



Konzernleiterin Susanne Ruoff:
«In der Verbindung der physischen
und digitalen Welt liegt die besondere
Stärke der Post.» Seite 20

Wettbewerb

Schon über 1 Million Postkarten wurden
mit der PostCard Creator App verschickt.
Nun werden die schönsten prämiert. Seite 27

Posträtzel
Gewinnen Sie attraktive
Preise! Seite 29

Rund um die Uhr

In der 24/7-Gesellschaft arbeiten, reisen, konsumieren – wie die Post
mit neuen Dienstleistungen auf den modernen Lebensstil reagiert.

Seite 8



Ausgabe April 2015

magazin

DIE POST 

Gelb bewegt.

Venedig, Verona & Mailand

Ein traumhaftes Sommerwochenende zum Superpreis!

Sogar inkl. Oper Nabucco
in der Arena di Verona!

4 Reisetage ab sensationellen

Fr. 395.-

Leistungen - alles schon dabei!

- ✓ Inkl. Fahrt im komfortablen Extrabus nach Vicenza und retour
- ✓ 3 Übernachtungen in der gewählten Hotelkategorie
- ✓ 3 x ausgiebiges Frühstücksbuffet
- ✓ 2 x feines 3-Gang-Abendessen im Hotel
- ✓ Herrliche Bootsfahrt Tronchetto/ Markusplatz & retour
- ✓ Interessante Stadtführung in Venedig
- ✓ Ausflug nach Verona
- ✓ Ausflug nach Mailand
- ✓ Eintritt für die Oper Nabucco am 29.8.15 in der Arena di Verona (cat. D/E)
- ✓ Eigene Schweizer Reiseleitung während der ganzen Reise

Unsere Aktionspreise für Sie:

Preis pro Pers. im DBZ **Aktionspreis** / Normalpreis

3-Sterne-Hotel Fr. 395.- / 595.-

4-Sterne-Hotel Fr. 475.- / 675.-

Nicht inbegriffen/zusätzlich wählbar:

Einzelzimmerzuschlag nur Fr. 120.-

Buchungsgebühr: Fr. 20.- pro Person

Sie wählen Ihren Bus-Einsteigeort:

Aarau, Basel, Bern, Biel, Luzern, Olten, Pfäffikon SZ, Thun, St. Gallen, Sargans, Wil SG, Winterthur, Zürich.



Holiday Partner, 8952 Schlieren
Ihr Spezialist für Gesellschaftsreisen!

Reisehit 77 k: 27. - 30. August 2015

Ihr Reiseprogramm:

1. Tag, Donnerstag 27. August 2015 – Mailand & Anreise

Fahrt im komfortablen Extrabus nach **Mailand**, der ersten Etappe unserer 3-Städtereise. Hier bleibt Ihnen genügend Zeit, die italienische Wirtschaftsmetropole mit allen Sinnen zu erleben. Geniessen Sie ein feines Mittagessen in einem der vielen feinen Restaurants, besuchen Sie den **berühmten Dom** oder flanieren Sie durch das elegante Modeviertel mit seinen unzähligen Einkaufsmöglichkeiten. Am späten Nachmittag Weiterfahrt in die Gegend von Vicenza, wo uns der Hotelier bereits mit einem feinen Nachtessen erwartet.

2. Tag, Freitag 28. August 2015 – Venedig

Nach dem Frühstück fahren wir durch schöne Landschaften zum Bootsanlegerplatz Tronchetto, von wo uns **eine herrliche Bootsfahrt** direkt **ins Herzen der Stadt Venedig** bringt. Kaum von Bord stehen wir schon auf der berühmtesten Piazza der Welt, dem Markusplatz. Bei einer tollen Stadtführung werden uns dann gleich anschliessend die Höhepunkte der auf 118 kleinen Inseln erbauten und von 100 Kanälen durchzogenen Stadt der Superlative gezeigt. Der Nachmittag steht Ihnen dann zur freien Verfügung. Zeit zum Staunen, Geniessen und Einkaufen. Am frühen Abend Rückfahrt per Boot und Bus ins Hotel, wo wir mit einem feinen Nachtessen erwartet werden.

3. Tag, Samstag 29. August 2015 – Freizeit, Verona & Oper

Den heutigen Tag gehen wir gemütlich an. Schlafen Sie etwas länger oder erkunden Sie die wunderschöne Stadt Vicenza auf eigene Faust. Am Mittag fahren wir nach **Verona – die Stadt von Romeo und Julia** erwartet uns mit seiner vollen Pracht. Die weiten Plätze der Altstadt, die prachtvollen Renaissance-Paläste, die romanischen und gotischen Kirchen sowie natürlich die **Arena di Verona**, das fantastische römische Amphitheater aus dem 1. Jahrhundert, werden Sie begeistern. Hier auf der **schönsten Freiluftbühne der Welt** erwartet uns am Abend die **fantastische Oper Nabucco von Giuseppe Verdi**. Freuen Sie sich auf ein unvergessliches Erlebnis.

4. Tag, Sonntag 30. August 2015 – Heimreise

Nach dem Frühstück treten wir mit vielen unvergesslichen Eindrücken die Heimreise in Richtung Schweiz an!

Nabucco



NABUCCO von Giuseppe Verdi

Die Oper Nabucco ist ein absoluter Geniestreich von Giuseppe Verdi und war der Durchbruch für seine unvergleichliche Weltkarriere. Nutzen Sie die einmalige Gelegenheit und erleben Sie bei dieser Reise dieses Meisterwerk auf der schönsten Freiluftbühne der Welt.



Noch mehr sparen -
bis 100% REKA-Checks!



Limitierte Plätze! **Sofort buchen & profitieren!**

Tel. 0848 00 77 88

www.car-tours.ch

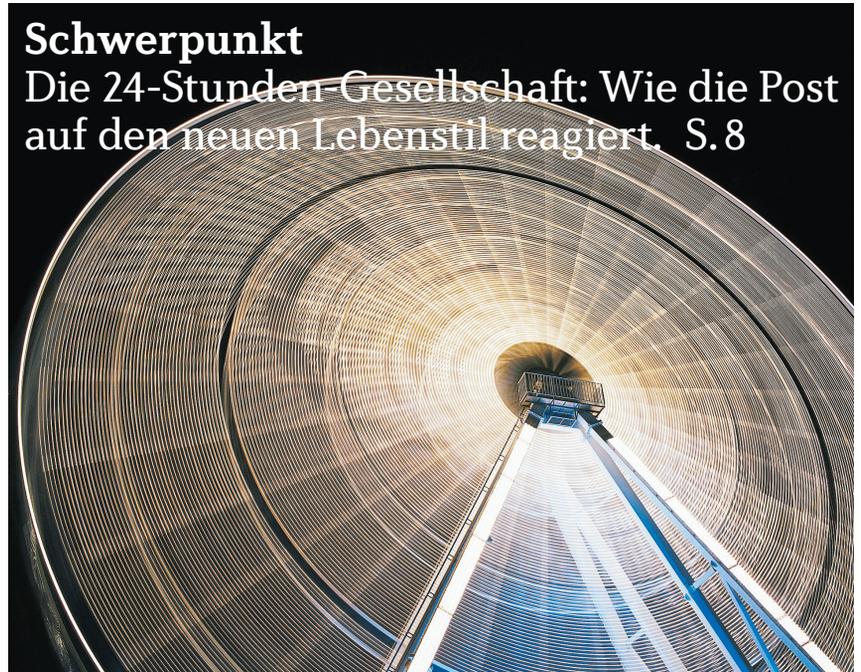


Claudia Iraoui
Chefredaktorin

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser

Eine Gesellschaft, die nie schläft, wird krank. Chronischer Stress lautet die Diagnose, wenn wir immer auf dem Sprung und nonstop vernetzt sind. Ich selbst habe das Gefühl, meine Zeit nicht mehr im Griff zu haben. Um der Sache auf den Grund zu gehen, habe ich ausgerechnet, wie viele Stunden pro Tag ich mit Schlafen, Arbeiten, Essen, Sport, Putzen und dem Weg zur Arbeit verbringe. Das Ergebnis: Pro Tag bleiben mir gute drei Stunden Freizeit! Das Problem ist also mein Zeitmanagement, und daran muss ich selbst etwas ändern: Nicht hundert Dinge gleichzeitig anfangen; das beenden, was ich begonnen habe; mich bei My Post 24 anmelden. So empfangen ich meine Onlinebestellungen direkt am Paketautomaten vor meinem Arbeitsplatz. My Post 24 ist nicht die einzige Postdienstleistung, die mir das Leben vereinfacht: Entdecken Sie noch viele weitere Dienste der Post, die die Zustellung flexibler gestalten und die letzte Meile stetig optimieren (S. 8–13). Denn die Post verändert sich, weil sich die Welt verändert. Ob digital oder physisch, der Kunde soll selbst wählen, wie er mit der Post Geschäfte machen will, wie die Konzernleiterin Susanne Ruoff im Interview auf Seite 20 betont.



Schwerpunkt Die 24-Stunden-Gesellschaft: Wie die Post auf den neuen Lebensstil reagiert. S. 8



Glen Hanlon spricht Eishockey-National- coach über Kinder, Profis und die Schweiz. S. 30

Arbeiten in Singapur Die Post bietet attraktive Trainee-Programme für Studienabgänger. S. 22

Inhalt

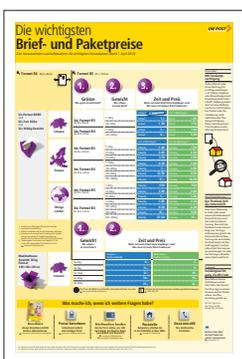
- 05 News
- 08 Schwerpunkt:
Die 24-Stunden-Gesellschaft
- 20 Postchefin Susanne Ruoff
im Gespräch
- 22 Gesucht: Studienabgänger
- 23 Das historische Bild
- 25 Fensterplatz
- 26 Der Postbote
- 27 Postkartenwettbewerb
- 28 Leserreise nach Siebenbürgen
- 30 Interview mit Glen Hanlon

Service

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



Fensterplatz Mit dem Postauto durchs malerische Val Müstair. S. 25



Das Preisplakat S. 16





KLEINER & BINDER
TEAMWORK-EXPERTEN

Jeder hat das Zeug zur Nachwuchshoffnung.
Dank dem Engagement von PostFinance.

Als langjährige Hauptpartnerin des Schweizer Eishockeys engagieren wir uns für die Nationalmannschaft, fördern den Nachwuchs mit dem PostFinance Top Scorer und ermöglichen Ihnen als Zuschauer spannende Spiele. Mehr über unser Engagement erfahren Sie unter www.postfinance.ch/hockey

PostFinance 

Besser begleitet.

Die Briefmarke

Miau, das wurde aber auch Zeit, uns endlich mal eine Briefmarke zu widmen. Schliesslich sind wir mit 25 Prozent Anteil am Haustierbestand mehr als doppelt so viele wie die Hunde. Auf ein Kaninchen kommen vier von uns, auf einen Hamster sechs. Schon okay, dass die Hunde, Kaninchen und Hamster auch eine Marke bekommen. Aber meine ist natürlich die schönste. Typisch, dass der Kleinste von uns, der Hamster, wieder die teuerste an sich gerissen hat. Aber das weiss man ja, dass die ihre Pelzbacken nie voll genug bekommen.



Die Sondermarken (85, 100, 140 und 190 Rappen) sind seit 5. März 2015 in allen Poststellen der Schweiz erhältlich sowie unter www.postshop.ch

Ab die Post!

