



**Emil Steinberger:**  
«On n'a jamais parlé de mon talent en famille. Le spectacle, ça ne valait rien.» Page 30



**Point de mire: cybersanté**  
Le rôle de la Poste dans la numérisation du secteur de la santé. Page 8

**L'énigme de la Poste**  
Gagnez des prix alléchants!  
Page 29

Edition août 2015

**magazine**

**LA POSTE** 

*Dynamique jaune.*

# Tu-ta-too

La fabrication du cor postal à trois tons – l'emblème des Alpes suisses.

Page 20



# Féerie de l'Avent à Prague

Une offre imbattable – Réservez vos places aujourd'hui encore!

**COMPRIS DANS LE PRIX:** ✓ Trajet en car spécial confortable jusqu'à Prague et retour ✓ 3 nuits dans un hôtel de classe moyenne supérieure ✓ 3 x copieux petit-déjeuner ✓ 1 x bon dîner à l'hôtel ✓ 1 x bon dîner dans une cave à bière, y compris 3 bières et musique ✓ Balade en bateau sur la Vltava, avec dîner et musique ✓ Visite guidée de la capitale de la république tchèque ✓ Visite des marchés de Noël de Prague ✓ Assistance de notre propre guide suisse compétent

4 jours de voyage  
dès

**Fr. 395.-**

OFFRE SPÉCIALE 15

Offre 15 a) Du 27 au 30 nov. 2015

Offre 15 b) Du 30 nov. au 3 déc. 2015

Offre 15 c) Du 4 au 7 déc. 2015

Offre 15 d) Du 7 au 10 déc. 2015

Prague, surnommée non sans raison la «ville dorée», se présente sous son plus beau jour lorsqu'elle est parée de son habit de l'Avent. Ses marchés de Noël comptent parmi les plus beaux d'Europe. Réservez cette offre sensationnelle de Car-Tours et laissez-vous envoûter par le charme de Prague.

**Votre programme de voyage en bonne compagnie:**

#### 1er jour – Trajet aller

Trajet en car spécial confortable jusqu'à Prague où notre hôtelier nous a concocté un bon dîner.

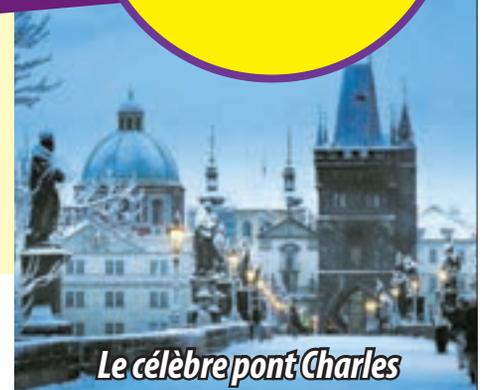
**2e jour – Visite guidée de Prague, marchés de Noël & cave à bière**  
Prague nous accueille dans son beau manteau de l'Avent. Après le petit-déjeuner, nous découvrons les plus belles curiosités de la «ville dorée» aux mille tours et aux mille clochers lors d'une **passionnante visite guidée**. Nous verrons ainsi le légendaire Pont Charles, le quartier du Château de Prague Hradcany, la cathédrale Saint-Guy et la vieille ville. L'après-midi, vous aurez assez de temps pour explorer Prague à votre guise. Nous vous recommandons de visiter **les marchés de Noël pragoï qui, sans aucun doute, comptent parmi les plus beaux d'Europe**. L'ambiance féérique qui règne partout vous enchantera! Le soir, nous vous invitons dans une **cave à bière traditionnelle** du centre-ville de Prague; nous vous y proposons un dîner composé de spécialités locales, arrosé de bière et accompagné de musique!

#### 3e jour – Marchés de Noël de Prague & tour en bateau sur la Vltava

Débutez cette journée par une grasse matinée, puis appréciez un copieux petit-déjeuner. Vous aurez ensuite le temps d'entreprendre d'autres découvertes, de flâner dans les marchés de Noël ou de visiter le légendaire Château de Prague, un des plus spectaculaires au monde. Pour couronner votre voyage, nous vous invitons le soir à une **charmante balade en bateau sur la Vltava, avec dîner et musique à bord**. Passez un moment exceptionnel tout en admirant Prague d'une autre perspective.

#### 4e jour - Retour en Suisse

Après le petit-déjeuner, retour en car pour la Suisse, la tête remplie de souvenirs inoubliables.



*Le célèbre pont Charles*

#### Notre prix spécial pour vous:

Prix par personne en chambre double

**en hôtel de classe moyenne supérieure Fr. 395.-**

Non compris/en option:

Supplément chambre individuelle: Fr. 60.-

Frais de réservation: Fr. 20.- par personne

#### Choisissez votre lieu de départ:

Genève, Lausanne, Yverdon, Neuchâtel, Bienne, Martigny, Montreux, Fribourg



**reka**

Economisez encore plus -  
Chèques REKA acceptés à 100%!

Holiday Partner, Altendorf  
Votre spécialiste des voyages en groupe!

Places limitées! Réservez illico & profitez!

**Tél. 0848 00 77 99**

**www.car-tours.ch**



*Marché de Noël dans la vieille ville*



**Claudia Iraoui**  
Rédactrice en chef

*Editorial*

## Chère lectrice, cher lecteur,

Même si l'expression «La plus grande richesse, c'est la santé» peut nous sembler galvaudée, elle est on ne peut plus pertinente. Ce n'est que lorsque nous sommes frappés par la maladie que nous nous rendons compte combien il est important de bénéficier d'un système de santé performant, au sein duquel tous les professionnels sont connectés. Cette mise en réseau est une composante de la cybersanté, déjà largement répandue dans le Nord de l'Europe mais qui peine à s'imposer en Suisse du fait des particularités de notre système de santé. J'adhère entièrement à l'idée d'un dossier électronique du patient me permettant, ainsi qu'à tous les acteurs de la santé, d'accéder à tout moment, aux conditions que j'ai fixées, à mes données médicales, à mes résultats d'analyses et aux ordonnances. Les informations que contient mon dossier électronique pourraient même un jour me sauver la vie!

Dans la rubrique Point de mire (page 10), Claudia Pletscher, responsable Développement et innovation, nous explique ce qu'est la cybersanté. Elle nous présente ses avantages pour le patient, les raisons de la présence de la Poste sur ce marché et la façon dont le transport de données sensibles est sécurisé.

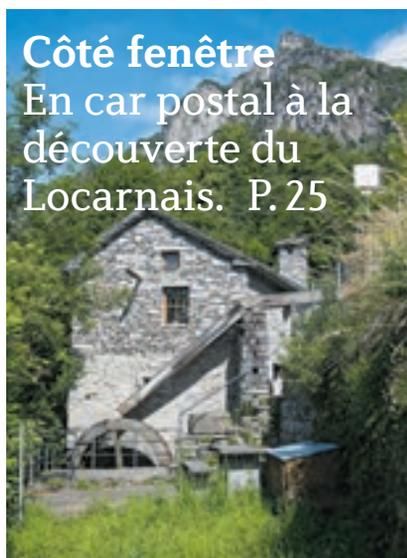


**Point de mire:  
Cybersanté**  
Mise en réseau  
du secteur de la  
santé et rôle  
de la Poste. P.8



**Le facteur**  
Et Richard Stöckli  
devint le héros  
d'un spot TV. P.13

**Conseiller financier**  
Faire des achats  
avec son smartphone:  
nos conseils. P.18



**Côté fenêtre**  
En car postal à la  
découverte du  
Locarnais. P.25

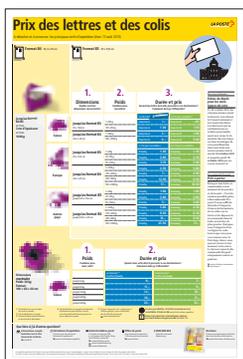
**Concours  
de cartes postales**  
Les lauréats  
et les plus beaux  
motifs. P.26

**Sommaire**

- 05 Actualités
- 08 Point de mire: la cybersanté
- 13 Le facteur
- 20 Cor postal: reportage
- 23 L'image du passé
- 25 Côté fenêtre
- 26 Concours de cartes postales
- 28 Voyage des lecteurs à Nuremberg
- 30 Entretien avec Emil Steinberger

**Services**

- 15 Nouveau et pratique
- 16 Le tableau des prix
- 18 Conseiller financier



**Le  
tableau des prix**  
P.16





A chaque  
dépense un  
gain d'argent  
?



\* PostFinance se réserve le droit de refuser une demande sans en indiquer les motifs. Pour toute demande reçue par PostFinance d'ici au 13 septembre 2015 et acceptée, le requérant se verra remettre la(les) carte(s) de crédit PostFinance souhaitée(s) accompagnée(s) à chaque fois de deux entrées gratuites Aqua-Spa-Resorts.

