eltern ist es, das Talent der Kinder zu erkennen und zu fördern. Mein zweijähriger Sohn Leo zum Beispiel interessiert sich jetzt schon sehr für Motorräder. Er kann auch schon auf der Slackline gehen. Aber ich kann jetzt nicht sagen, was er einmal werden soll: Motocrossfahrer, Freestylespringer oder Seilläufer? Vielleicht wird er auch Arzt oder Bauarbeiter.

Sie kennen keine Höhenangst, litten aber früher selbst unter Flugangst.

Das scheint paradox.

Nachdem ich mit 16 auf einem Asienflug grosse Turbulenzen erlebt hatte, hatte ich

Wieder ein Weltrekord: Freddy Nock überwindet 2011 als erster Seilläufer eine Steigung von 52 Prozent auf dem Seil der Feuerkogel-Bahn in Österreich.



kilometern Wind auf dem Seil gewesen – auf dem Weg auf die Zugspitze hinauf. Als der Wind immer stärker wurde, bin ich umgekehrt. Ich gehe immer erst aufs Seil, wenn ich sicher bin, dass ich es kann. Ich verlasse mich da auf meine jahrelange Erfahrung und weiss, wie weit ich gehen kann. Manchmal heisst das auch, dass ich aufhören und umkehren muss.



Freddy Nock (49), Sohn einer Aargauer Artistenfamilie, liess 1998 den Zirkus hinter sich. Seither etablierte sich der fünffache Vater mit 17 Weltrekorden als Soloartist und Extremsportler. Zu seinen Showacts gehören neben dem Hochseillauf die Motorradkugel, das Todesrad oder der schwankende Mast.

Braucht das Mut?

Nein, überhaupt nicht! Wenn man weitergeht, obwohl einem der Bauch sagt, man solle umkehren, dann ist das bloss dumm!

Sie arbeiten ohne Sicherung.

Was, wenn trotzdem etwas passiert?

Ich habe keine Lebensversicherung und mache alles auf eigene Verantwortung. Mein Beruf ist meine Leidenschaft, und ich muss mit dem Risiko leben. Wir sprechen in der Familie viel darüber. Aber ich glaube nicht, dass es jemals so weit kommt, weil ich sehr auf mich aufpasse.

Sie werden dieses Jahr 50.

Wann ist es Zeit, aufzuhören?

Mit 60 werde ich es vermutlich noch schaffen, im Zirkus eine Hochseilnummer zu zeigen. Aber ich möchte nicht als alter Mann auftreten, von dem dann alle denken, «der sollte jetzt aber mal aufhören». Je älter ich werde, desto mehr spüre ich meinen Körper und die vielen Verletzungen, die ich hatte. Aber wenn ich auf dem Seil bin, sind die Schmerzen wie verflogen. Vielleicht mache ich dann mit 80 nochmal etwas ganz Verrücktes.

Wie ist Ihre Beziehung zur Post?

Ich bin ein Kunde der Post, aber die Post ist auch eine Kundin von mir: Im Februar habe ich den Mitarbeitenden der Post in Bern, Lausanne und Bellinzona gezeigt, wie sie ihr Gleichgewicht verbessern können. Das war mein Beitrag, dass die Pöstler sicherer durchs Leben gehen und weniger durch Stürze verunfallen. ■

immer Angst, in ein Flugzeug zu steigen. Und ich musste für meine Auftritte ja oft mit dem Flugzeug reisen. Ein Horror! Da mache ich jahrelang meine Arbeit hoch über dem Boden und fürchte mich davor, mit dem Flugzeug abzustürzen. Irgendwann habe ich eine Schulung gegen Flugangst gemacht, seither habe ich das im Griff.

Träumen Sie manchmal vom Abstürzen?

Früher träumte ich oft von Flugzeugabstürzen. Aber im Zusammenhang mit dem Seil laufen träume ich nie vom Absturz. Das wäre gar nicht gut!

Was braucht es, damit Sie nicht aufs Seil gehen?

Es kommt immer auf die Situation auf dem Seil selbst an. Ich bin schon mit 60 Stunden-

Laufagenda



Achtung, fertig, los!