Unsere Newsseiten rund um die Post



Schweizer Pärke

Genuss auch nach dem Ausflug

Als kleine Nation legt die Schweiz grossen Wert auf den Erhalt von Natur und Landschaft. Gut 15 Prozent unserer Landesfläche entfallen auf Pärke. Der grösste und älteste darunter ist der Schweizer Nationalpark, der seit 1914 besteht. Aber auch kleinere Pärke locken vor allem im Sommer Touristen aus dem In- und Ausland an, etwa der Naturpark Chasseral, der Wildnispark Zürich-Sihlwald oder die Biosfera Val Müstair. Auf die Besucherinnen und Besucher warten dort vielfältige Naturerlebnisse, ausserdem können sie Leute aus der Region und ihre Spezialitäten kennenlernen. Damit die Erinnerung so lange wie möglich erhalten bleibt, hat PostAuto zusammen mit den Schweizer Pärken Spezialangebote ausgearbeitet. Neu gibt es zum Beispiel Genusspakete mit regionalen Spezialitäten für 59 Franken. Sie können online bestellt werden unter www.postauto.ch/paerke



Appetit bekommen? Das «magazin» verlost fünf Genusspakete. Anmeldetalon auf Seite 23.



**Der Foto-
wettbewerb**
Mitmachen und
gewinnen. Mehr dazu
auf Seite 27.

Die Zahl

1 000 000

Postkarten wurden bis im Januar 2015 mit der PostCard Creator App verschickt. Die Smartphone-anwendung ist im März 2014 lanciert worden und hat sich rasant zu einer der schweizweit beliebtesten Post-Apps entwickelt. Sie wurde bereits über 200 000-mal heruntergeladen. Wer die App installiert hat, kann jeden Tag gratis eine Postkarte an eine Adresse in der Schweiz oder in Liechtenstein verschicken. Der Absender schickt einen Schnappschuss per Handy, der Empfänger findet diesen bald darauf als physische Postkarte im Briefkasten. Von wegen Postkarten verschicken ist altmodisch.

➔ www.post.ch/postcardcreator

Umziehen

Adressänderung einfach melden

Stadtzürcher ziehen mit einer Wahrscheinlichkeit von 20 Prozent innerhalb eines Jahres um. Im Kanton Zug sind es 14,5 Prozent, im Tessin rund 8 Prozent. Die Schweizer zügeln oft. Und bei jedem Umzug gibt es so viel zu bedenken. Habe ich den Strom am alten Ort ab- und am neuen angemeldet? Wen muss ich informieren? Bank, Krankenkasse, Zeitungen? Die neue Dienstleistung von PostMail, die «Umzugsmitteilung», hilft: Aus einer Liste auf der Onlineplattform wählen Sie gezielt diejenigen Unternehmen aus, die Sie über Ihre neue Adresse informieren wollen. Diese erhalten bereits am Folgetag Ihre Adressänderung. Die kostenlose Umzugsmitteilung steht Kundinnen und Kunden zur Verfügung, die einen Nachsendeauftrag inklusive Adressaktualisierung aufgeben.

➔ www.post.ch/adressaenderung

Reisen

Mit dem Bus nach München und Mailand

München oder Mailand? Beides sind reizende Städte und jederzeit einen Ausflug wert. Die Churer haben nicht nur die Qual der Wahl zwischen den Metropolen, sondern auch zwischen den öffentlichen Verkehrsmitteln: Neben dem Zug steht nun auch die Verbindung mit MeinFernbus auf dem Fahrplan. In knapp vier Stunden ist München erreicht und in rund drei Stunden Mailand. Billette gibts auf der Verkaufsstelle von PostAuto in Chur.

➔ www.postauto.ch

Tourismus

Sommerfeier am Vierwaldstättersee

Die Zentralschweizer Kantone feiern 2015 mit dem Gästival 200 Jahre Tourismus. PostAuto unterstützt diesen Grossanlass und macht den Waldstätterweg mit der PostAuto-App zu einem spannenden Erlebnis. Während der Weg der Schweiz um den Urnersee führt, umrundet der Waldstätterweg die anderen Arme des Vierwaldstättersees. Die Eröffnung des Wanderwegs findet am 1. Mai statt.

➔ www.gaestival.ch



Ernährung

Expo Milano

Wie kocht man schon wieder Capuns? Und was haben Klumpen in der Mehlsuppe mit den Heiratsplänen von Basler Mädchen aus früheren Jahrhunderten zu tun? Zur Mailänder Weltausstellung bringt die Post ein Buch heraus, das sich passend zum Ausstellungsthema «Den Planeten ernähren. Energie für das Leben.» dem Essen widmet. Vier Kantone (Graubünden, Tessin, Uri, Wallis) und drei Städte (Basel, Genf, Zürich) präsentieren Rezepte. Das Buch enthält ebenfalls einen Bogen mit sechs funkelnenden Sonderbriefmarken zur Expo Milano 2015.



Hungrig nach mehr? Das «magazin» verlost 20 Rezeptbücher. Anmeldetalon auf Seite 23.
 ➔ www.urchuchi.ch



Post im Bild



Neuer Hauptsitz Im WankdorfCity-Quartier in Bern steht der neue Hauptsitz der Schweizerischen Post. Auf dem Dach leuchtet nun das Logo in vier Sprachen, für jede Himmelsrichtung eine. Ab April beleben die ersten Mitarbeitenden den «EspacePost».

Impressum

Herausgeber Die Schweizerische Post AG, Kommunikation, Wankdorfallee 4, Postfach, 3030 Bern, www.post.ch/magazin, magazin@post.ch **Konzept** Arnold.KircherBurkhardt AG
Chefredaktion Claudia Iraoui (CI) **Produzent** Michael Krobath/Amman, Brunner & Krobath AG (MK) **Autorinnen/Autoren** Hans-Ueli Friedli (HF), Beat Gerber (BG), Monika Gurtner (MG), Ruth Hafen (RH) **Gestaltung und Layout** www.arnold.kircherburkhardt.ch, Claudia Veit, Nadia Bucher (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 5109 **Druck** DZZ Druckzentrum Zürich AG, www.zeitungsdruck.ch **Sprachen/Auflage** Deutsch: 1 333 168, Französisch: 562 662, Italienisch: 106 573

© 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

 RECYCLED
Papier
FSC FSC® C005019

24/7 Gesellschaft



Wir arbeiten, feiern und konsumieren rund um die Uhr. Das Smartphone macht unser Leben immer schneller und mobiler. Wir erwarten von Dienstleistungen mehr Komfort, Flexibilität und Tempo. Die Post hat darauf reagiert: Sie baut ihren 24/7-Service kontinuierlich aus.

Text: Michael Krobath

Neues Zeitmanagement

Die digitale 24-Stunden-Gesellschaft verändert unseren Lebensrhythmus. Nie traf das Bonmot «Zeit ist Geld» so sehr zu. Wir sind ständig erreichbar, pausenlos aktiv, und flexible Arbeitsformen wie Telearbeit oder Homeoffice verbreiten sich. Neue Zeitmanagementkompetenzen werden verlangt, um Beruf, Familie und Freizeit aufeinander abzustimmen. Verändert hat sich auch unser Ruherhythmus: Wir schlafen immer weniger, immer kürzer und immer schlechter, chronische Übermüdung macht uns krank. Genügend Schlaf – so die Mediziner – wird künftig zum Schlüsselfaktor für Gesundheit und den beruflichen Erfolg.

Es ist noch nicht lange her, da gingen wir um 17 Uhr von der Arbeit nach Hause oder nutzten die knappe Zeit bis zum Ladenschluss um 18.30 Uhr, um Einkäufe zu erledigen. Wer auswärts etwas Warmes essen wollte, musste bis spätestens 21 Uhr bestellen, danach war die Küche zu, die «letzte Runde» in der Beiz gab es allerspätestens um Mitternacht. Und am Sonntag stand alles still. Das Leben war überschaubar. Meist arbeiteten wir am selben Ort, an dem wir auch lebten; die Frauen blieben mehrheitlich zu Hause bei den Kindern, der Alltag war geregelt.

Und dann, irgendwann in den 1990er-Jahren, begann sich unsere Welt zu beschleunigen. Seither entwickeln wir uns zunehmend zu einer «Rund-um-die-Uhr-Gesellschaft». «Ein grossstädtisches Phänomen erobert die Schweiz», schreibt Anna Schindler im Jahr 2013, die Direktorin der Stadtentwicklung Zürich. «Das Leben kommt nicht mehr zur Ruhe – wir sind 24 Stunden am Tag, sieben Tage die Woche und 365 Tage im Jahr aktiv.»

Allzeit erreichbar

Nonstop feiern, arbeiten, einkaufen – die Globalisierung, die Digitalisierung und die Liberalisierung der Ladenöffnungszeiten haben unseren Lebensstil >



Wandel der Konsumkultur

Die Möglichkeiten des «Rund-um-die-Uhr-Shoppings» werden in der Schweiz weiter zunehmen. Verschiedene politische Vorstösse zur Lockerung der Ladenöffnungszeiten sind derzeit hängig. Der Online- und der Versandhandel gewinnen weiter an Bedeutung, insbesondere das Einkaufen per Smartphone. Neue Mischformen aus Online- und Offlinewelt entstehen, etwa Abholstationen an Bahnhöfen oder in Autobahnnähe. Auch Abholstationen in Grenznähe, wohin man sich auf ausländischen Websites bestellte Ware schicken lässt, werden immer beliebter. Logistiker übernehmen verstärkt Zusatzaufgaben, wie die Installation der gelieferten Ware.



Mobile Lebensstile

Die erhöhte Mobilität in Privat- und Berufsleben macht uns zunehmend zu modernen Nomaden. Die Arbeitswelt wird immer flexibler: Projektarbeit statt lebenslanger Vollzeitstellung, häufige Arbeitgeberwechsel und längere Anfahrtszeiten zum Arbeitsplatz sind die Folge. Wir arbeiten immer mehr unterwegs: Wartehallen, Haltestellen, Züge und Postautos wandeln sich dank WLAN-Hotspots und Anschlussmöglichkeiten für Ladekabel zu Arbeitsplätzen. Aufgrund der Verkehrsüberlastung auf der Strasse verlagert sich der Personenverkehr in städtischen Agglomerationen zunehmend auf die Schiene.

radikal verändert. Der Fitnessklub schliesst erst spätabends, an Tankstellen können wir uns durchgehend verpflegen, Railshops laden auch am Sonntag zum Einkauf ein, und Nachtbusse bringen uns bis in die frühen Morgenstunden nach Hause. Am allermeisten durcheinandergebracht wurde unser Alltag aber durch die rasante Entwicklung der Technik: Das Internet lädt Tag und Nacht zum Besuch ein, durchs Handy sind wir «always on» – «allzeit erreichbar» – geworden.

Die Auswirkungen sind tiefgreifend. In einer digitalen Gesellschaft, die nie mehr schläft, verändert sich alles: unser Zeitmanagement, unsere Mobilität, unsere Konsumkultur. Und natürlich unsere Arbeit. Der «normale» Arbeitstag von 8 bis 17 Uhr wird zunehmend zum Auslaufmodell. 2012 arbeitete bereits jeder Achte in der Schweiz regelmässig oder manchmal in der Nacht und gar jeder Vierte arbeitete an Sonn- und Feiertagen. Neben der Zunahme der traditionellen Wochenendjobs in der Gastronomie und Pflege (Alterung der Gesellschaft), steigt deren Zahl in den Bereichen Sicherheit, Transport und zunehmend auch im Handel.