Avec les cartes de crédit de PostFinance, vous récupérez de l'argent à chaque achat. Tout simplement.

Demandez une carte d'ici au 13 septembre 2015 et recevez deux entrées gratuites Aqua-Spa-Resorts.\*

**PostFinance** 

Mieux accompagné.



## Le timbre

A l'aube du trafic motorisé, les voitures avaient peu de chevaux, mais beaucoup de caractère.

La Suisse était alors un pays constructeur automobile. Les nantis avaient le choix entre près de 90 marques suisses. La genevoise Pic-Pic jouissait d'une renommée internationale, Tribelhorn à Feldbach s'était spécialisée dans les moteurs électriques et Fischer à Uster misait sur les moteurs

4 cylindres refroidis par eau. 1934 marqua la fin de cette époque: Martini, le plus grand et le plus prospère des constructeurs suisses, à St-Blaise, fit faillite.



Les timbres spéciaux représentant les bijoux de la production automobile suisse seront disponibles dès le 3 septembre 2015 dans tous les offices de poste et sur [postshop.ch](http://postshop.ch)



## Tennis

### Swiss Indoors à Bâle

Nous vous emmenons à la finale des Swiss Indoors le 1<sup>er</sup> novembre 2015 à Bâle pour CHF 169.- seulement. Ce prix comprend le billet d'entrée, le trajet aller-retour en car postal et bien plus encore. Inscription et informations sur les lieux de départ:

- ➔ [carpostal.ch/myplus](http://carpostal.ch/myplus)
- ➔ [swissindoorsbasel.ch](http://swissindoorsbasel.ch)

### Billets VIP à gagner: tentez votre chance!

CarPostal met en jeu 2 x 2 packs Premium-Lounge d'une valeur de CHF 1450.- chacun pour la partie inaugurale du 26 octobre 2015. Délai d'inscription: 30.09.2015.

- ➔ [carpostal.ch/myplus](http://carpostal.ch/myplus)

## E-Post Office

### Boîte aux lettres futée

E-Post Office retient vos choix et la Poste vous livre votre courrier comme vous le désirez, sur papier dans la boîte aux lettres ou en PDF dans votre messagerie. Grâce à la nouvelle fonction de paiement, vous pourrez régler vos factures depuis la boîte aux lettres futée dès la fin de l'année.

- ➔ [poste.ch/epostoffice](http://poste.ch/epostoffice)

## Automates à colis

### Des colis à la gare

Depuis le 4 juin, la gare de Zurich dispose d'un automate My Post 24, un projet commun de la Poste et des CFF. Près d'1,2 million de voyageurs fréquentent chaque jour les gares de Suisse. Grâce aux automates à colis, ils peuvent désormais envoyer ou retirer leurs colis sur le chemin du travail. My Post 24 est gratuit, seul le prix du colis est facturé. A moyen terme, il est prévu de mettre en place des automates à colis dans 40 à 50 gares de Suisse. Ils constituent la première étape du nouveau projet que les CFF, Migros Zurich et la Poste prévoient pour l'automne 2015: «Click & Collect», qui démarre par un pilote à la gare centrale de Zurich. Les achats en ligne seront livrés en 30 minutes aux automates My Post 24, où les usagers de la gare pourront les retirer en passant. Plus rien n'empêche de faire ses achats tout en prenant le train.

- ➔ [poste.ch/mypost24](http://poste.ch/mypost24)



---

Le chiffre

---

# 5 230 296

Le 18 octobre 2015, 5 millions d'électeurs suisses éliront un nouveau Parlement. La majorité des communes ont adopté le vote par correspondance facilité au début des années 1990. Depuis, cette manière de voter est de plus en plus appréciée. Le taux de participation était de 52,4% en 2014 et de 48,5% pour l'élection du Parlement en 2011, avec près de 2,5 millions de bulletins rentrés. Quel que soit le taux de participation par correspondance, la Poste est amenée à livrer aux communes une grande quantité d'enveloppes de vote pour le vendredi 16 octobre 2015 au plus tard.

Les jeunes et leurs finances

### Maîtriser son argent

Bien utiliser son argent s'apprend. Beaucoup de jeunes dépensent tout leur argent de poche bien avant la fin du mois. Grâce au nouveau jeu éducatif en ligne MoneyFit, les enfants et les jeunes de 9 à 20 ans apprennent à maîtriser leurs finances. MoneyFit est une offre (gratuite) destinée aux écoles pour les cycles primaires et secondaires I et II. Les connaissances acquises sont vérifiées de façon ludique. Les fins de mois seront assurément mieux dotées.

➔ [moneyfit.postfinance.ch/fr](http://moneyfit.postfinance.ch/fr)



Gageons que vous avez un distributeur de billets dans la poche?

Billetterie mobile

### Le billet de bus en quelques clics

Tout le monde connaît cette situation: le bus est déjà là, mais le billet n'est pas encore payé. Avec l'application CarPostal (pour iPhone et Android), plus besoin de chercher sa petite monnaie: après avoir téléchargé l'application et s'être enregistré, l'utilisateur peut acheter le titre de transport de la communauté tarifaire désirée (billets simples et cartes journalières pour A-Welle, Frimobil, Libero, Mobilis, Ostwind, Passepartout et TNW).

➔ [carpostal.ch/tickets](http://carpostal.ch/tickets)

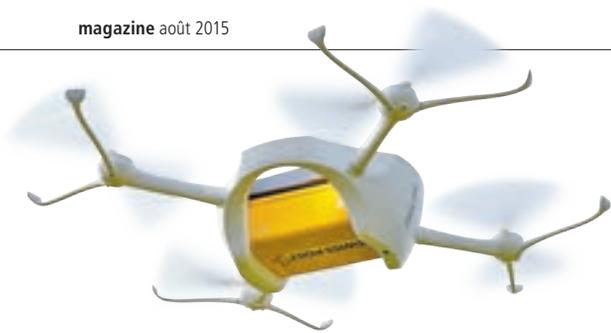


Places d'apprentissage

## Un exemple pour la formation

**5%** C'est le taux d'apprentis minimum que s'est fixé la Poste comme objectif stratégique de son cahier des charges, en sa qualité de membre de l'Alliance européenne pour l'apprentissage. En 2014, 5,5% des employés étaient des apprentis. L'entreprise va principalement augmenter le nombre de places de formation dans les domaines de la logistique et de l'informatique, où le personnel manque. En août 2015, la Poste ouvre le Campus ICT, un centre de formation consacré à l'informatique et à la médiamatique. La Poste propose chaque année des places d'apprentissage dans 15 métiers pour 800 jeunes.

➔ [jugendraum.post.ch/fr](http://jugendraum.post.ch/fr)



## La Poste en image



**Logistique aérienne** La Poste prend son envol: en collaboration avec Swiss WorldCargo (la division fret de Swiss) et Matternet, une start-up de la Silicon Valley spécialisée dans l'utilisation logistique de drones, l'entreprise teste les possibilités qu'offrent ces appareils. En juillet a donc eu lieu dans le canton de Berne une première étude de faisabilité, avec des drones de transport télécommandés. Pour le moment, le radar de test affiche des utilisations ponctuelles; les appareils pourraient livrer du matériel ou des médicaments dans des

régions difficiles d'accès, si par exemple un site est entièrement coupé du monde à la suite d'une tempête. De même, des transports d'urgence d'ordre médical, comme des échantillons de laboratoire, seraient aussi envisageables. Les modèles Matternet ONE volent de manière autonome sur des routes de vol clairement définies et sûres. Ils sont particulièrement légers et peuvent transporter jusqu'à un kilo de charge sur une distance de dix kilomètres, avec une seule charge de batterie.

### Impressum

**Editeur** La Poste Suisse SA, Communication, Wankdorfallee 4, Case postale, 3030 Berne, [www.poste.ch/magazine](http://www.poste.ch/magazine), [magazine@poste.ch](mailto:magazine@poste.ch) **Concept** Arnold.KircherBurkhardt AG  
**Rédaction en chef** Claudia Iraoui (CI) **Production** Michael Kroboth/Ammann, Brunner & Kroboth AG (MK) **Auteurs** Hans-Ueli Friedli (HF), Monika Gurtner (MG), Ruth Hafen (RH), Annick Chevillot (AC) **Conception et mise en page** [arnold.kircherburkhardt.ch](http://arnold.kircherburkhardt.ch), Monika Häfliger, Claudia Veit, Nadia Bucher (gestion de projet) **Traduction et révision** Service linguistique Poste **Lithographie** Marti Media AG, [marti-media.ch](http://marti-media.ch) **Annonces** Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien, Pascal Bösiger, [fachmedien.ch](http://fachmedien.ch), Téléphone: 043 444 51 09  
**Impression** DZZ Druckzentrum Zürich AG, [zeitungsdruck.ch](http://zeitungsdruck.ch) **Langues/tirage** Allemand: 1 319 820, français: 554 660, italien: 105 925  
**Votre avis nous intéresse:** [magazine@poste.ch](mailto:magazine@poste.ch)

**En cas de question ou de remarque:** Service à la clientèle, du lundi au vendredi de 7h30 à 18h00, le samedi de 8h00 à 12h00, téléphone: 0848 888 888, fax: 0844 888 888, [serviceclientele@poste.ch](mailto:serviceclientele@poste.ch)

**Suivez-nous sur:** [facebook.com/swisspost](https://facebook.com/swisspost); [twitter.com/postesuisse](https://twitter.com/postesuisse); [youtube.com/swisspost](https://youtube.com/swisspost); [instagram.com/swisspost](https://instagram.com/swisspost), #swisspost; [linkedin.com/company/swiss-post](https://linkedin.com/company/swiss-post); [xing.com/companies/dieschweizerischepost](https://xing.com/companies/dieschweizerischepost)

© La Poste Suisse SA. Reproduction soumise à l'autorisation écrite de Communication Poste.