Luzerner Stadtlauf

Datum 3. Mai 2014

Distanzen 1,5–5,6 km

➔ www.luzernerstadtlauf.ch

Grand-Prix Bern

Datum 10. Mai 2014

Distanzen 1,6–16,093 km (10 Meilen)

➔ www.gpbern.ch



Der Grand-Prix Bern ist die grösste Laufsportveranstaltung der Schweiz mit einer einmaligen Atmosphäre. Sie führt durch die Berner Altstadt und hat bis zu 100 000 Zuschauer.

Winterthur Marathon

Datum 1. Juni 2014

Distanzen 5,2–42,195 km

➔ www.winterthur-marathon.ch

Bieler Lauftage

Datum 13.–14. Juni 2014

Distanzen 21–100 km

➔ www.100km.ch

Schweizer Frauenlauf

Datum 15. Juni 2014

Distanzen 1,5–15 km

➔ www.frauenlauf.ch



Infos

Die Post unterstützt die schönsten Laufveranstaltungen und fördert damit den grössten Breitensport der Schweiz. ➔ www.post.ch/laufsport

Werte, die erhalten bleiben



Hans Erni - ein Jahrhundertkünstler

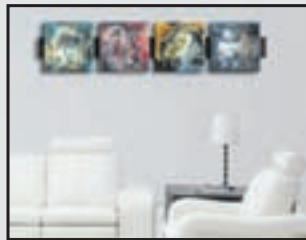


Hans Erni gehört zu den wichtigsten Schweizer Künstlern des zwanzigsten Jahrhunderts. Mit seinem grossen Engagement für die Kunst und die guten Werte der Menschheit schuf er über Jahrzehnte ein Œuvre, das seinesgleichen sucht. Einer von Hans Ernīs Leitsätzen heisst: „Erfreuen und nützen“ und dementsprechend wirkt er mit seinen Kunstwerken immer wieder in den Alltag hinein und verschönert ihn damit. Mit diesem exklusiven Angebot erwerben Sie Kunstobjekte von zeitloser Schönheit, geschaffen von einem der renommiertesten Künstler der Gegenwart.

Im Kreis der Jahreszeiten - Vierteilige Keramikbildsammlung

In der gekonnten Verbindung von kräftigen Farbtönen und subtiler Strichführung schuf Hans Erni eine Komposition, die alle Kunstfreunde begeistert wird.

Reservieren Sie jetzt mit Ihrem Auftrag die komplette 4-teilige Sammlung „Im Kreis der Jahreszeiten“ von Hans Erni. **Sie erhalten vorab das erste Keramikbild zusammen mit dem Holz-Display zum Preis von Fr. 119.00** und danach in monatlichen Abständen die weiteren Keramikbilder zum selben Preis je Lieferung automatisch zugesandt (+ Fr. 11.90 Versand und Service je Lieferung).



Dank dem speziellen Display und der quadratischen Bildgestaltung können Sie die Sammlung auch horizontal aufhängen.

Grösse der Keramik-Tafeln: 20 x 20 cm
Länge inklusive Display: 86 cm

- Exklusiv von Hans Erni für Bradford kreiert
- Weltweite Limitierung
- Feinste Keramiktafeln
- Mit handnummeriertem Echtheits-Zertifikat
- Inklusive Display aus Holz
- 365-Tage-Rücknahme-Garantie

Nennen Sie bei Online-Bestellung bitte die Referenz-Nr.: **52260** www.bradford.ch/hans-erni
Telefon: 041 768 58 58

The Bradford Exchange, Ltd. • Jöchlerweg 2 • 6340 Baar • e-mail: kundendienst@bradford.ch

EXKLUSIV-BESTELLSCHEIN

Reservierungsschluss 26. Mai 2014

52260

- Ja, ich reserviere die 4-teilige Keramikbildsammlung „Im Kreis der Jahreszeiten“
Ich wünsche eine Gesamtrechnung pro Lieferung
 Ich bezahle per MasterCard oder Visa

Gültig bis: _____ (MMJJ)

Vorname/Name Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen

Strasse/Nummer

PLZ/Ort

E-mail

Unterschrift

Telefon

Bitte einsenden an: **The Bradford Exchange, Ltd.**
Jöchlerweg 2, 6340 Baar • Tel. 041 768 58 58 / Fax 041 768 59 90
e-mail: kundendienst@bradford.ch • Internet: www.bradford.ch



Frühling



Sommer



Herbst



Winter