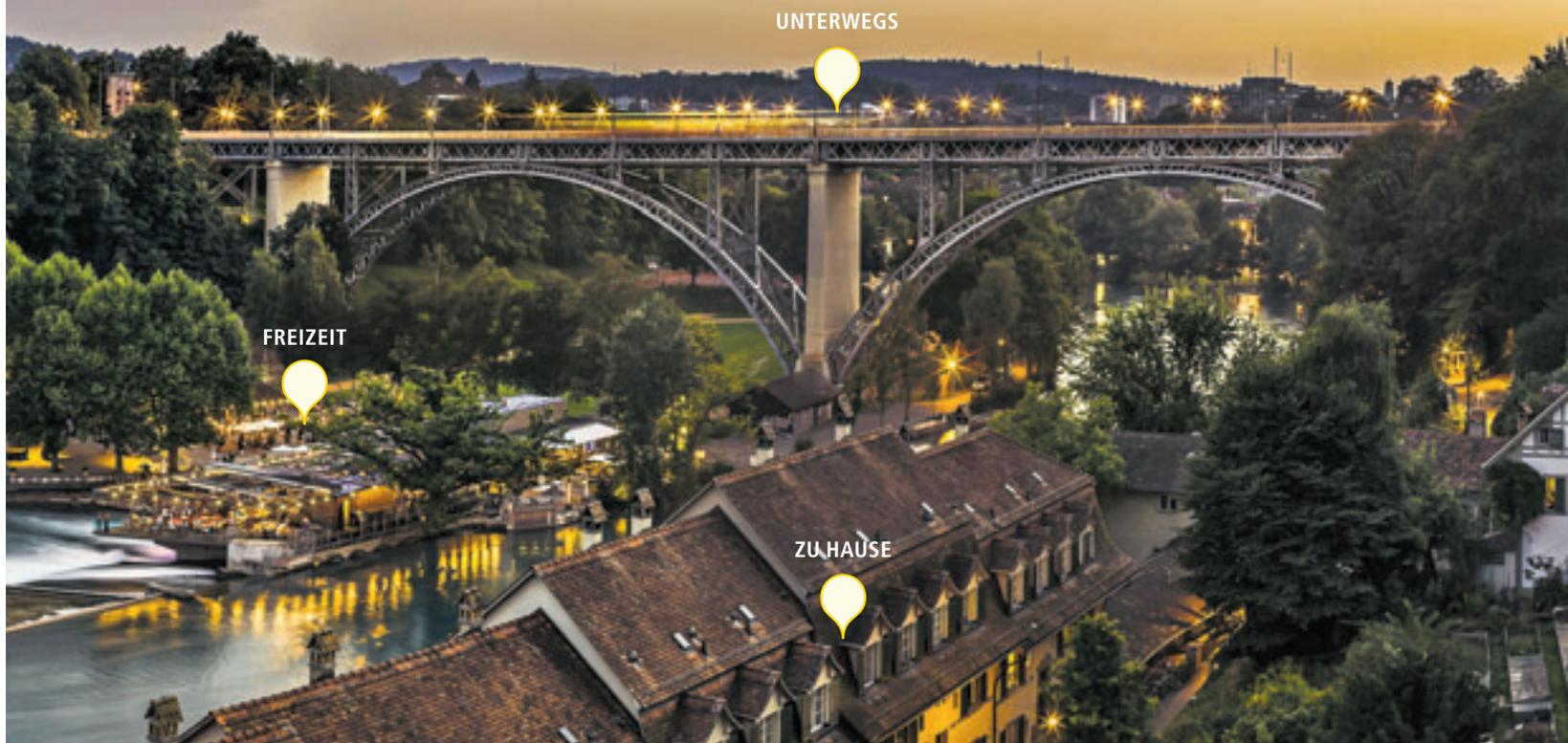
Deutlich zugenommen hat in der 24-Stunden-Gesellschaft die Mobilität. Allein zwischen 2000 und 2011 nahm der Personenverkehr auf den Schweizer Strassen um 14 Prozent zu, im Schienenverkehr gar um 53 Prozent. Deutlich gestiegen ist auch der Anteil jener Pendlerinnen und Pendler, die ausserhalb der eigenen Wohngemeinde arbeiten: 1990 waren es noch 52 Prozent, 2012 bereits 65 Prozent.

Und eine stille Revolution vollzieht sich beim Konsum. Ob Dienstleistungen oder Güter: Wir kaufen immer häufiger über den Computer (E-Commerce) oder über das Handy und das Tablet (M-Commerce) ein. Während der gesamte Detailhandel 2013 nur gerade um 0,3 Prozent zulegte, stieg der Umsatz mit Bestellungen von Privatpersonen via Internet um 14 Prozent auf 5,35 Milliarden Franken.

Das Leben erleichtern

Das Resultat dieser Entwicklung: Wir sind zu neuen Kundinnen und Kunden geworden. Unsere Anforderungen an die Dienstleister, und damit auch die Logistiker in Sachen Komfort, Flexibilität und Tempo sind gestiegen. Die Post will diesen Ansprüchen gerecht werden und hat bereits eine Reihe neuer Leistungen im Brief- und Paketversand eingeführt. «Der 24/7-Service wird etappenweise ausgebaut», sagt Dieter Bambauer, Mitglied der Konzernleitung der Schweizerischen Post und Leiter PostLogistics, «etwa indem mittelfristig die «same day delivery» – die Lieferung am selben Tag – möglich wird» (Seite 13). Mit ihren innovativen Lösungen verfolgt die Post immer dasselbe Ziel: den Menschen das Leben zu erleichtern. ■

Postservices rund um die Uhr



E-Post Office

Der intelligente Briefkasten

Mit dem E-Post Office legt der Empfänger selbst fest, wie er seine Sendungen erhalten will: physisch in den Hausbriefkasten, elektronisch über die Plattform oder als verschlüsseltes E-Mail. So kann er sich etwa die Krankenkassenrechnung elektronisch zusenden lassen und die Kontoauszüge seiner Bank in einen physischen Briefkasten zugestellt erhalten. Die Plattform wird etappenweise ausgebaut, der Datenverkehr ist geschützt.

➔ www.post.ch/epostoffice

My Post 24

Der Automat ist immer da

Seit Ende 2013 können Sie Ihre Pakete an My-Post-24-Automaten

empfangen und versenden – rund um die Uhr, sieben Tage die Woche. Neu können Sie die Automaten auch als Schliessfach nutzen sowie dort Sperrgut- und Swiss-Express-«Mond»-Sendungen empfangen. Die ersten 30 My-Post-24-Automaten stehen an gut frequentierten Standorten in allen Landesteilen, im Frühling kommen über zehn weitere dazu.

➔ www.post.ch/mypost24

Abholungseinladung

Postsendung verpasst?

Als Alternative zur Abholung einer Sendung am Postschalter können Sie online Leistungen bestellen. Einfach die Nummer der Abholungseinladung auf www.post.ch/abholungseinladung eintippen oder den aufgedruckten Code mit der Post-App scannen und Leistung bestimmen: Abholfrist verlängern,

zweite Zustellung, Weiterleitung der Sendung an eine PickPost-Stelle, eine Poststelle oder eine andere Adresse. Ebenfalls möglich ist die Erteilung einer Einmalvollmacht.

➔ www.post.ch/abholungseinladung

Meine Sendungen

Pakete online steuern

Die neue und kostenlose Online-dienstleistung «Meine Sendungen» informiert Sie im Voraus über eintreffende Pakete. Sobald ein Paket zu Ihnen unterwegs ist, erhalten Sie automatisch ein E-Mail oder SMS mit Sendungsinformationen. Dies gibt Ihnen die Möglichkeit, entweder zum Zustellzeitpunkt zu Hause zu sein oder bei verpassten Sendungen auf eine andere Empfangsart auszuweichen, die Ihren Bedürfnissen besser entspricht.

➔ www.post.ch/meine-sendungen

pick@home

Wir holen die Retourenpakete ab

Im Onlineshop ein paar Hosen gekauft, doch sie sitzen schlecht und Sie wollen sie zurücksenden? Dank pick@home können Sie sich den Weg zur nächsten Poststelle sparen. Die Post holt die Retourenpakete am Ort Ihrer Wahl ab – sei dies bei Ihnen zu Hause oder beispielsweise am Arbeitsplatz. Dabei können Sie auch festlegen, an welchem Tag der Paketbote die Rücksendung abholen soll. Die Abholung wird Ihnen per E-Mail bestätigt.

➔ www.post.ch/pickathome

PickPost

Pakete abholen, wo Sie wollen

Für Menschen, die häufig unterwegs sind oder sich an verschiedenen Orten aufhalten, gibt es PickPost.



«Mehr Transparenz beim Paketempfang»



Dieter Bambauer, Mitglied der Konzernleitung und Leiter PostLogistics, über den Ausbau der Flexibilisierung in der Paketzustellung, den Einsatz von Drohnen und ein gigantisches Projekt.

Die Post strebt eine Flexibilisierung in der Paketzustellung an, die ganz auf die Bedürfnisse ihrer Kundinnen und Kunden ausgerichtet ist. Wo sehen Sie auf der letzten Meile noch Steigerungspotenzial?

Zur Erfüllung der Kundenbedürfnisse gehen wir etappenweise vor. Als Erstes haben wir die neuen Services (siehe links) eingeführt, um einen bequemen, flexiblen Paketempfang und -versand zu ermöglichen. In der zweiten Etappe führen wir aktuell die Dienstleistung «Meine Sendungen» für mehr Transparenz beim Paketempfang ein. Hier werden die Kunden per E-Mail oder SMS im Voraus über eintreffende Sendungen informiert. Selbstverständlich stellt die Post laufend Überlegungen an, um die letzte Meile weiter zu optimieren. Beispielsweise sollen die My-Post-24-Automaten künftig vermehrt auch in Quartieren installiert werden. Derzeit bauen wir ein flächendeckendes Netz dieser Automaten aus. Für eine mögliche dritte Etappe untersucht die Post, ob die Anwendung von Drohnen in der Logistik mit den heutigen technischen und rechtlichen Rahmenbedingungen umsetzbar ist und ob sie einem Kundenbedürfnis entspricht.

Erleben wir demnächst auch die «same day delivery», die Lieferung am selben Tag?

Die Post bietet Services an, die eine Zustellung am gleichen Tag (Kurier) oder innerhalb von 24 Stunden flächendeckend sicherstellen. Der Wunsch nach einer «same day delivery» ist in der Schweiz vorhanden, er wird aber von verschiedenen Faktoren beeinflusst, zum Beispiel vom bestellten Produkt. Ausserdem sind viele Kundinnen und Kunden noch nicht bereit, für zusätzliche logistische Services dieser Art mehr zu bezahlen. Die Post wird mittelfristig eine «same day delivery» anbieten, als Nischenangebot für spezielle Geschwindigkeitsbedürfnisse und Produkte.

Die Pendlerströme werden grösser und es gibt immer mehr Staus. Wie kann die Post in Zukunft den Warentransport sicherstellen?

Die Post ist zusammen mit ungefähr 20 anderen Schweizer Unternehmen und Institutionen Partnerin des Projekts Cargo sous terrain. Das Projekt – eine unterirdische Magnetschwebbahn für den Gütertransport – ist gigantisch. Durch diese Infrastruktur könnten Güter in einem unterirdischen Tunnel quer durchs Land transportiert werden. Sollte das Gesamtpaket umgesetzt werden, würden die Bahnschienen und Autobahnen in der ganzen Schweiz stark entlastet.

«Die letzte Meile wird optimiert.»

Dieter Bambauer, Mitglied der Konzernleitung und Leiter PostLogistics.

Was tut die Post für eine möglichst umweltschonende Logistik?

30 «Doppeldecker» stehen momentan für den Strassentransport im Einsatz. Sie haben gegenüber herkömmlichen Lastwagen eine um ca. 50 Prozent höhere Ladekapazität. Dadurch konnten die Zahl der Fahrten reduziert und die CO₂-Emissionen um 35 Tonnen pro Sattelzug und Jahr gesenkt werden. Die Schienenanbindung der Produktionsstandorte von PostLogistics und PostMail gestatten es, bei der Bahn gute Konditionen für einen effizienten Schienentransport zu verhandeln, sodass lange Distanzen auf der Schiene überbrückt werden können. Ausserdem unterhält die Post mit zurzeit über 5800 Elektrofahrzeugen in der Zustellung eine der grössten Elektroflotten Europas.

Bei jeder Bestellung gibt der Empfänger als Lieferadresse eine der über 700 PickPost-Stellen in der ganzen Schweiz an: Poststellen, SBB-Bahnhöfe oder Tankstellen. Der Empfänger erhält ein SMS oder E-Mail, sobald die Sendung eingetroffen ist, und kann diese innerhalb von sieben Tagen abholen. Dieser Service gilt auch für eingeschriebene Briefe.