# «En cas d'urgence, ces informations peuvent sauver des vies!»

---

L'avenir appartient à la cybersanté, ou mise en réseau du secteur de la santé. Avec sa plateforme vivates, qu'elle entend imposer en Suisse comme solution standard, la Poste est une pionnière en la matière. Nous nous sommes entretenus avec Claudia Pletscher, responsable Développement et innovation à la Poste, sur les avantages que la cybersanté procure aux patients et sur les points forts de la Poste dans ce domaine.

---

Interview: Annick Chevillot

**La cybersanté est une notion très large, dont la définition, les contours et l'interprétation sont flous. C'est quoi, la cybersanté?**

Par cybersanté, on entend toutes les prestations de santé électroniques. Les moyens électroniques permettent d'optimiser les processus du secteur de la santé et de mettre en réseau tous les acteurs.

**Tous les secteurs de la santé sont-ils concernés?**

Oui, par exemple les patients, médecins, thérapeutes, laboratoires, pharmacies, hôpitaux et soignants.

**L'un de ces outils est le dossier électronique du patient.**

**Quels en sont les avantages?**

Le dossier électronique permet au patient et aux professionnels de santé, dès lors qu'ils y sont autorisés, de consulter à tout moment

**«C'est toujours le patient qui désigne ceux qui ont le droit de consulter ses données.»**

Claudia Pletscher, la Poste

les données du patient pertinentes pour son traitement. C'est toujours le patient qui désigne les personnes qui ont le droit de consulter ses données.

**Le patient garde le contrôle, mais qu'en est-il en cas d'urgence vitale? Comment cela se passe-t-il s'il est inconscient?**

En cas d'urgence, ces informations peuvent lui sauver la vie! Une dérogation est prévue pour le médecin urgentiste lorsque le patient est inconscient. Avec le dossier électronique, les patients ont la garantie que toutes les données importantes sont accessibles en cas d'urgence. Les médecins pouvant accéder à ces données, les erreurs de traitement et de médication sont réduites. En phase de suivi, les soignants ou les physiothérapeutes, par exemple, peuvent mieux cibler les besoins du patient. >

## Le dossier électronique du patient arrive

Le Parlement a adopté la loi fédérale sur le dossier électronique du patient en juin dernier. Toute personne résidant en Suisse possédera bientôt un tel dossier.

**Résultat d'analyses**  
5.3.1997  
**Allergie à la pénicilline**  
Laboratoire dermatologique et histopathologique, Hôpital universitaire Genève

**Radiographies**  
15.12.2008  
**Fracture du coude**  
Opération  
Hôpital de Genève

**Diagnostic**  
3.4.2012  
**Entorse au pied gauche**  
Cabinet médical D' Jordan, Carouge

**Ordonnance, médicaments**  
Depuis 2002  
**Migraines**  
Institut de Radiologie, Genève

**Valeurs, ordonnance**  
Depuis le 1.2.2014  
**Forte tension artérielle**  
Pharmacie Bellevue, Onex

**Avis et recommandation médicale**  
6.6.2000  
**Rupture du ménisque**  
Cabinet médical Physiothérapie Versoix

7.7.1977 (date de naissance)  
**Nom d'utilisateur, mot de passe**  
Taille: 165 cm, poids: 53 kg

Le dossier électronique contient toutes les données relatives à l'état de santé et aux traitements du patient (rapports d'hospitalisation, médicaments, analyses). Le médecin, le pharmacien ou le thérapeute peuvent consulter ces informations à tout moment, où qu'ils se trouvent. Le patient désigne les professionnels de santé qui ont le droit d'accéder à ses données.

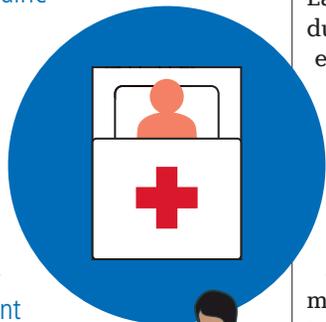
## Cybersanté en Suisse

Un marché  
âprement disputé

Le marché de la cybersanté est gigantesque. Rien qu'en Suisse, «il représente 300 millions de documents, 35 000 institutions et des coûts qui s'élèvent à 68 milliards de francs», explique Claudia Pletscher, responsable Développement et innovation à la Poste. De quoi aiguïser les appétits d'entreprises susceptibles d'offrir des plateformes informatisées fiables et pratiques.

De nombreux acteurs de la santé, en particulier les hôpitaux, les réseaux de soins et les assurances, ont entrepris depuis plusieurs années de numériser leurs données. Mais qu'en est-il de l'échange de données entre les prestataires? La Poste et Swisscom se sont positionnées dès 2009 pour devenir des partenaires compétents et fiables. La première a développé vivates, la seconde Evita. Bien que concurrente sur certains points, l'offre des deux entreprises suisses est complémentaire puisque les deux plateformes ne répondent pas aux mêmes besoins. Evita est très axée sur le patient, vivates sur la mise en réseau des différents acteurs.

Le développement de différentes solutions de cybersanté, comme l'échange de données, a été très lent ces six dernières années. Il vient d'être boosté par la Confédération: la loi fédérale sur le dossier électronique du patient (LDEP) a été adoptée par le Parlement le 19 juin dernier. Conséquence directe: une accélération de sa mise en place dans tout le pays et, corollaire, un nombre croissant de données à transmettre.


**La protection des données est capitale dans ce domaine hypersensible. Avec quel niveau de sécurité la Poste transmet-elle ces données?**

La gestion des données relatives à la santé est un marché sensible, qui exige de ses acteurs qu'ils respectent certaines obligations et s'intègrent dans des structures établies. Ces données étant ultrasensibles, les exigences sont très élevées en termes de sécurité et de confidentialité. Les patients attendent à juste titre une transmission sécurisée et confidentielle de leurs données, à l'instar de ce que nous faisons chaque jour pour des millions de lettres. Sur le plan technique, la Poste a l'habitude de gérer les données confidentielles et elle le fait avec compétence.

Sa solution vivates satisfait d'ores et déjà entièrement aux exigences d'IHE Suisse (Integrating the Healthcare Enterprise), qui assurera également à l'avenir la cohérence de la cybersanté suisse avec le secteur international de la santé. De plus, nous respectons les obligations de la loi fédérale sur le dossier électronique du patient (LDEP) et de l'organe de coordination eHealth Suisse.

**Qu'en est-il de la législation justement: existe-t-il un cadre légal?**

Le 19 juin 2015, les deux Chambres fédérales ont approuvé en vote final la loi fédérale sur le dossier électronique du patient, qui crée des bases contraignantes et homogènes pour l'échange électronique des données.

**Pourquoi la Poste s'engage-t-elle dans ce secteur? Veut-elle devenir un acteur de la santé en Suisse?**

La Poste ne veut pas être un acteur de plus du secteur de la santé. Le transport fiable et sûr d'informations sensibles fait partie de ses compétences de base. De plus, elle occupe une place importante, depuis le début de la numérisation, à l'interface entre univers physique et univers numérique. Dans le domaine de la gestion de documents, nous comptons, au travers de Swiss Post Solutions, parmi les leaders mondiaux. Par ailleurs, nous disposons d'un important savoir-faire en matière de transmission numérique sécurisée.

**Vous avez évoqué la plateforme vivates. De quoi s'agit-il?**

Vivates est une plateforme numérique qui propose des solutions pour tous les flux de données médicales au sein du secteur de la santé. Elle réunit les acteurs de la santé en réseau, autour de leurs patients. vivates permet l'échange efficace des données relatives aux patients et une collaboration simplifiée entre médecins traitants, spécialistes et soignants. Les données médicales sensibles sont stockées de façon décentralisée chez les prestataires de soins mais parviennent rapidement à ceux qui en ont besoin. vivates est un exemple convaincant de solution système de la Poste qui simplifie le quotidien

**«Pourquoi la Poste s'engage-t-elle dans le secteur de la cybersanté? Parce que le transport sûr et fiable de données sensibles fait partie de nos compétences clés.»**

Claudia Pletscher, la Poste

des clients, accélère les flux d'informations complexes du secteur de la santé et crée des synergies.

**Comment fonctionne-t-elle?**

**Avez-vous des exemples concrets?**

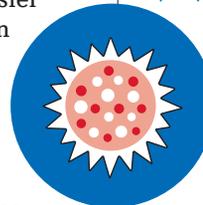
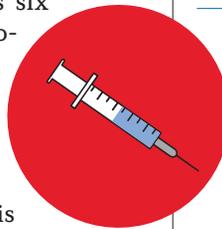
Vivates enregistre des données clairement définies, les crypte et les transporte de façon sûre vers les acteurs souhaités tout au long de la chaîne des soins. Les médecins traitants, les spécialistes et les soignants peuvent accéder aux données spécifiques de façon exclusive et au moment opportun. Grâce à sa structure modulaire, vivates permet différentes solutions de cybersanté, en fonction des besoins des acteurs. C'est donc toujours le bon module qui est utilisé entre les professionnels de santé. Tous les modules de vivates peuvent être combinés entre eux; les besoins des clients déterminent la structure et, partant, le produit final. Autre atout déterminant: tous les modules vivates sont sûrs, efficaces et avantageux en termes de coûts. Ils contribuent à augmenter le niveau de qualité des prestations de soins.

**Qui utilise déjà vivates en Suisse?**

Actuellement, nous menons six projets: un système électronique d'hospitalisation dans les hôpitaux cantonaux d'Aarau et de Baden; le dossier électronique du patient «MonDossierMedical» et le plan de soins, éprouvés depuis un certain temps déjà, dans le canton de Genève; un projet de la CTI sur les hospitalisations à St-Gall; le dossier oncologique au Tessin, dans le cadre de reTIsan; le transfert de rapports et la médication dans le canton de Vaud; enfin, le dossier cantonal des écoliers dans le canton de Zurich (eSuk).

**Vivates, ce sont aussi des outils de santé comme le passeport d'allergie électronique. A quoi sert-il?**

La technologie qui sous-tend vivates est très flexible. Elle nous permet de représenter les processus entre des presta-



**App santé**

**App «Passeport d'allergie»**

Il s'agit de l'extension numérique du passeport d'allergie sur papier. Gratuite, on peut la télécharger facilement sur iTunes Store ou Google Play. En plus des données sur le patient, le passeport d'allergie électronique propose des informations utiles, des connaissances spécialisées et des actualités sur les allergies et les intolérances. Son principal avantage réside dans l'accès rapide à toutes les données médicales validées par un médecin traitant, que permet vivates, la plateforme de cybersanté de la Poste. ➔ aha.ch

**La plateforme de cybersanté de la Poste**

Vivates une plateforme modulaire qui réunit les acteurs de la santé en réseau autour du patient et permet l'échange numérisé et sécurisé de données relatives aux patients.

Le module **vivates Hospitalisation** simplifie la communication entre hôpitaux et médecins. Pour une meilleure coordination des rendez-vous et une planification plus efficace des ressources.

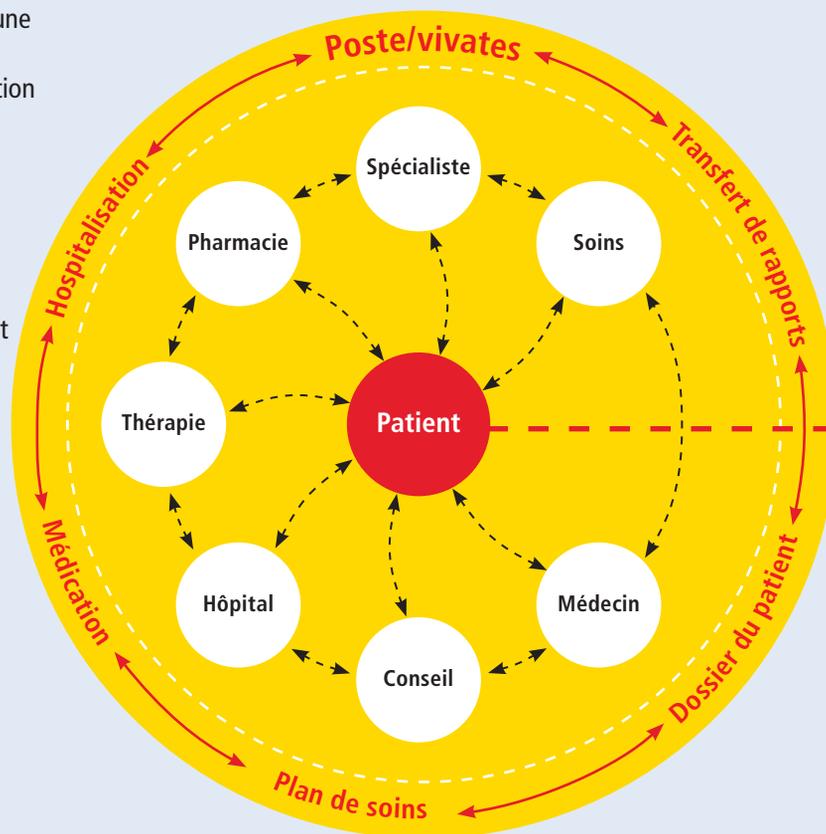
Avec **vivates Médication**, les médecins traitants, les pharmacies, les services de soins et les hôpitaux disposent d'une vue d'ensemble des médicaments pris par les patients.

**Vivates Plan de soins** aide à coordonner toutes les mesures de soins pour une prise en charge de longue durée. Les professionnels de santé sont toujours informés des étapes du traitement.

**Vivates Transfert de rapports** est une alternative sûre et simple à la transmission de documents médicaux par fax, courrier ou e-mail.

**Vivates Dossier du patient** contient toutes les données médicales du patient, consultables selon les besoins.

**Le patient décide**  
Le patient désigne les acteurs de la santé qui ont le droit de consulter son dossier et les données ouvertes à la consultation.



**Une solution de cybersanté intelligente:** tous les modules vivates peuvent être combinés entre eux de façon illimitée, selon les besoins du client. Les modules ont déjà fait leurs preuves dans plusieurs cantons et ont été évalués et distingués par eHealth Suisse.

taires de soins tels que les hôpitaux et les médecins, mais aussi de créer des applications pour les clients finaux. La Poste a élaboré le passeport d'allergie électronique, que l'utilisateur peut gérer lui-même sur son smartphone, en collaboration avec aha! Centre d'allergie Suisse et la Société Suisse d'Allergologie et d'Immunologie.

### Quelles sont les prochaines étapes?

Nous voulons que vivates s'impose partout en Suisse comme solution standard. Nos partenariats avec Ofac, Health Info Net (HIN), ELCA et HINT vont nous aider à faire progresser la cybersanté en Suisse et à créer une véritable valeur ajoutée pour les prestataires de santé et pour la population. Notre savoir-faire et notre aptitude à former des partenariats et des communautés dans le secteur de la cybersanté sont uniques en Suisse. Cette expérience nous sera bénéfique pour nos futurs projets. ■

## A l'étranger



## Le Danemark, champion européen de cybersanté

Le recours à la cybersanté est plus développé qu'en Suisse dans plusieurs pays européens. Selon un sondage européen réalisé auprès de services d'urgence et de cabinets médicaux, l'utilisation d'outils de cybersanté a fortement progressé et représentait 60% du total en 2013 (contre 50% en 2007). Le Danemark occupe la première place (66%), suivi de l'Estonie (63%), de la Suède et de la Finlande (62%). Au Danemark, près de 80% des dossiers médicaux sont d'ores et déjà numérisés, tous les hôpitaux et médecins praticiens recourent au courriel pour leurs échanges avec les patients, les pharmacies et les caisses-maladie.

Le portail en ligne sundhed.dk (santé en français) est depuis 2003 la plateforme centrale pour l'échange d'informations. Médecins et autres professionnels de santé y consultent des dossiers de patients et des résultats d'analyses ou encore vérifient les listes d'attente pour les hôpitaux. Le portail s'adresse également au patient: tout citoyen danois a accès à sa page personnelle en se connectant. Il y voit l'historique de ses

traitements, peut convenir d'un rendez-vous avec son médecin, renouveler des ordonnances, vérifier des factures et définir ses directives anticipées. Des mesures de sécurité permettent de respecter les dispositions relatives à la protection des données et, sous «My log», les Danois voient quels professionnels de santé ont consulté leurs données personnelles. Sundhed.dk propose en outre des informations sur la qualité et les prix des traitements, des connaissances médicales de base et préventives ainsi que des tests à effectuer soi-même. Des forums intégrés permettent les échanges directs entre patients.