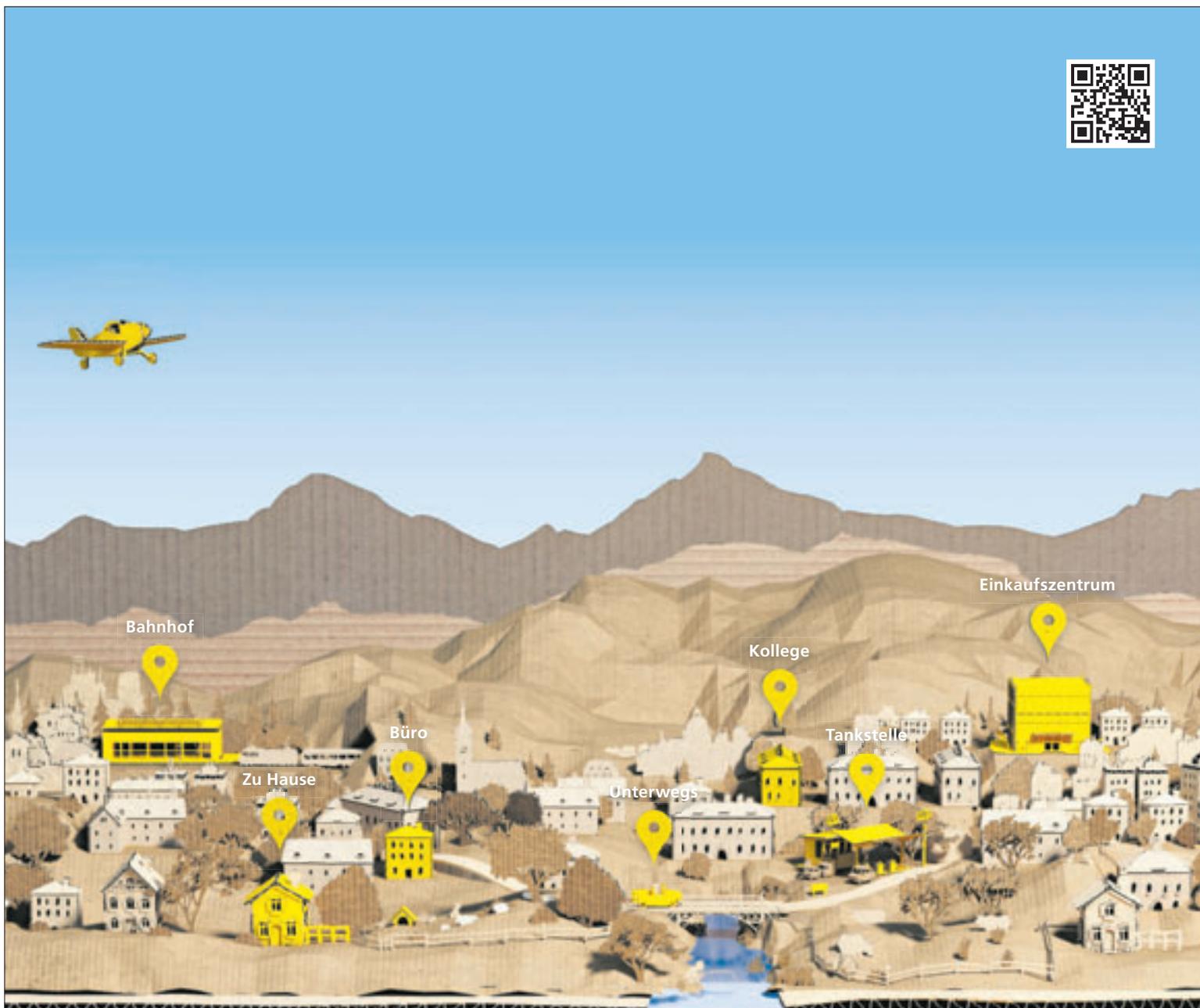
➔ www.post.ch/pickpost

Abend- und Samstagzustellung

Tagsüber weg: Wir kommen auch abends

Die Post passt sich dem Lebensstil der Kunden an. Sie stellt die Pakete dann zu, wenn die Empfänger wirklich zu Hause sind: am Abend zwischen 17 und 20 Uhr und am Samstag tagsüber. Auf Wunsch werden die Empfänger per SMS oder E-Mail über die bevorstehende Zustellung informiert.

➔ www.post.ch/abend-und-samstagzustellung



Überall hier macht es Ihnen die Post einfacher.

Mit den Services der Post sind Ihre Online-Bestellungen immer da, wo Sie sind. Zum Beispiel an einer der über 700 alternativen Abholstellen von PickPost oder an einem Automaten My Post 24.

Mit der Abend- und Samstagzustellung liefert die Post Pakete dann, wenn Sie zu Hause sind. Und mit pick@home können Sie Pakete bequem bei sich zu Hause abholen lassen.

Auch das ist die Post: post.ch/paketwelt

DIE POST 

Gelb bewegt.

Treuepunkte sammeln mit der ProfitApp



Schluss mit Portemonnaies, die vor lauter Treue-, Rabatt- und Bonuskärtchen platzen: Mit der ProfitApp von PostFinance scannen Kundinnen und Kunden im teilnehmenden Laden oder Onlineshop einen QR-Code und erhalten einen elektronischen Stempel. Ist die Stempelkarte voll, generiert die App einen Gutschein. Die ProfitApp läuft auf iPhone und auf allen Android-Smartphones.

➔ www.profitapp.ch

Frachtbrief online erstellen

Wer ein Paket ins Ausland verschicken möchte, muss es nicht nur gut verpacken, sondern auch einen Frachtbrief ausfüllen. Das geht nun bequem online in wenigen Schritten, inklusive Tipps zum richtigen Ausfüllen.



Frachtbrief erstellen auf post.ch/frachtbrief



Frachtbrief **ausdrucken**



Sendung in Ihrer Poststelle **aufgeben**

Service

Hilfe per Knopfdruck

Viele ältere Menschen möchten so lange und so selbstständig wie möglich zu Hause leben. Mit dem Rotkreuznotruf ist das möglich. Ein Knopfdruck genügt, und schon steht die Verbindung zur SRK-Notrufzentrale, 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr. Postkunden können das Dienstleistungspaket Notruf «Casa» für 159 Franken abschliessen. Darin enthalten sind die erste Monatsmiete von 59 Franken sowie die einmalige Installationspauschale.

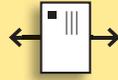
➔ www.srk.ch



Die wichtigsten Brief- und Paketpreise

Zum Herausnehmen und Aufbewahren: die wichtigsten Versandpreise (Stand 1. April 2015)

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		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	Priority	1.40	Economy	1.30
	21-50 g	Priority	2.60	Economy	2.20
	51-100 g	Priority	3.70	Economy	2.90
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	1-100 g	Priority	4.30	Economy	3.80
	101-250 g	Priority	7.-	Economy	4.90
	251-500 g	Priority	12.50	Economy	8.50
bis Format B5 bis 25 x 17,6 cm	1-20 g	Priority	1.90	Economy	1.60
	21-50 g	Priority	3.80	Economy	2.80
	51-100 g	Priority	5.-	Economy	3.60
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	1-100 g	Priority	5.80	Economy	4.20
	101-250 g	Priority	9.50	Economy	6.30
	251-500 g	Priority	16.-	Economy	9.50
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	501-1000 g	Priority	25.50	Economy	15.-

- Zustellung an Werktagen (Montag bis Samstag)
- Samstags keine Zustellung
- Effektive Laufzeiten sind von der Destination abhängig
- Samstags und sonntags keine Zustellung. Bei Aufgabe am Samstag erfolgt die Zustellung am Dienstag (PostPac Priority) oder am Mittwoch (PostPac Economy).
- 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.-
	11.-	9.-
	12.-	10.-
	18.-	15.-
	25.-	22.-

Die Preise für MiniPac und PostPac International finden Sie unter www.post.ch/preise-berechnen

Beachten Sie die internationalen Gefahrgüterbestimmungen 0800 888 100

A-Post Plus

Mit Sendungsverfolgung

A-Post Plus ist eine Zusatzleistung für wichtige Sendungen, z. B. Tickets, Diplome oder Bewerbungen mit Zustellung ohne Unterschrift. Zudem gewährt die Post eine Haftung von bis zu 100 Franken bei Verlust oder Beschädigung, inkl. elektronischer Sendungsverfolgung. Diese Leistung kostet 3.50 Franken zusätzlich zum A-Post-Tarif.



Neue Dienstleistung

Der Postbote holt die Unterschrift

Eine neue Wohnung in Sicht oder einen neuen Job bekommen? Dann fehlt nur noch der unterzeichnete Vertrag. Neu holt der Postbote bei der Zustellung von Vertragsdokumenten gleich die Unterschrift auf dem Vertrag ein und sendet das Dokument an den Auftraggeber zurück («Brief mit Vertragsunterzeichnung»). So sind die Verträge schneller unter Dach und Fach.

Praktisch

Sendungsverfolgung via QR-Code

Neu haben unsere Quittungen einen QR-Code, den Sie mit der Post-App scannen können und so direkt sehen, wo Ihre Sendung gerade ist.

Die Post-App ist im App Store und bei Google Play verfügbar.

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

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/preise-berechnen



Briefmarken kaufen

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



Poststelle

Antworten erhalten Sie in der Poststelle in Ihrer Nähe.
www.post.ch/standorte



0848 888 888

Ihre telefonische Poststelle.

Finanzratgeber

«Sicher im Internet und beim E-Banking – so schützen Sie Ihren Computer»

Sylvie Meyer, Leiterin Vertrieb,
PostFinance AG



Online sind unsere Geräte einer Vielzahl von Gefahren und Bedrohungen ausgesetzt. Bereits mit wenigen Massnahmen beugen Sie vor.

Virenschutz und Updates

Installieren Sie ein Virenschutzprogramm. Ob kostenlos oder kostenpflichtig – entscheidend ist, dass es regelmässig aktualisiert wird. Moderne Betriebssysteme und Programme bieten Funktionen zur automatischen Aktualisierung, die Sicherheitslücken schliessen und Fehler beheben. Nutzen Sie diese Updates zum Schutz Ihres Computers.



Gesundes Misstrauen bei E-Mails

Wenn das Angebot zu gut scheint, um wahr zu sein, dann ist es das wahrscheinlich auch. Angreifer verwenden häufig E-Mails mit irreführenden Links und Anhängen, die beim Öffnen Ihren Computer infizieren können. Begegnen Sie solchen E-Mails mit gesundem Misstrauen. Es ist wichtig, dass Sie Ihre Zugangsdaten



vertraulich behandeln und unter keinen Umständen E-Mail-Anhänge von unbekannten Absendern öffnen. Beachten Sie auch, dass seriöse Unternehmen nie via E-Mail nach Ihren Passwörtern fragen.

Sichere Verbindung beim E-Banking

Im E-Banking ist es besonders wichtig, dass Sie vor dem Einloggen auf eine sichere Verbindung zu Ihrem Finanzinstitut achten. Das ist gewährleistet, wenn in der Adressleiste der Name der Bank in grüner Schrift oder auf grünem Grund angezeigt wird.



«eBanking – aber sicher!»

Die unabhängige Informationsplattform «eBanking – aber sicher!» der Hochschule Luzern bietet in Zusammenarbeit mit PostFinance und weiteren Schweizer Banken viele Informationen und Tipps. Sie erfahren etwa, wie Sie in fünf Schritten zu mehr Sicherheit auf Ihrem Computer und somit auch in Ihrem E-Banking beitragen.



Tipp – kostenloser Sicherheitscheck

Gemeinsam mit anderen Banken, Internetanbietern und weiteren Unternehmen hat PostFinance die Swiss Internet Security Alliance gegründet, die einen kostenfreien Onlinesicherheitscheck Ihres Computers anbietet. Nutzen Sie dieses Angebot: Prüfen Sie, ob Ihr Computer sicher ist, und optimieren Sie den Schutz Ihres Gerätes.