Contrairement au secteur suisse, le secteur de la santé est très centralisé et réglementé au Danemark. Il existe une seule caisse-maladie d'Etat. La plupart des Danois sont assurés selon le modèle du médecin de famille, qu'ils doivent consulter avant de se rendre chez un spécialiste. Les prestations sont financées par l'impôt sur le revenu et la franchise se situe entre 13 et 15%.

Très réglementé, le secteur hospitalier a été fortement réduit, ce qui a eu parfois pour effet de longs temps d'attente pour les opérations. Pour améliorer les soins, le pays met actuellement en place 16 mégastuctures hospitalières appuyées par des solutions informatiques (télémédecine, logistique, etc.).



**Claudia Pletscher** (41 ans) est depuis 2014 responsable Développement et innovation à la Poste. Ce service est dédié au développement de nouveaux modèles commerciaux et solutions à l'interface entre univers numérique et univers physique. Auparavant, cette juriste de formation titulaire d'un MBA occupait un poste à responsabilités chez IBM.

## Le facteur



**CHERCHONS  
FAISEURS DE JOIE!  
(100% OU A TEMPS PARTIEL)  
VOUS AUSSI, DEVEZ-VOUS  
FACTEUR COLIS  
CHEZ POSTLOGISTICS:**  
Postulez sur  
[apporter-la-joie.ch](http://apporter-la-joie.ch)

Il y a trois ans, un camion benne m'a grillé la priorité et a éventré ma camionnette comme une boîte de conserve. Je m'en suis tiré avec plus de peur que de mal, mais mon passager a été blessé. Une année plus tard, c'est de nouveau un véhicule de chantier qui, a heurté mon véhicule. Par chance, j'en suis sorti indemne.

**5. Le boom des colis lié au commerce en ligne a-t-il des répercussions sur votre travail?**

Et comment! Les quantités ont augmenté, certains clients reçoivent presque un paquet par jour. En moyenne, je distribue aujourd'hui 250 colis par jour. A partir de 280, ça devient serré au niveau temps, je suis alors aidé par des collègues.

**6. De quels clients vous souviendrez-vous toujours?**

De cette femme d'affaires de notoriété nationale qui, pour Noël, m'a glissé un billet de 200 francs. Et d'un client qui voulait me couvrir de baisers parce qu'il avait reçu sa commande le jour de Noël.

**7. Vous êtes aussi connu comme le facteur colis qui fonce dans les spots TV de l'entreprise Digitec.**

**Comment êtes-vous arrivé là?**

Pendant des années, j'ai distribué les colis à cette entreprise, et il y a six ans on m'a demandé de jouer ce rôle. Je me suis laissé convaincre, et depuis j'ai déjà tourné 27 spots. C'est un changement bienvenu, mais c'est plus fatigant que ça en a l'air.

**8. Que disent les clients de la Poste de votre carrière à la télévision?**

La première année, c'était la folie. Il m'a fallu une heure de plus pour effectuer ma tournée, car tout le monde voulait me parler. Depuis, j'ai dû signer dans les 2000 autographes.

**9. Que faites-vous une fois le travail terminé?**

Je mange, puis je travaille au potager. Le soir, ma femme et moi faisons volontiers une partie de rami.

**10. Si vous n'étiez pas facteur, quel métier exerceriez-vous?**

J'aime être au contact de la clientèle et travailler de manière indépendante. La Poste représente pour moi le travail idéal. MK

# 10 questions à Richard Stöckli 8050 Zurich



**Domicile:** Zurich-Affoltern

**Age:** 49 ans

**Loisirs:** famille, jardinage

**Employé à la Poste:** depuis 24 ans

**1. Comment êtes-vous devenu facteur?**

Pour des raisons de santé, j'ai dû abandonner le métier que j'avais appris, à savoir boulanger-pâtissier. Mon père, qui travaillait déjà à la Poste, m'a alors encouragé à le rejoindre.

**2. Votre réveil sonne tous les jours à quatre heures. N'est-ce pas difficile?**

Je me lève sans problème, c'est un réflexe que j'ai gardé depuis mon apprentissage en boulangerie. Je prends ensuite un café, lis les nouvelles sur Internet et je vais au travail à

pied, ce qui ne me prend que dix minutes. A 5h30, je commence à trier les colis.

**3. Votre tournée vous fait passer par les routes très fréquentées du quartier d'Oerlikon. Êtes-vous toute la journée dans les embouteillages?**

A peine: s'il y a des bouchons, j'inverse l'ordre de ma tournée. Je connais tous les chemins de traverse.

**4. Vous roulez chaque jour 20 km, avez-vous déjà eu un accident?**

## La Cannelle Peut Guérir Quoi ?

Les chercheurs du monde entier sont unanimes là-dessus : la cannelle est bourrée de bienfaits pour la santé !

C'est l'épice la plus utilisée au monde après le poivre noir.

**La cannelle ; un trésor de bienfaits pour la santé... Qui l'eut cru ?**

Autrefois plus convoitée que l'or, la cannelle est utilisée depuis des siècles en Chine afin de contrôler le taux de sucre dans le sang. Selon une étude pakistanaise de 2003, la cannelle diminue jusqu'à 29 % le taux de glycémie chez les patients souffrant de diabète de type 2.

Une étude récente de l'Université de Copenhague a démontré qu'une combinaison de cannelle et de miel procurait aux patients souffrant d'arthrite un soulagement significatif après seulement une semaine. Quelle merveilleuse nouvelle !

La cannelle contient plus de 80 nutriments mais pas de graisses, de sucre, de cholestérol ou de sodium. Une cuillère à café de cannelle ne contient que 6 calories.

Le *Livre de la Cannelle* va vous surprendre et vous ravir grâce à plus de 350 bienfaits et façons surprenantes d'utiliser la cannelle pour :

- Éliminer la graisse du ventre
- Stimuler la mémoire
- La pression sanguine
- La réduction des rides
- Éviter les infections fongiques
- L'arthrite
- La glycémie
- Les douleurs d'estomac
- Les ulcères
- Perdre du poids
- La toux
- Le rhume
- La grippe
- Les inflammations
- La fatigue
- Favoriser la digestion
- Les crampes
- La nausée
- La diarrhée
- Augmenter l'énergie
- Calmer les nerfs
- Soigner l'acné
- Et bien plus encore !

Riche en fibres, la cannelle peut soulager la constipation.

Antibactérienne, antifongique, antiseptique et anti-inflammatoire, la cannelle permet de soigner de nombreuses maladies.

Oui, plus de 350 recettes et remèdes testés et éprouvés sont décrits dans cet ouvrage unique que vous pouvez consulter librement chez vous pendant 30 jours.

Agissez maintenant en complétant le bon ci-contre !

## 541 Trucs et Astuces de Grand-Mères Efficaces et pas Chers à Découvrir Absolument !

**O**ubliez les produits de marque coûteux pour le nettoyage, la cuisine, le bricolage, le jardinage, la santé et la beauté. Vous pouvez créer vos propres remèdes traditionnels, "à l'ancienne" avec des ingrédients simples et sains, faciles à trouver, et tout ça pour quelques centimes seulement.

Ma grand-mère a toujours tenu sa maison impeccable, il n'y avait pas meilleure cuisinière qu'elle, et même à plus de 80 ans, son teint était celui d'une personne plus jeune de 30 ans.

Grand-père avait le plus beau jardin des alentours, il était capable de tout réparer avec des « bouts de ficelle » et ils vécurent tous les deux bien au-delà de 90 ans en étant presque jamais malades.

Ils utilisaient des trucs et des astuces simples et traditionnels transmis de génération en génération. Beaucoup de ces conseils et combines ont été perdus et c'est pour cela que j'ai rassemblé toutes les astuces de mes grands-parents et bien plus encore dans le « Guide Ménager d'Autrefois ». Par exemple :

- Utilisez du cola pour recurer et faire briller la cuvette des toilettes !
- Comment le lait peut protéger vos meubles en cuir
- Testez cette formidable méthode pour dégraisser les cols de chemise
- Dégraissez les fermetures éclair avec un produit de tous les jours - mais puissant !
- Vous obtiendrez une porcelaine comme neuve en utilisant un produit du quotidien, et regardez comme les taches disparaissent
- Donnez un nouvel éclat à vos cocottes et casseroles, elles seront comme neuves.



- Nettoyez et dégraissez votre four sans huile de coude
- Supprimez les mauvaises odeurs des chaussures avec du bicarbonate de soude, ça marche!
- Oubliez le linge terne : redonnez un blanc éclatant grâce à l'aspirine
- Débouchez les canalisations en un tournemain
- Faites tremper votre dentier pour un éclat durable

### Plus de 500 trucs et astuces !

Ma grand-mère n'a jamais pris de pilules ou potions du commerce ; elle se fiait plutôt aux bonnes vieilles méthodes pour rester en bonne santé. Découvrez comment elle évitait les rhumes, les gripes et la toux. Comment elle a perdu du poids, évité les flatulences et plus encore.