➔ www.swiss-isa.ch

 **Detaillierte Informationen finden Sie hier:**

➔ www.postfinance.ch/onlinesicherheit

Das Plus für Ihr Unternehmen

+Finance – das Magazin fürs bessere Geschäft von PostFinance – erhält Verstärkung. Alle zwei Monate erscheint das Onlinemagazin mit spannenden Tipps und Informationen zu aktuellen und praxisnahen Themen rund um die Finanzen für Ihr Unternehmen. Die aktuelle Ausgabe finden Sie unter:

➔ www.plusfinance.postfinance.ch

Damit Sie nichts verpassen, abonnieren Sie den Newsletter. So einfach gehts: Loggen Sie sich im E-Finance ein und abonnieren Sie unter «Angebote» den Newsletter.



Mit wenigen Rappen die Umwelt schützen: Auch das ist die Post.

Die Post macht viel mehr, als man denkt. Auch für die Umwelt: Mit «pro clima» können Sie Ihre Pakete und Güter klimaneutral versenden. Darüber hinaus bieten wir viele umweltfreundliche Dienstleistungen wie ökologische Verpackungen, die Car-Pooling- und Mitfahrzentrale MoS Move Center oder den schweizweiten Veloselbstverleih PubliBike. Bringen auch Sie Ihr Unternehmen mit den innovativen Lösungen der Post weiter: post.ch/klima

DIE POST 

Gelb bewegt.

«Die Post investiert in den Service public der Zukunft»

Konzernleiterin Susanne Ruoff über ein erfolgreiches Geschäftsjahr, neue Projekte und strategische Schwerpunkte des gelben Riesen.

Interview: Beat Gerber, Claudia Iraoui

Bild: Béatrice Devènes

Die Post hat kürzlich das Jahresergebnis 2014 präsentiert. Sind Sie zufrieden?

Natürlich, ich bin stolz darauf! Diesen Erfolg haben wir dem grossen Engagement unserer über 62 000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu verdanken. Das Jahr 2014 war für die Post ein erfolgreiches Jahr. Wir konnten den Konzerngewinn leicht steigern, auch wenn der Umsatz und das Betriebsergebnis etwas tiefer ausfielen als im Vorjahr. Dieser Rückgang ist in erster Line auf Wertberichtigungen des Portfolios bei den Finanzanlagen zurückzuführen. Wir haben uns aber trotz des wachsenden Wettbewerbsdrucks und der schwierigen Zinssituation gut geschlagen.

Wofür verwendet die Post ihren Gewinn?

Dank den guten Ergebnissen können wir wichtige Investitionen tätigen. Allein im Jahr 2014 haben wir insgesamt 443 Millionen Franken in die Qualität und Zuverlässigkeit unserer Dienstleistungen und in neue Angebote für unsere Kunden investiert. So stellen wir sicher, dass die Bevölkerung eine Grundversorgung in hoher Qualität erhält. Und wir legen damit den Grundstein, dass wir auch in Zukunft einen attraktiven Service public bieten können.

In welche Projekte investiert die Post?

Zu den grossen Investitionen 2014 gehört der Bau einer zusätzlichen Sortieranlage im Paketzentrum Härkingen, mit der wir die wachsenden



Susanne Ruoff (56) ist seit 2012 Konzernleiterin der Schweizerischen Post. Davor war sie in führenden Positionen bei IBM und bei British Telecom Switzerland tätig. Sie ist verheiratet, hat zwei Kinder und lebt in Crans-Montana.

Mengen im boomenden Onlinehandel bewältigen können. Wir haben zudem die Automatisierung der Briefverarbeitung weiter vorangetrieben und den Anteil der maschinell sortierten Sendungen erhöht. Auch in der Zustellung haben wir unsere Prozesse optimiert. Im Verlauf des Jahres werden wir alle Brief- und Paketboten mit neuen Handscannern ausrüsten. Sie erleichtern unseren Zustellern die Arbeit und legen den Grundstein für die Integration neuer Angebote für die Kunden.

Warum muss sich die Post laufend verändern?

Die Post steht in einem Modernisierungs- und Transformationsprozess. Es sind unsere Kundinnen und Kunden sowie die Politik, die diesen Wandel von uns erwarten. Weniger Briefe, weniger Einzahlungen am Schalter, dafür neue Wettbewerber und neue Technologien: Das sind zentrale Herausforderungen für die Post. Wir reagieren darauf,

indem wir Bestehendes weiterentwickeln und zusätzlich mobile und digitale Lösungen anbieten. Wir wollen unserer Kundschaft das Bestellen, Empfangen und Bezahlen von Leistungen so angenehm wie möglich machen. Aber ob elektronisch oder mittels Papier, der Kunde soll wählen können, wie er mit der Post Geschäfte machen will.

Wohin wird sich die Post in den nächsten Jahren weiterentwickeln?

Wir haben strategische Entwicklungsschwerpunkte definiert, an denen wir uns orientieren. Wir wollen weiterhin eine starke Anbieterin im gedruckten Direct Marketing sein. Selbstverständlich machen wir aber auch beim Ausbau von elektronischen Komponenten weiter und bieten Lösungen in neuen aufstrebenden Märkten an, wie etwa beim elektronischen Patientendossier. Wir investieren weiter in unsere Geschäftskundenlösungen des Dokumentenmanagements. Mit PostAuto entwickeln wir neue

Mobilitätslösungen, die über den reinen Personenverkehr hinausgehen. Und PostFinance investiert laufend in neue Dienstleistungen im Digital und Mobile Banking. Lösungen aus der Schweiz für die Schweiz.

Unsere Produkte und Dienstleistungen sollen leicht verständlich und einfach zugänglich sein, von überall aus, rund um die Uhr. Unseren Kundinnen und Kunden wollen wir vermehrt Systemlösungen anbieten, zum Beispiel im Distanzhandel oder der Kombination von Detailhandel und Distanzhandel. Das heisst, wir bündeln verschiedene Produkte und Dienstleistungen zu Gesamtlösungen aus einer Hand. Von der Komplexität, die dahinter steht, soll der Kunde nichts spüren. Wir wollen unseren Kunden den Alltag mit der Post so einfach wie möglich machen.

Wir steht es um die traditionellen Dienstleistungen der Post.

Verlieren diese an Bedeutung?

Nein, aber es kommen neue dazu. Der Transport von Briefen, Gütern, Personen und Geld bleibt unser Kerngeschäft. Und auch unsere Werte – die Qualität, die Zuverlässigkeit, das Vertrauen – bleiben in Zukunft unverändert bestehen. Trotz neuer Dienstleistungen sind uns unsere traditionellen Kunden weiterhin wichtig, und wir erfüllen mit Stolz die physische Grundversorgung. Die Post wird ihre Dienstleistungen nicht ersetzen, sondern wo sinnvoll und erwünscht vermehrt durch elektronische Angebote ergänzen und anreichern. Hier, in der Verbindung von Transportdienstleistungen und der digitalen Welt, liegt unsere besondere Stärke. ■

Post mit solidem Jahresergebnis

Das vergangene Jahr war durch Rekordmengen bei den Paketen, den anhaltenden Rückgang beim adressierten Brief und im Schaltergeschäft, rekordtiefe Zinsen bei PostFinance und wachsende Passagierzahlen bei PostAuto geprägt. Die Schweizerische Post erzielte ein solides Resultat und erwirtschaftete einen **Konzerngewinn von 638 Millionen Franken** (Vorjahr: 626 Millionen Franken). **Das Betriebsergebnis (EBIT) beträgt 803 Millionen Franken** (Vorjahr normalisiert: 911 Millionen Franken). Die leichte Gewinnzunahme ist auf tiefere Finanz- und Steueraufwendungen zurückzuführen. Hauptgrund für den Rückgang des Betriebsergebnisses sind zusätzliche Portfoliowertberichtigungen. Der Verwaltungsrat wird der Generalversammlung beantragen, dem Bund **200 Millionen Franken** als Dividende auszuschütten.

62 983

Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter

2203 Mio.

adressierte Briefe befördert

111,8 Mio.

Pakete befördert

140,6 Mio.

PostAuto-Passagiere

117,2 Mrd.

Franken Kundenvermögen bei PostFinance

Kayatoast zum Frühstück

Mit dem Trainee-Programm der Post können Hochschulabsolventen ihr Fachwissen in die Praxis umsetzen und in der Arbeitswelt Fuss fassen – auch in Singapur.

Text: Claudia Iraoui; Foto: Aaron Joel Santos / NOI Pictures

Ende Januar hat Adrien von der Weid seine Koffer gepackt und ist nach Singapur gereist. Der studierte Betriebswirt hat neun Monate in der Konzernrevision der Post in Bern verbracht und absolviert nun den zweiten Teil seines Trainee-Programms bei Swiss Post Solutions in Singapur (siehe Kasten). Seit Februar isst er zum Frühstück Kayatoast, und von seinem Büro im 20. Stock kann er die Skyline der asiatischen Stadt bewundern. Der dreissigjährige Romand unterstützt hier mit seinen Fähigkeiten das kleine und dynamische Asia Pacific Team von Swiss Post Solutions. Die Schweiz und Singapur trennen nicht nur viele Kilometer, sondern auch zahlreiche kulturelle Unterschiede. «Es sind zwei völlig verschiedene Welten. Hier ist einerseits die Konkurrenz stärker. Die Leute wollen gut verdienen und stellen ihren Reichtum zur Schau. Andererseits ist die Gesellschaft sehr konservativ, und für die Geschäftsbeziehungen gelten ganz strenge Regeln.» Zurück in der Schweiz wird Adrien von der Weid mit seiner Berufserfahrung gute Chancen haben: «Ich bin mir sicher, dass mir die 18 Monate bei der Post als Sprungbrett dienen werden, um meinen Traumjob zu finden!»

Fertig mit der Uni? Die Post sucht Sie!

Haben Sie soeben Ihr Studium abgeschlossen und möchten ins Berufsleben einsteigen? Bewerben Sie sich als Trainee bei der Post, wo Sie in zahlreichen fachübergreifenden Projekten mitarbeiten werden (z. B. Finanzen, Interne Revision, Marketing, Kommunikation, Informatik, Wirtschaftsinformatik oder Human Resources). Das 18-monatige Programm besteht aus zwei Einsätzen und startet jeweils im Mai und im November in Bern. Auch Auslandseinsätze sind möglich (etwa in London, New York oder Singapur), und zehn Weiterbildungstage sind ebenfalls inbegriffen.

- ➔ www.post.ch > Jobs und Karriere > Hochschulabsolventen und Studierende
- ➔ Bei Fragen schreiben Sie ein E-Mail an student@post.ch



Entdecken Sie Adrien von der Weids Alltag in Singapur bis zum 24. April auch auf unserem Instagram-Account:



➔ www.instagram.com/swisspost

«Die Schweiz und Singapur sind zwei völlig unterschiedliche Welten»: Trainee Adrien von der Weid (30) in Singapur.

Das historische Bild

1930



Schweizer Briefmarkendruck erlangt Weltruf
 Bei den Philatelisten waren sie besonders gefragt, die bei den schweizerischen PTT-Betrieben einerseits und der Firma Hélio-Courvoisier SA in La Chaux-de-Fonds andererseits gedruckten Briefmarken. Der Grund: Ihre produktionstechnische Qualität besass Weltruf. Die präzise Arbeit der beiden Wertzeichendruckereien prägte jahrzehntelang massgeblich das Erscheinungsbild der Schweizer Philatelie. Fehldrucke gab es selten. Schon 1930 wurde der Wertzeichendruck von der Eidgenössischen Münzstätte in die neu geschaffene Abteilung Wertzeichendruck PTT umgesiedelt. Zusammen mit der Druckerei Courvoisier ergab sich bald eine Arbeitsteilung. Die sogenannten Dauermarken wurden im Rotations-Stichtiefdruckverfahren von den PTT gedruckt (Bild), die Sonder- und Werbemarken wie auch die Pro-Juventute- und Pro-Patria-Marken entstanden im Ätztiefdruckverfahren bei Hélio-Courvoisier. Doch leider rechnete sich die Schweizer Briefmarkenproduktion nicht und wurde eingestellt. HF

Fotos: Aaron Joael Santos/NOI Pictures, Museum für Kommunikation, Bern

Glückspilze gesucht!
 Gewinnen Sie attraktive Preise!

Schweizer Pärke Seite 5

Nehmen Sie an unserer Verlosung teil!
5 x 1 Genusspaket inklusive PostAuto-Pasta im Wert von CHF 59.– zu gewinnen.

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

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

Teilnahmeschluss: 1. Juni 2015



Expo Milano 2015 Seite 7

20 x das Buch «Schweizer Küche» zu gewinnen (exklusives Buch mit Rezepten und kulinarischen Hintergrundinformationen zu sieben Regionen der Schweiz), **10 x 1 Bogen** mit 6 Originalbriefmarken Expo Milano 2015 oder **10 x 1 Ersttagsumschlag** Expo Milano 2015.

Name

Vorname

Strasse

PLZ/Ort

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

Teilnahmeschluss: 1. Juni 2015

Talon einsenden an:
Die Schweizerische Post AG,
Stichwort «magazin», 3024 Bern

Wettbewerbsbedingungen: Teilnahmeberechtigt sind alle in der Schweiz wohnhaften Personen. Die Teilnahme am Gewinnspiel ist unentgeltlich. Die Gewinnerinnen und Gewinner der Wettbewerbspreise werden schriftlich benachrichtigt und auf www.post.ch/magazin veröffentlicht. Keine Barauszahlung der Preise. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Gleiche Gewinnchancen bei Teilnahme via SMS, Telefon oder Talon.

Zimt als Heilmittel?

Die Forscher in der ganzen Welt sind sich einig: Zimt steckt voller gesundheitsfördernder Eigenschaften!

Dieses köstliche Gewürz wird gemeinheim in Keksen, auf Toastbrot oder im Tee genossen. Nach dem schwarzen Pfeffer ist Zimt das meistverwendete Gewürz weltweit.

Zimt – ein Alleskönner für die Gesundheit. Wer hätte das gedacht?

Der Zimt, das einst noch begehrter war als Gold, wird seit Jahrhunderten in China verwendet, um den Blutzuckerspiegel in Schach zu halten. In einer in Pakistan durchgeführten Studie senkte Zimt den Blutzuckerspiegel bei Patienten mit Altersdiabetes um bis 29%.

Schon seit Jahrhunderten wird Zimt genutzt, um arthritsbedingte Schmerzen zu lindern. Eine kürzlich an der Universität von Kopenhagen durchgeführte Studie hat ergeben, dass die kombinierte Gabe von Zimt und Honig nach nur einer Woche für eine deutliche Linderung der Beschwerden von Arthritispatienten sorgte. Was für eine wunderbare Neuigkeit!

Zimt enthält mehr als 80 Nährstoffe, ist aber frei von Fett, Zucker, Cholesterin oder Natrium. Ein Teelöffel Zimt hat gerade mal 6 Kalorien.

Das *Buch vom Zimt* verblüfft mit 350 Heilwirkungen und überraschenden Anwendungsbeispielen von Zimt. Zimt kann:

- Bauchfett abbauen
- das Gedächtnis anregen
- den Blutdruck regulieren
- Falten glätten
- Pilzinfektionen vorbeugen
- Arthritis verbessern
- den Blutzuckerspiegel regulieren
- Magenschmerzen beruhigen
- Blutgerinnseln entgegenwirken
- den Appetit zügeln
- Husten und Schnupfen abklingen lassen
- Grippe behandeln
- Entzündungen eindämmen
- Müdigkeit entgegenwirken
- die Verdauung fördern
- Krämpfe lösen
- Übelkeit beseitigen
- Durchfall bekämpfen
- Energie verleihen
- die Nerven beruhigen
- Akne behandeln

Zimt wirkt antibakteriell, pilzabtötend, antiseptisch und entzündungshemmend und stellt somit eine effektive natürliche Alternative zur Behandlung zahlreicher Krankheiten dar.

Jetzt haben Sie die Gelegenheit, sich dieses Werk 30 Tage lang zu Hause kostenlos anzuschauen.

Beeilen Sie sich! Die Vorräte sind begrenzt. Handeln Sie jetzt!

WARNUNG: Zimt enthält Cumarin. Der Verzehr von grösseren Mengen Cumarin kann gesundheitsschädlich sein.

541 Tricks und Tipps aus Grossmutter's Schatzkiste

Wirkungsvoll und ein Muss für alle Sparfüchse!

Vergessen Sie die teuren Markenprodukte zum Putzen und Kochen, zum Heimwerken und Gärtnern, für die Gesundheit und für die Schönheit. Sie können Ihre eigenen traditionellen Mittel „nach überliefertem Rezept“ aus einfachen und gesunden Zutaten herstellen, die Sie überall erhalten, und all das für wenige Rappen.

Das Haus meiner Grossmutter war immer tipptopp in Ordnung, ihre Kochkünste waren legendär und auch mit über 80 hatte sie einen Teint, der sie 30 Jahre jünger aussehen liess.

Grossvater hatte den gepflegtesten Garten im ganzen Umkreis und mit ein paar „Schnürchen und Drähten“ reparierte er praktisch alles. Beide wurden deutlich über 90 und waren fast nie krank.

Sie nutzten einfache und traditionelle Tricks und Tipps, die von Generation zu Generation weitergegeben wurden. Viele dieser Ratschläge und Kniffe sind in Vergessenheit geraten und aus diesem Grunde habe ich alle Tricks meiner Grosseltern und noch viele mehr in dem Buch „Bewährte Haushaltstipps aus Grossmutter's Schatzkiste“ zusammengetragen. Hier einige Beispiele:

- Bringen Sie mit Cola die WC Schüssel wieder auf Hochglanz!
- Mit dieser Methode rücken Sie Kragenspeck zu Leibe
- Machen Sie widerspenstige Reissverschlüsse wieder gängig. Was Sie dazu benötigen, haben Sie immer im Haus – und es funktioniert prima!
- Ihr Porzellan wird mit einem alltäglichen Produkt wieder wie neu, schauen Sie zu wie die Flecken verschwinden
- Pfannen und Töpfe werden wieder blitzblank und wie neu



- Befreien Sie Ihren Backofen von Schmutz und Fett, ganz ohne Muskelkraft
- Unangenehme Gerüche in den Schuhen entfernen Sie mit Natron, es funktioniert wirklich!
- Graue Wäsche muss nicht sein – mit Aspirin wird sie wieder strahlend weiss
- verstopfte Abflüsse werden im Handumdrehen wieder frei

Mehr als 500 Tipps und Tricks!

Meine Grossmutter nahm niemals Pillen oder Trunks aus dem Handel; sie vertraute vielmehr auf die guten alten Methoden, um gesund zu bleiben. Erfahren Sie, wie sie sich vor Schnupfen, Grippe und Husten schützte. Wie sie abnahm, Blähungen vermied und vieles mehr.

- So gehen Tränensäcke in nur 10 Minuten zurück
- Lindern Sie Verstopfung und vermeiden Sie Rückfälle – mit diesem Naturheilmittel
- Mit diesem erstaunlichen Trick stoppen Sie Durchfall, Erbrechen
- Lindern Sie Ihre Gelenkschmerzen mit diesem Badezusatz
- Eine cremige Mischung unterdrückt Ihr Verlangen nach Nikotin

- Müde und schmerzende Füsse werden mit diesem Gewürz wieder munter – einfach in die Strümpfe streuen!
- Schlafstörungen? Mit diesem Naturheilmittel verbringen Sie wieder erholsame Nächte!
- Stumpfe Scheren werden schnell wieder scharf, wenn Sie ein bestimmtes Papier mit ihnen schneiden
- So leicht wird Ihr Teint ganz zart und seidig
- Mit diesem hervorragenden Gärtnertrick halten Sie sich Wespen vom Leibe
- Halten Sie Schädlinge mit diesem genialen alltäglichen Abwehrmittel von Ihren Beeten fern
- So halten Ihre Schnittblumen länger – über Wochen hinweg!

Alex Goffey, Autor

Sparen Sie jede Menge Geld!

In dem Buch „Bewährte Haushaltstipps aus Grossmutter's Schatzkiste“, entdecken Sie ganz einfache Methoden, mit denen Sie Ihre alltäglichen Probleme lösen! Sie sparen Zeit und Geld... und Sie werden verblüfft feststellen, wie gut man auf die angeblich unverzichtbaren Markenprodukte verzichten und sie mit günstigen Alternativen ersetzen kann!

Zufriedenheitsgarantie

Nutzen Sie diese Tipps und sparen Sie bares Geld. Das GARANTIEREN wir Ihnen! Sollten Sie aus irgendeinem Grund nicht rundum zufrieden sein, so müssen Sie uns das Buch nur innerhalb von 30 Tagen zurücksenden. Ihre Rechnung wird dann storniert, doch Ihr Gratisgeschenk gehört Ihnen auf jeden Fall. Handeln Sie schnell!

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

LESEGUTSCHEIN

Bitte senden an Body Best - Postfach 2622 - 1260 Nyon 2
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) „Bewährte Haushaltstipps aus Grossmutter's Schatzkiste“
zum Preis von CHF 39.-

_____ Exemplar(e) „Das Buch vom Zimt“ zum Preis von CHF 39.-

Sparen Sie CHF 19.- und bestellen Sie gleich 2 Bücher Ihrer Wahl zum Preis von lediglich CHF 59.- (Beteiligung an Versand- und Verpackungskosten CHF 6.95)

Sie haben ein 30-tägiges rückgabeberecht

Name/Vorname: _____

Adresse: _____

PLZ/Ort: _____

Tel: _____

Geburtsdatum: _____

Gratis Geschenk

Wenn Sie innerhalb von 72 Stunden antworten erhalten Sie ausserdem „Die Geheimnisse für mehr Schwung, Kraft und Lebensfreude in jedem Alter“ Lieferung solange der Vorrat reicht!

Fensterplatz

Stelvio-Linie Unterwegs mit Daniel Hohenegger



Daniel Hohenegger (50) fährt seit 2012 Postauto. Er lebt mit seiner Familie in Fuldera.

In den drei Stunden, die wir von Müstair nach Tirano brauchen, erlebt man so viel wie sonst in drei Tagen. Viele machen die Rundreise mit dem Zug bis Tirano und nehmen das Postauto zurück. Etwas höhen- und kurventauglich sollte man sein: Wir überwinden 3600 Höhenmeter und bewältigen auf den 80 Kilometern ganze 90 Kurven. Die Gegend ist nicht nur bei meinen Passagieren beliebt, sondern auch bei Velo-, Töff- und Autofahrern: Im August wähe ich mich manchmal in Monte Carlo. Der Bergsommer ist einfach traumhaft, vor allem, wenn ab Anfang Juli die Alpenrosen blühen und die Hänge einen rosa Anstrich haben. Einer älteren Dame, die im Juli Geburtstag hatte, habe ich einmal ein Blumensträusschen gepflückt – sie hat sich so gefreut! RH



Linie 90.821

Müstair ab 09.10 Uhr – **Tirano** an 12.05 Uhr
Tirano ab 13.45 Uhr – **Müstair** an 16.32 Uhr
Verkehrt vom 4. Juli bis 11. Oktober 2015



Weitere Informationen zur Stelvio-Linie finden Sie auf

➔ www.postauto.ch, Webcode 10700



Müstair Das Kloster St. Johann, gegründet von Karl dem Grossen, ist heute Weltkulturerbe.



Santa Maria Flink und farbenfroh arbeitet die Weberin in der Tessanda, der Weberei.



Stilfser Joch Auf der Passhöhe verschnauften und die frische Bergluft geniessen, bevor es hinuntergeht in die südliche Wärme von Tirano.



Umbrail Nahe des Stilfser Jochs liegt der höchste Schweizer Strassenpass. Schon im 15. Jahrhundert verband hier ein Postkurs Norden und Süden.



Tirano Mal schauen, ob der kleine Putto oben bleibt oder am Ende doch seine Flügel braucht.



Tirano Ob die hiesigen Pizzoccheri ebenso gut schmecken wie die ennet den Bergen?



Tirano In der Altstadt präsentiert sich den Besuchern manch charmante Ecke. Wer hat denn gesagt, dass man mit dem Velo fahren muss?