- Comment apaiser les yeux gonflés en 10 minutes seulement.
- Soulagez la constipation et évitez qu'elle revienne - grâce à ce remède naturel
- Stoppez la diarrhée, les vomissements et autres problèmes de digestion avec ces trucs étonnants
- Soulagez vos douleurs articulaires en ajoutant cet ingrédient à l'eau du bain

- Supprimez les envies de nicotine grâce à ce mélange crémeux
- Apaisez les pieds fatigués et endoloris avec ce poivre dans les chaussettes
- Insomnies? Essayez ce remède naturel pour une bonne nuit de sommeil !
- Les ciseaux émoussés seront vite aiguisés en coupant un certain papier
- Une astuce pour avoir le teint le plus doux et le plus soyeux possible
- Gardez les guêpes à distance grâce à cette excellente astuce de jardinier
- Des super astuces pour des ongles et des cheveux plus résistants
- Eloignez ces insectes nuisibles de vos plates-bandes grâce à ce formidable répulsif de tous les jours

Alex Goffey, auteure

### Vous allez économiser beaucoup d'argent !

Le « Guide Ménager d'Autrefois » vous fera découvrir des méthodes simples pour résoudre les soucis du quotidien ! Vous économiserez du temps et de l'argent... et vous serez épaté de voir comment il est possible de renoncer aux produits de marques soi-disant essentiels et de les remplacer par des alternatives bon marché !

### Garantie de satisfaction

Utilisez ces astuces et économisez de l'argent. C'est GARANTI! Si, pour une quelconque raison, vous n'étiez pas satisfait, il suffit de retourner le livre dans les 30 jours et votre facture sera annulée, mais votre cadeau gratuit vous est définitivement acquis. Agissez vite !

**Tél. 022 552 09 43**  
**Fax. 022 552 09 42**  
**service@bodybest.ch**

### Bon à retourner à Body Best

Body Best - Case Postale 2622 - 1260 Nyon 2

Tél. 022 552 09 43 - Fax 022 552 09 42 - service@bodybest.ch

#### Veillez me faire parvenir le(s) ouvrage(s) suivant(s)

\_\_\_\_\_ exemplaire(s) de « Le Guide ménager d'autrefois » au prix de Fr. 39.- pour 1 exemplaire (+ Fr. 6.95 de participation aux frais de port et emballage)

\_\_\_\_\_ exemplaire(s) de « Le Livre de la Cannelle » au prix de Fr. 39.- pour 1 exemplaire (+ Fr. 6.95 de participation aux frais de port et emballage)

**Economisez Fr. 19.-!** Commandez deux publications de votre choix pour seulement Fr. 59.- (+ Fr. 6.95 de participation aux frais de port et emballage)

Droit de restitution de 30 jours.

Nom/Prenom: \_\_\_\_\_ Date de naissance: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

NPA/Localité: \_\_\_\_\_

E-mail: \_\_\_\_\_ Tél.: \_\_\_\_\_

#### EN PRIME GRATUITEMENT

Répondez vite et vous recevrez GRATUITEMENT un cadeau qui vous étonnera. Les stocks sont limités. Passez commande dès aujourd'hui.

Portail de la Poste

**Un seul login suffit**

Depuis le 1<sup>er</sup> juin 2015, la clientèle n'a plus qu'à retenir un seul login pour utiliser les services en ligne de la Poste. Sur le nouveau portail de la Poste, les clients ont désormais la possibilité de donner des procurations uniques, de faire emporter des colis à domicile, de déposer une demande de réexpédition et bien plus encore. Qu'ils le fassent depuis un ordinateur, sur une tablette ou sur un smartphone, la présentation du portail est adaptée à l'appareil utilisé.

➔ [poste.ch](http://poste.ch)



Voyager ensemble

**PubliRide, le réseau de covoiturage**

La Suisse est considérée comme la patrie du carsharing, remontant à la première organisation d'autopartage fondée en 1948 à Zurich. Dans une étude menée par l'University of California à Berkeley en 2012, la Suisse arrivait même en tête du classement mondial de carsharing avec 12 996 adeptes de l'autopartage par million d'habitants. La situation est complètement différente pour le ridesharing (covoiturage). En Suisse, le taux de remplissage moyen par voiture est de 1,6 personne. Organiser des covoitages permet d'optimiser considérablement ce taux. Avec PubliRide, CarPostal propose la plateforme de covoiturage éprouvée flinc, combinée aux liaisons des transports publics. Le nouveau service est actuellement testé dans quelques régions: dans la région de Baden (AG), à Blauen (BL) et dans les communes valaisannes d'Ayent, d'Arbaz, de Savièse, de Grimisuat et de Vionnaz.

➔ [publiride.ch](http://publiride.ch)

Crowdfunding

**Réaliser des rêves sportifs**



Le crowdfunding est actuellement une forme prisée pour financer des idées en tout genre. La plateforme [ibelieveinyou.ch](http://ibelieveinyou.ch) est réservée aux projets sportifs helvétiques. En tant que partenaire principal, PostFinance soutient chaque projet financé avec succès jusqu'à concurrence de 200 francs.

➔ [ibelieveinyou.ch](http://ibelieveinyou.ch)

As de la finance

**Hackathon à Berne**

Les 25 et 26 septembre prochains se déroulera le deuxième Hackathon PostFinance dans l'Energie Lounge de la PostFinance Arena à Berne. Les 100 participants (au maximum) auront 24 heures pour développer des idées en rapport avec le futur des prestations financières. Dans ce cadre, des ateliers sur la réalité augmentée, la ludification, la chaîne de blocs et le big context sont également organisés.

**Inscription et informations complémentaires sur**

➔ [postfinance.ch/hackathon](http://postfinance.ch/hackathon)

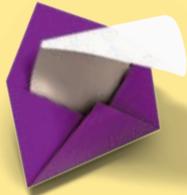
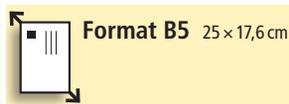
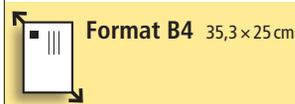
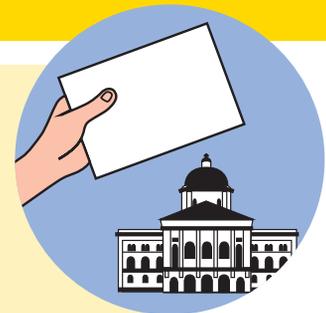


**Suivez-nous sur les réseaux sociaux**

-  [facebook.com/swisspost](https://facebook.com/swisspost)
-  [twitter.com/postesuisse](https://twitter.com/postesuisse)
-  [youtube.com/swisspost](https://youtube.com/swisspost)
-  [instagram.com/swisspost](https://instagram.com/swisspost), #swisspost
-  [linkedin.com/company/swiss-post](https://linkedin.com/company/swiss-post)
-  [xing.com/companies/dieschweizerischepost](https://xing.com/companies/dieschweizerischepost)

# Prix des lettres et des colis

A détacher et à conserver: les principaux tarifs d'expédition (état: 17 août 2015)