Tirano Auch nachts ein strahlender Anblick: die 1513 fertiggestellte Basilika Madonna di Tirano.

Der Postbote



10 Fragen an Noam Huber, 1532 Fétigny



Wohnort: Yverdon

Alter: 24

Hobbys: Krafttraining, Eishockey, Skaterhockey

Angestellt bei der Post: seit fünf Jahren

1. Wie kam es, dass Sie Pöstler wurden?

Das liegt in der Familie, auch meine Mutter arbeitet bei der Post. Ich absolvierte zuerst die Mediamatikerlehre bei der Post und begann danach in Fétigny als Zustellbote. Ich mag den Kundenkontakt und die flexible Arbeitszeit.

2. Wie beginnt Ihr Arbeitstag?

Ich stehe jeden Morgen um 4.45 Uhr auf, esse etwas Kleines und mache mich gegen 5.20 Uhr auf den Weg. Die Fahrt von Yverdon nach Fétigny dauert rund 20 Minuten. Um 6 Uhr ist

Arbeitsbeginn und gegen 8 Uhr gehe ich auf eine der Zustelltouren im Freiburger Broyebezirk oberhalb des Neuenburgersees.

3. Welches ist Ihre Lieblingstour?

Speziell ist jene in Lully, wo die Mutter meiner Freundin wohnt. Ich mache bei ihr jeweils Pause und geniesse ihren fantastischen Kaffee.

4. Daneben arbeiten Sie regelmässig als Fotomodell. Wie kam es dazu?

Meine Mutter hat mich für die Mister-Schweiz-Wahl 2012 angemeldet, wo ich den Einzug in

den Final schaffte. Seither bekomme ich Modelaufträge für Modeschauen und Fotoshootings. Letzteres liegt mir besser, kürzlich erschienen meine Bilder sogar im bekannten Männermagazin GQ. Abgelehnt habe ich hingegen eine TV-Rolle in «Secret Story», der französischen Version von «Big Brother». Dort hätte ich mich als Single ausgeben müssen, obwohl ich seit fünf Jahren liiert bin.

5. Was tun Sie alles für Ihre Schönheit?

Ich trainiere fast täglich zwei Stunden im Fitnesscenter, ernähre mich gesund und verzichte abends auf Pasta und Reis. Einmal pro Woche gehe ich in den Hamam und alle 14 Tage kümmert sich meine Freundin, die Coiffeuse ist, um meine Frisur. Nur das Solarium lasse ich aus.

6. Ihr Oberkörper ist tätowiert. Ein Nachteil?

Vielleicht eher für weibliche Models. Bei den Männern kann das je nach Auftrag sogar ein Vorteil sein. Wer mich buchen will, findet mich übrigens über meine Facebookseite.

7. Was würden Sie an Ihrem Aussehen gerne ändern?

Nichts. Ich bin rundum zufrieden und danke meinen Eltern für die guten Gene.

8. Was sagen Ihre Postkunden zur Modelkarriere?

Ein paar wenige haben es durch ihre Töchter erfahren und mich darauf angesprochen. Ich reagiere cool und seriös darauf, schliesslich bin ich als Pöstler unterwegs. Und wenn sich meine Arbeitskollegen mal einen Scherz über meinen Nebenjob erlauben, lache ich mit.

9. Was tun Sie als erstes, wenn Sie nach der Arbeit heimkommen?

Ich esse einen Snack, dann gehe ich in den Fitnessklub um die Ecke. Am Abend sehe ich mir gern einen guten Actionfilm an. Mein Favorit ist das Sandalenepos «Gladiator» mit Russell Crowe. Spätestens um 22 Uhr versuche ich im Bett zu sein. Eigentlich lebe ich topseriös, fast wie ein Spitzensportler.

10. Wären Sie nicht Postbote, was dann?

Ich würde wohl hauptberuflich modeln. Es ist allerdings extrem schwer, davon zu leben, denn die Konkurrenz ist beinhart. Ich bin froh, dass ich bei der Post einen so verständnisvollen, flexiblen Chef habe, der mir es ermöglicht, die beiden so unterschiedlichen Berufe zu kombinieren. **mk**



Gelb gewinnt!

Ist Ihre Welt auch gelb? Beweisen Sie es! Nehmen Sie an unserem Wettbewerb teil und senden Sie uns bis 26. Juni 2015 eine Postkarte mit der PostCard Creator App. Eine interne Jury wählt die schönsten Einsendungen aus und publiziert sie in der nächsten Ausgabe des «magazin». Es locken tolle Preise: Der Sieger gewinnt ein iPhone 6, für Rang zwei bis elf gibts je einen 50-Franken-Gutschein für die Onlineapplikation PostCard Creator.

Mitmachen ist so einfach

Schiessen Sie ein Foto zum Thema **Gelb**. Erstellen Sie damit in der PostCard Creator App eine Postkarte. Auf die Rückseite schreiben Sie einfach «Gelb» und Ihre Adresse. Geben Sie folgende Empfängeradresse ein: Post CH AG, Redaktion «magazin», Claudia Iraoui, Wankdorfallee 4, 3030 Bern. Dann müssen Sie nur noch den Druckauftrag erteilen.

Teilnahmebedingungen

Die Gewinnerinnen und Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Ihre Namen werden in der nächsten Ausgabe des «magazin» und auch online veröffentlicht. Keine Barauszahlung der Preise. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Sie kennen die PostCard Creator App noch nicht?

Mit der PostCard Creator App der Schweizerischen Post können Sie mit Ihrem Smartphone (iPhone oder Android) jeden Tag gratis eine Postkarte an eine Adresse in der Schweiz verschicken. Für mehr Postkarten in verschiedenen Formaten gibt es PostCard Creator als Weblösung online:

➔ www.post.ch/postcardcreator-app

Leserreise

3. bis 10. Oktober 2015

Unbekanntes Siebenbürgen

Transsilvanien ist nicht nur Dracula

Preise pro Person ab **CHF 1475.-**

Kennen Sie Siebenbürgen? Oder eher Transsilvanien? Das Zentrum Rumäniens ist nicht nur für Dracula und Gruselkult bekannt, sondern auch für wunderschöne Städte und einmalige Kultur. Entdecken Sie mit uns ein Land, in dem sich die Eleganz des alten königlichen Ungarns mit deutschem Bürgersinn und rumänischer Ursprünglichkeit verbindet. Sie werden staunen!

1. und 2. Tag

Im Reiseкар fahren wir durch Österreich und Ungarn ins siebenbürgische Arad, wo wir unsere lokale Reiseleitung für Rumänien treffen.

3. Tag

Auf einer Führung lernen wir die Kirchenburg Sebeş und die Stadt Sibiu kennen. Die Kulturhauptstadt Europas von 2007 hat ihren Charme mit dem Treppengang zwischen den alten und neuen Stadtvierteln bewahrt. Am Abend geniessen wir ein typisch rumänisches Abendessen mit den örtlichen Bauern.

4. Tag

Dieser Tag steht zuerst im Zeichen von Graf Dracula, denn wir besuchen die Draculaburg Bran. Anschliessend besichtigen wir die Stadt Braşov. Vom barocken Rathaus und dem Wahrzeichen der Stadt, der Biserica Neagră, werden Sie begeistert sein. Während des Abendessens lauschen wir einheimischer Folklore und lassen den Tag ausklingen.

5. Tag

Nach einem kurzen Abstecher zur Burg Prejmer besichtigen wir das UNESCO-Weltkulturerbe Sighişoara und werfen einen Blick ins Geburtshaus von Graf Dracula. Anschliessend haben Sie Zeit zur individuellen Entdeckung der Stadt.

6. Tag

Unsere Reiseleitung führt uns durch die Stadt Târgu Mureş. An vielen öffentlichen Gebäuden künden Anschriften in Rumänisch, Deutsch und Ungarisch davon, dass diese drei Nationen seit mehr als tausend Jahren zusammenleben. Weiter geht es zur Besichtigung der Stadt Cluj-Napoca und zum Abendessen weiter nach Oradea.

7. Tag

Wir besichtigen Oradea und staunen über die vielen schönen städtebaulichen Akzente, die die habsburgischen Architekten hier hinterlassen haben. Anschliessend Weiterfahrt nach Österreich zur letzten Übernachtung.

8. Tag

Heimreise in die Schweiz.

Eine Reise mit PostAuto



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

Preise pro Person

- Im Doppelzimmer CHF 1475.-
- Zuschlag Einzelzimmer CHF 230.-

Im Preis inbegriffen:

- 2 PostAuto-Tageskarten
- Fahrt im 4*-PostAuto-Reiseкар
- Durchgehende PostAuto-Reisebegleitung
- Durchgehend lokale Reiseleitung in Rumänien
- 6 Übernachtungen in 4*-Hotels
- 1 Übernachtung im 5*-Hotel
- 5 Abendessen im Hotel
- 1 Abendessen bei den Bergbauern
- 1 Abendessen mit Folklore
- 1 Mittagessen inkl. Kutschfahrt
- Besichtigung Kirchenburgen Sebeş und Prejmer
- Besichtigung Burg Bran
- Stadtbesichtigungen Sibiu, Braşov, Sighişoara, Târgu Mureş, Cluj-Napoca und Oradea inkl. Eintritte
- Reiseführer
- Taxen und Gebühren

Nicht inbegriffen:

- Getränke
- Versicherung Annullierungskosten und SOS-Schutz ab CHF 45.-

Reisedokumente

Schweizer Bürger benötigen eine Identitätskarte oder einen Reisepass, die bis mindestens sechs Monate nach Aufenthaltsende gültig sind.

Ihre Hotels

4*- oder 5*-Hotels: alle Zimmer mit Dusche/Bad, Toilette, Föhn, TV.

Details auf:

➔ www.postauto.ch/reiseangebote

Einstiegsorte

Chur, Landquart, Sargans, Diepoldsau, Biel, Bern, Olten, Zürich

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.

Information und Reservation

➔ 058 386 31 70

➔ www.postauto.ch/reiseangebote

➔ traumreisen@postauto.ch

➔ Webcode 10730



Wir besichtigen Oradea und die vielen schönen städtebaulichen Akzente, die die habsburgischen Architekten hier hinterlassen haben.

Das Posträtsel

Mitmachen und tolle Preise gewinnen!



1. Preis
Silit-Kochgeschirr-Set fünfteilig für Herd und Backofen, perfekt für wasserarmes, energiesparendes Kochen, im Wert von CHF 840.–

2. Preis
KitchenAid-Stabmixer-Set, robust und langlebig, mit viel Zubehör und Aufbewahrungskoffer, im Wert von CHF 249.–

3.–18. Preis
Beurer Aktivitätssensor mit Uhrzeitangabe, Schrittzähler, Kalorienverbrauch, Schlafüberwachung und Weckfunktion im Wert von CHF 99.–

zuversichtlich	schweizerdeutsche Verneinung	böse, fies	Schweizer Frauenkurzname	schweiz.: Bäcker	Knabe	Abk.: ausser Konkurrenz	Abk.: vor allem	Abchiedsgruss	Berg bei Bergün: Piz ...	Schweizer Sängerin aus Flamatt	ugs.: Rausch
Ort im Sernftal (GL)			schweiz. Komponist (Paul) †					waadtl. Weindorf engl. geistl. Titel			
Utensil für ein Aufussgetränk				1					engl.: sauber	Gemeinschaftswährung der EWU	
	7		Männerkurzname		Staat in Südeuropa			ein Departement des Bundesrats (Abk.)	Vorgesetzter	2	
spannender Film (Kurzw.)	ital.: Hülsenfrüchte		Wintersportgerät					Geschenisfolge			
ein Tennisschlag (engl.)				8	Nordeuropäer				ugs.: Katze	Barbschur	Zugezogener
			schweiz. linke Partei (Abk.) Kellner					Zeichen für Zinn (Stannum)	Freiherr		3
schweiz. Künstler u. Autor (Karl) †	Abk.: Sommerchlussverkauf	Mineral, Schmuckstein						Berg im Unterengadin: Piz ...			die Stadionwelle: La ...
rechter Aare-Zufluss			unbestimmter Artikel			Abk.: Nordnordost	früheres schweiz. Flüssigkeitsmass	kant. Autozeichen	Schweizer Anatom (Wilhelm) † 1904	ehem. Münze in Frankreich	
Abk.: See-meile	4	Ort im Goms (VS)			6	Quartier u. Schloss in Winterthur			Rolle zum Aufwickeln		9
ein-stellige Zahl			masslos, ungeheuer				5	Frauenkurzname		seltener	

Visuelles Einkaufserlebnis
www.houseware.ch

sehen klicken kaufen
Houseware.ch

1 - 2 3 4 5 6 7 8 9

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



Houseware.ch verkauft ausschliesslich ausgesuchte Qualitätsprodukte, die innerhalb von 24 Stunden durch die Post geliefert werden. Bei allen Produkten geben wir an, wo diese produziert werden und ob sich das Produkt reparieren lässt. Innerhalb der Garantiezeit werden Produkte portofrei zurückgenommen, ausgetauscht oder repariert. Übrigens: Bei Houseware suchen Sie alle Produkte visuell – so macht Einkaufen Spass! Testen Sie es!