	1. Dimensions Quelles sont les dimensions de ma lettre?	2. Poids Combien pèse ma lettre?	3. Durée et prix Quand ma lettre doit-elle parvenir à son destinataire? Comment dois-je l'affranchir?															
<b>jusqu'au format B4/B5 et max. 2 cm d'épaisseur et max. 1000g</b>	 Suisse	<b>jusqu'au format B5</b> 25 x 17,6 cm	Lendemain <sup>1</sup>  <b>PRIORITY PRIORITAIRE</b> 2 à 3 jours ouvrables <sup>2</sup>															
		1-100g 101-250g	<table border="1"> <tr><td>Courrier A</td><td>1.-</td><td>Courrier B</td><td>-.85</td></tr> <tr><td>Courrier A</td><td>1.30</td><td>Courrier B</td><td>1.10</td></tr> <tr><td>Courrier A</td><td>2.-</td><td>Courrier B</td><td>1.80</td></tr> <tr><td>Courrier A</td><td>4.-</td><td>Courrier B</td><td>3.60</td></tr> </table>	Courrier A	1.-	Courrier B	-.85	Courrier A	1.30	Courrier B	1.10	Courrier A	2.-	Courrier B	1.80	Courrier A	4.-	Courrier B
	Courrier A	1.-	Courrier B	-.85														
	Courrier A	1.30	Courrier B	1.10														
	Courrier A	2.-	Courrier B	1.80														
	Courrier A	4.-	Courrier B	3.60														
 Europe	<b>jusqu'au format B5</b> 25 x 17,6 cm	2 à 4 jours ouvrables <sup>3</sup>	<table border="1"> <tr><td>Priority</td><td>1.40</td><td>Economy</td><td>1.30</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>2.60</td><td>Economy</td><td>2.20</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>3.70</td><td>Economy</td><td>2.90</td></tr> </table>	Priority	1.40	Economy	1.30	Priority	2.60	Economy	2.20	Priority	3.70	Economy	2.90			
	Priority	1.40	Economy	1.30														
Priority	2.60	Economy	2.20															
Priority	3.70	Economy	2.90															
<b>jusqu'au format B4</b> 35,3 x 25 cm	4 à 10 jours ouvrables <sup>3</sup>	<table border="1"> <tr><td>Priority</td><td>4.30</td><td>Economy</td><td>3.80</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>7.-</td><td>Economy</td><td>4.90</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>12.50</td><td>Economy</td><td>8.50</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>17.-</td><td>Economy</td><td>10.50</td></tr> </table>	Priority	4.30	Economy	3.80	Priority	7.-	Economy	4.90	Priority	12.50	Economy	8.50	Priority	17.-	Economy	10.50
Priority	4.30	Economy	3.80															
Priority	7.-	Economy	4.90															
Priority	12.50	Economy	8.50															
Priority	17.-	Economy	10.50															
 Autres pays	<b>jusqu'au format B5</b> jusqu'à 25 x 17,6 cm	2 à 4 jours ouvrables <sup>3</sup>	<table border="1"> <tr><td>Priority</td><td>1.90</td><td>Economy</td><td>1.60</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>3.80</td><td>Economy</td><td>2.80</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>5.-</td><td>Economy</td><td>3.60</td></tr> </table>	Priority	1.90	Economy	1.60	Priority	3.80	Economy	2.80	Priority	5.-	Economy	3.60			
	Priority	1.90	Economy	1.60														
Priority	3.80	Economy	2.80															
Priority	5.-	Economy	3.60															
<b>jusqu'au format B4</b> jusqu'à 35,3 x 25 cm	4 à 10 jours ouvrables <sup>3</sup>	<table border="1"> <tr><td>Priority</td><td>5.80</td><td>Economy</td><td>4.20</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>9.50</td><td>Economy</td><td>6.30</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>16.-</td><td>Economy</td><td>9.50</td></tr> <tr><td>Priority</td><td>25.50</td><td>Economy</td><td>15.-</td></tr> </table>	Priority	5.80	Economy	4.20	Priority	9.50	Economy	6.30	Priority	16.-	Economy	9.50	Priority	25.50	Economy	15.-
Priority	5.80	Economy	4.20															
Priority	9.50	Economy	6.30															
Priority	16.-	Economy	9.50															
Priority	25.50	Economy	15.-															

## Elections fédérales

### Délais de dépôt pour les enveloppes de vote

Le 18 octobre 2015, les citoyens suisses ayant le droit de vote éliront le Conseil national et le Conseil des Etats. Les électeurs qui ne souhaitent pas se rendre personnellement aux urnes le dimanche devront déposer leur enveloppe de vote préaffranchie dans une boîte aux lettres au plus tard le **mardi 13 octobre 2015** et jusqu'au **jeudi 15 octobre 2015** par envoi en courrier A.

## Recommandé Prepaid

### Prêt à poster

Envoyer une lettre recommandée à tout moment de la journée et de la nuit – C'est désormais possible grâce à Recommandé Prepaid. Il vous suffit de détacher l'étiquette d'envoi du formulaire, de la coller sur la lettre et de déposer le recommandé dans la boîte aux lettres la plus proche. Pratique: sous l'étiquette d'envoi figure le code-barres que vous pouvez scanner avec la Post-App. Ainsi, vous pouvez suivre à tout moment votre envoi. Le facteur remet le Recommandé Prepaid uniquement contre signature.

➔ [poste.ch/lettres-recommande](http://poste.ch/lettres-recommande)  
➔ [postshop.ch](http://postshop.ch)



	1. Poids Combien pèse mon colis?	2. Durée et prix Quand mon colis doit-il parvenir à son destinataire? Comment dois-je l'affranchir?		
<b>Dimensions maximales Poids: 30 kg Format: 100 x 60 x 60 cm</b>	 Suisse	Lendemain <sup>4,5</sup> PostPac Priority	Surlendemain <sup>4</sup> PostPac Economy	
		jusqu'à 2 kg	9.-	7.-
		jusqu'à 5 kg	11.-	9.-
		jusqu'à 10 kg	12.-	10.-
		jusqu'à 20 kg	18.-	15.-
		jusqu'à 30 kg	25.-	22.-

1 Distribution les jours ouvrables (du lundi au samedi)  
2 Pas de distribution le samedi  
3 Durées d'acheminement effectives en fonction de la destination

4 Pas de distribution le samedi ni le dimanche. Distribution le mardi (PostPac Priority) et le mercredi (PostPac Economy), pour les envois déposés le samedi.

5 Prise en charge des colis: la veille jusqu'à 12h00 en général, jusqu'à 16h00 dans plus de 200 offices de poste  
➔ [poste.ch/postpac-prio](http://poste.ch/postpac-prio)

Les prix pour MiniPac et PostPac International sont consultables à l'adresse ➔ [poste.ch/calculateur-expedition](http://poste.ch/calculateur-expedition)  
! Respect des directives internationales relatives aux marchandises dangereuses ➔ 0800 888 100

## Que faire si j'ai d'autres questions?

 **Informations complémentaires sur le site Internet de la Poste.**  
➔ [poste.ch](http://poste.ch)

 **Calculateur d'expédition**  
Calculez le prix de votre envoi facilement et rapidement!  
➔ [poste.ch/calculateur-expedition](http://poste.ch/calculateur-expedition)

 **Achat de timbres-poste**  
A la Poste, en ligne, par SMS, à un kiosk, chez Naville, Relay, Press & Web ou Newscafé.  
➔ [poste.ch/timbres-poste](http://poste.ch/timbres-poste)  
➔ [poste.ch/webstamp-easy](http://poste.ch/webstamp-easy)  
➔ [poste.ch/timbres](http://poste.ch/timbres)

 **Office de poste**  
Vous trouverez les réponses à l'office de poste le plus proche.  
➔ [poste.ch/sites](http://poste.ch/sites)

**0848 888 888**  
Votre office de poste téléphonique.



**Brochure**  
D'autres renseignements sont donnés dans notre brochure d'information.  
➔ [poste.ch/brochure-clientele-privée](http://poste.ch/brochure-clientele-privée)

---

 Conseiller
 

---

# Shopping avec le smartphone

## – nos conseils de sécurité.

Faire des achats et payer depuis un appareil mobile à tout moment et partout est simple, rapide et vraiment agréable. En suivant les conseils ci-après, vous avez la certitude de le faire en toute sécurité.



L'e-banking et l'e-commerce depuis un smartphone ou une tablette ont le vent en poupe. Que ce soit pour régler des achats ou effectuer des opérations bancaires sur Internet à partir d'un terminal mobile, nous devons saisir des informations sensibles telles que des données d'adresse, des renseignements personnels, des coordonnées bancaires ou encore des mots de passe. Afin d'éviter tout abus, il convient de respecter un certain nombre de points.

### – Conseil 1 –

#### S'assurer que la connexion est sécurisée

Utilisez des réseaux sans fil (WLAN) avec cryptage WPA2 que vous connaissez. Renoncez aux réseaux wifi ouverts. Avant de saisir vos données sensibles dans une boutique en ligne ou sur une page de login, assurez-vous que la connexion est sécurisée. C'est le cas lorsque l'adresse dans le navigateur commence par https://, qu'un cadenas est affiché et, souvent, que la barre d'adresse apparaît sur fond vert. Vous pouvez cliquer sur le cadenas pour voir les données sur l'identité du site Internet.

### – Conseil 2 –

#### Se procurer des applications provenant uniquement de la boutique du fabricant

Les développeurs des plateformes de smartphones courantes proposent aussi des boutiques d'applications (iOS: App Store; Android: Google Play; Windows Mobile: Apps+Games Store). Ils veillent ainsi à ce qu'aucune application nuisible ne soit publiée. Téléchargez des applications uniquement depuis ces boutiques.

### – Conseil 3 –

#### Si possible: privilégier les applications aux navigateurs

Les développeurs d'applications peuvent y intégrer des fonctions de sécurité inexistantes sur un navigateur. C'est pourquoi il est souvent recommandé d'utiliser l'application au lieu de se rendre sur le site Internet. Prenons à titre d'exemple la PostFinance App: ne devant pas saisir d'adresse web, on évite les fautes de frappe et la connexion sécurisée (https://) peut être vérifiée automatiquement. En outre, l'application est dotée de fonctions supplémentaires pratiques comme Scan + Pay et le service rapide.