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: 13. Juli 2015

«Eltern sollten ihr Kind nie vom Sport abhalten, egal von welchem»

Er gilt als begnadeter Kommunikator und bekennender Schweizfan. Der neue Eishockey-Nationalcoach Glen Hanlon über Nachwuchsförderung, seine Führungsprinzipien und die kommende WM.

Interview: Michael Krobath

Glen Hanlon, Sie gehören zu den glücklichen Menschen, die von sich sagen, sie hätten einen Traumjob. Wieso?

Weil hier alles stimmt. Ich trainiere ein talentiertes Team und die Zusammenarbeit mit den Nachwuchsauswahlen funktioniert vorbildlich. Meine Frau und mein Sohn leben ebenfalls hier und sind sehr glücklich, was in meinem Beruf nicht immer gewährleistet ist. Die Schweiz ist einfach unglaublich schön und passt zu mir.

Inwiefern?

Ich schätze die hervorragende Organisation und Ordentlichkeit. Ich mag es, dass man das Wasser aus jedem Brunnen trinken kann, und ich bin ein Schokoladenfan. Ausserdem geniesse ich es, mit dem Bike durch die fantastische Natur zu strampeln.

Überkommt Sie auf diesen Velo-fahrten auch manchmal das Gefühl, eine unmögliche Mission angetreten zu haben? Die Schweiz gewann vor zwei Jahren WM-Silber, was sich kaum überbieten lässt.

Als Trainer interessiert mich die Vergangenheit nicht. Ich denke nur an die kommende WM und unser mittelfristiges Ziel: Wir wollen uns in der Weltrangliste vom siebten auf den fünften Platz verbessern. Für die Spieler hat diese Medaille durchaus ihr Gutes: Sie zeigt ihnen, wozu die Schweiz fähig ist. Und dass wir uns höchste Ziele stecken dürfen.



«Und das Allerwichtigste: Habt ganz viel Spass!»: Nationaltrainer Glen Hanlon beim Kindertraining.

Glen Hanlon, 58, übernahm im letzten Herbst die Schweizer Eishockey-Nationalmannschaft. Aufgewachsen in Manitoba (Kanada), bestritt er als Torhüter 14 Saisons in der NHL, wo auch seine Trainerkarriere begann. Zuletzt trainierte er die Slowakei und Weissrussland. Er lebt mit seiner Frau und seinem 12-jährigen Sohn im Kanton Zug.

Dafür steht Ihnen eine goldene Generation zur Verfügung: Derzeit spielen zehn Schweizer in der NHL – mehr denn je.

Diese Zahl ist beachtlich, aber nicht nur ein Vorteil. Da die NHL immer Vorrang hat, werden uns bei der WM einige dieser Spieler fehlen. Trotzdem sind Stars wie Nino Niederreiter und Roman Josi für das Schweizer Eishockey enorm wichtig: Sie ermutigen die Jugend zu grossen Träumen.

Wie lautet Ihr Tipp an Kinder, die Hockeyspieler werden wollen?

Beginnt möglichst jung mit Schlittschuhlaufen. Verbringt viel Zeit mit Stock und Puck auf dem Eis. Und – am allerwichtigsten – habt ganz viel Spass. Kinder müssen nicht zwingend schon mit sechs Jahren rigide Trainings absolvieren.

Wann zeigt es sich, ob einer das Zeug zum Profi hat?

In der Regel erst mit 16, 17 Jahren, denn die körperliche Entwicklung von Jugendlichen verläuft extrem unterschiedlich.

Trotzdem beginnt die Selektion in den Klubs bereits bei den Elfjährigen.

Das ist viel zu früh. In Kanada spielen 700 000 Kinder Eishockey, in der Schweiz sind es bloss 10 000. Unsere Vision sollte es sein, dem Eishockey so viele Kinder wie möglich zu erhalten.

Verstehen Sie Eltern, die wollen, dass ihr Kind einen «seriösen» Beruf erlernt, statt alles aufs Hockey zu setzen?

Eltern sollten ihr Kind nie vom Sport abhalten, egal von welchem. Und ich sehe nichts Negatives darin, wenn ein Kind mit aller Kraft versucht, so gut wie nur möglich zu werden. Das ist doch wunderbar. Zudem lernen Sportler Disziplin, Pünktlichkeit, den Umgang mit Druck, soziale Kompetenz – allesamt Fähigkeiten, die heute in der Wirtschaft sehr gefragt sind.

Wie sehen Sie die Rolle der Eltern?

Sie sollen ihr Kind motivieren, statt es zu kritisieren. Und sie dürfen es auf gar keinen Fall persönlich nehmen, wenn ihr Kind nicht gut spielt. Wer sein Kind unter Druck setzt, erreicht genau eines: dass es aufhört, spätestens in der Pubertät.

Wurden Sie von Ihren Eltern zur NHL-Karriere «gepusht»?

Nie. Mit 17 hatte ich eine Krise und eines Abends verkündete ich ihnen: «Ich höre auf.» Die Antwort meiner Eltern: «Okay.» Sie liessen mich stets selbst entscheiden. Das ist das Beste, was Eltern tun können.

Sie sind in die Geschichte eingegangen, als jener Goalie, der das allererste NHL-Tor des legendären Wayne Gretzky kassierte. Peinlich?

Peinlich wäre es, der erste und einzige Goalie zu sein, den ein Spieler in seiner Karriere bezwang. Das kann man bei Gretzky mit seinen 894 Toren nicht behaupten. Ich sage immer: «Ich schuf ein Monster.»

Was ist die wichtigste Eigenschaft in Ihrem Beruf?

Absolute Ehrlichkeit. Das ist alles, was die Spieler wollen. Auch wenn es manchmal extrem hart für sie ist.

Die Fans, das Team, die Federation, die Medien – als Trainer befindet man sich in einem «Vier-Fronten-Krieg». Welche Front ist die schwierigste?

Alt werden ist nicht immer lustig. Zu den Vorteilen gehört, dass man Kritik nicht mehr fürchtet. Mein Job ist es nicht, diesen «Fronten» zu gefallen, sondern für den Erfolg der Schweiz alles Menschenmögliche zu unternehmen. Dabei enttäuscht man zwangsläufig Menschen. So haben rund 40 Spieler das Potenzial für die Nati, aber ich kann nur 22 zur WM mitnehmen.

Die WM ist ein riesiges Schaufenster. Wie verhindern Sie, dass dort individuelle über kollektive Interessen gestellt werden?

Durch Kommunikation. Ich erkläre den Spielern, dass ein gutes WM-Resultat auch der Karriere jedes Einzelnen zugutekommt. Und ich konfrontiere jeden Spieler mit dem schlechtestmöglichen Szenario. Ich erkläre ihm, dass er vielleicht nur selten zum Einsatz kommen wird, und frage ihn, ob er trotzdem bereit ist, sich dem Team unterzuordnen.

Gilt umgekehrt aber auch, dass zu viel Harmonie schädlich ist?

Keineswegs. Eine gute Stimmung im Team ist eine absolute Qualität und leistungsfördernd. Eine Kultur der Angst halte ich für ein ungeeignetes Führungsprinzip. ■

Neue Nachwuchskampagne von PostFinance

Unter dem Motto «Das Gelbe Herz für den Nachwuchs» lanciert PostFinance eine neue Kampagne zur Förderung des Schweizer Eishockeynachwuchses. Während der nächsten drei Saisons vergibt das Finanzinstitut für jedes Tor sowie jeden ersten und zweiten Assist der A-Nationalmannschaften der Frauen und Herren einen Punkt. Am Ende der Saison werden die Punkte zusammengezählt und zu Geld gemacht. Jeder Punkt ist 700 Franken wert. Der erzielte Gesamtbetrag fliesst vollumfänglich in die Kasse der Nachwuchsförderung der Swiss Ice Hockey Federation.



Scannen Sie den QR-Code und entdecken Sie mehr dazu in unserem Video mit Verteidiger Riccardo Auriemma aus der U16-Eishockey-Nati.

Fotos: freshfocus, Die Schweizerische Post AG

Laufagenda



Achtung, fertig, los!

Grand-Prix Bern

Datum 9. Mai 2015

Distanzen 1,6–16,093 km

➔ www.gpbern.ch

Winterthur Marathon

Datum 31. Mai 2015

Distanzen 5,4–42,195 km

➔ www.winterthur-marathon.ch

Bieler Lauftage

Datum 11.–13. Juni 2015

Distanzen 13,6–100 km

➔ www.100km.ch

Schweizer Frauenlauf

Datum 14. Juni 2015

Distanzen 1,6–15 km

➔ www.frauenlauf.ch



Der Frauenlauf ist und bleibt ein Lauf für Frauen und ein Fest für alle.

Aletsch-Halbmarathon

Datum 28. Juni 2015

Distanz 21,1 km

➔ www.aletsch-halbmarathon.ch



Weitere Infos

Die Post unterstützt die schönsten Laufveranstaltungen und fördert damit den grössten Breitensport der Schweiz.

➔ www.post.ch/laufsport

Limitierte Sonder-Edition



Patrouille Suisse - Atemberaubende Präzision auf Metall

Neu und exklusiv! Das spektakuläre Panorama-Gemälde von Wilfred Hardy im Grossformat 80 x 34 cm



Lieferung im Monat Mai

- Hochwertiger Kunstdruck auf Aluminium
- Weltweit limitiert auf nur 5'000 Exemplare
- Echtheits-Zertifikat
- Exklusiv bei Bradford



Seit über 50 Jahren gehört die Patrouille Suisse zu den besten Kunstflug-Staffeln der Welt und erntet mit ihren spektakulären Formationsflügen bei Flugmeetings immer wieder Respekt und Ansehen für unser Land. Das Gemälde des Aviatik-Malers Wilfred Hardy zeigt eindrücklich die atemberaubende Präsenz der Patrouille Suisse über den Bergen unserer Heimat. Reservieren Sie dieses Panorama-Gemälde jetzt gleich!

Preis: Fr. 199,80 oder 3 Raten à Fr. 66,60 (+ Fr. 11,90 Versand und Service)

Für Online-Bestellung:
Referenz-Nr.: 53559

www.bradford.ch

The Bradford Exchange, Ltd.

Jöchlerweg 2 • 6340 Baar • Tel. 041 768 58 58 • Fax 041 768 59 90 • e-mail: kundendienst@bradford.ch

EXKLUSIV-BESTELLSCHEIN Reservierungsschluss 26. Mai 2015

365-Tage-Rücknahme-Garantie

Ja, ich bestelle das Panoramabild „Patrouille Suisse“

Bitte gewünschte Zahlungsart ankreuzen

Ich wünsche eine Gesamtrechnung Monatsraten

Ich bezahle per MasterCard oder Visa

Vorname/Name Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen

Strasse/Nummer

Gültig bis: _____ (MMJJ)

PLZ/Ort

E-mail

BRADFORD EXCHANGE

Bitte einsenden an: **The Bradford Exchange, Ltd.**

Jöchlerweg 2, 6340 Baar

Unterschrift

Telefon