### – Conseil 4 –

#### En cas de doute: miser sur la prudence

Que ce soit par rapport à un site Internet, à une application ou à un réseau sans fil, si vous ne savez pas si vous pouvez avoir confiance, il vaut mieux faire preuve de prudence. Lorsque la saisie de données personnelles est requise, il est recommandé de bien faire attention. Et si vous avez saisi par inadvertance des données d'accès ou d'autres informations personnelles via un réseau ou une page Internet douteux, signalez-le à votre fournisseur. Celui-ci pourra bloquer votre compte pour éviter tout abus et vous remettre de nouvelles données d'accès.

#### Pour en savoir plus:

➔ [postfinance.ch/securiteinternet](https://postfinance.ch/securiteinternet)

**Sylvie Meyer,**  
responsable Distribution,  
PostFinance SA





Téléphone 0848 85 8000  
[www.poste.ch/apprentissage](http://www.poste.ch/apprentissage)  
[postejob@post.ch](mailto:postejob@post.ch)



## 15 métiers et 830 places d'apprentissage – Début des apprentissages 2016

Dynamique jaune.

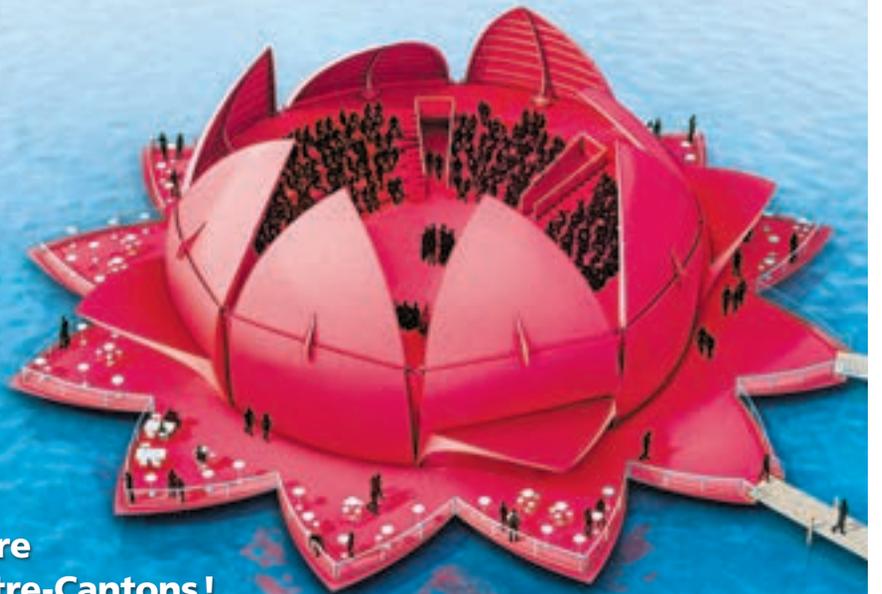


**ACHETEZ  
VOS BILLETS  
MAINTENANT  
SUR [WWW.TICKETCORNER.CH](http://WWW.TICKETCORNER.CH)**

tourisme histoire  
théâtre concerts

# NÉNUPHAR

performances  
rencontres gastronomie  
et plus encore



**Embarquez à bord de cette sculpture  
flottante inédite sur le lac des Quatre-Cantons !**

**Flüelen (UR), Embarcadère SGV, du 27 août au 13 septembre**  
**Vitznau (LU), Park Hotel, du 17 septembre au 4 octobre**



Informations et  
programme détaillés sur  
[www.gaestival.ch](http://www.gaestival.ch)

Billets et voyage pour le Nénuphar



Un projet de la NPR



Partenaires du projet Nénuphar



Autres partenaires du projet



Partenaires médias



**gästival**

unsere Gäste – unsere Freunde

Les trois tons du cor postal, emblème des cars postaux suisses, font vibrer notre fibre patriotique. Ils sont le fruit d'un travail de précision de la société Moser-Baer dans l'Emmental.

Texte: Michael Krobath



«Tu-ta-too!» Lorsque le chauffeur d'un car postal, avant de s'engager sur un tronçon étroit d'une route de montagne, actionne l'avertisseur de son véhicule, il ne laisse personne indifférent. Les touristes asiatiques assis dans le car jubilent. Les trois tons illuminent le visage des passagers indigènes et réveillent de lointains souvenirs de courses d'école ou de randonnées.

Ces célèbres trois tons sont bien plus qu'un signal routier. A l'instar de la couleur jaune, symbole de la Poste, ils sont l'emblème des cars postaux suisses. Ils incarnent aussi le son des Alpes et suscitent les sentiments patriotiques. Même à notre époque numérique où les cars postaux sont équipés d'un accès gratuit à Internet et d'un écran, les trois tons ne sont pas diffusés par des haut-parleurs, mais bien par le bon vieux cor postal.

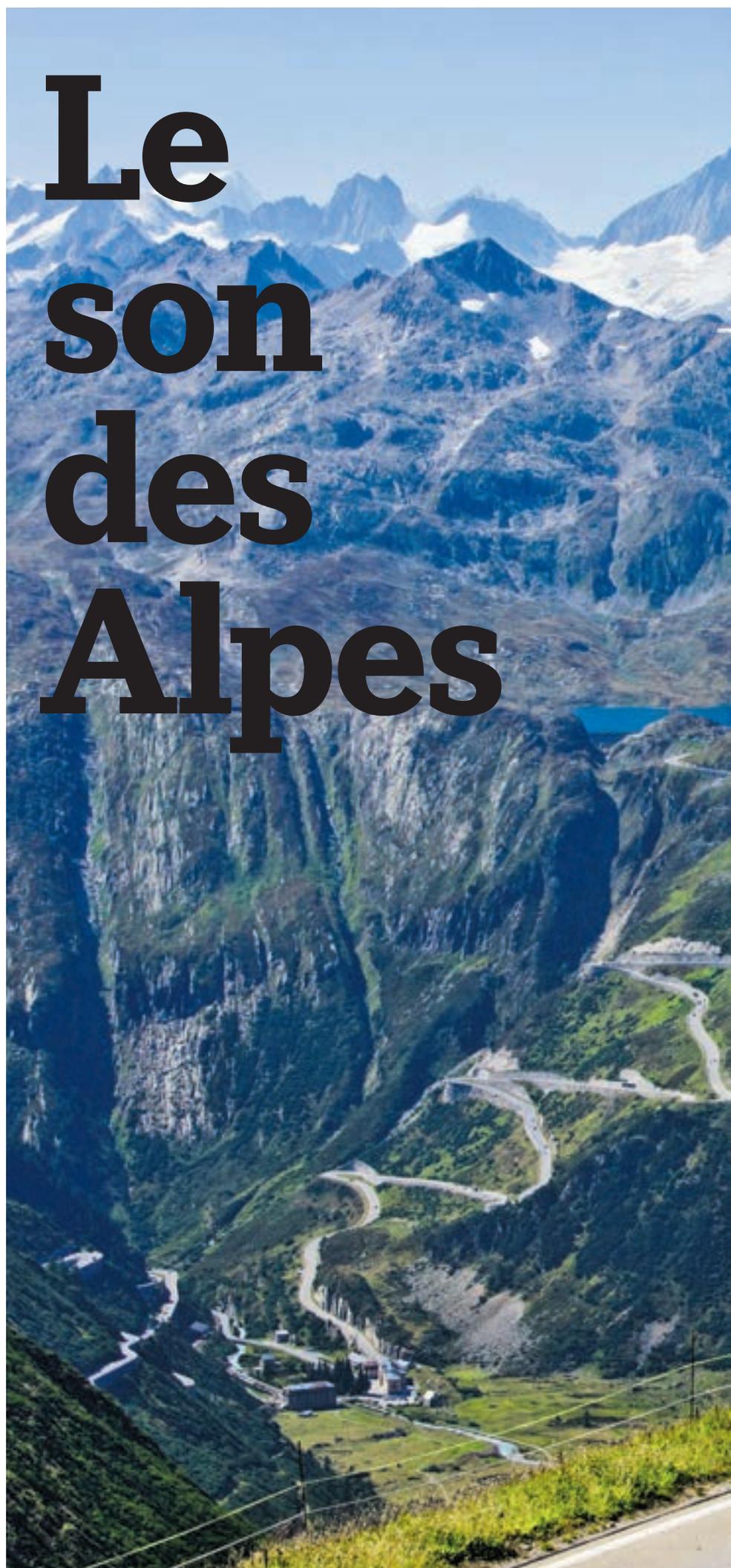
Ces célèbres trois tons sont bien plus qu'un signal routier. A l'instar de la couleur jaune, symbole de la Poste, ils sont l'emblème des cars postaux suisses. Ils incarnent aussi le son des Alpes et suscitent les sentiments patriotiques. Même à notre époque numérique où les cars postaux sont équipés d'un accès gratuit à Internet et d'un écran, les trois tons ne sont pas diffusés par des haut-parleurs, mais bien par le bon vieux cor postal.

#### Inspiré de Rossini

Depuis 75 ans, le cor est fabriqué par l'entreprise Moser-Baer à Sumiswald. Le secteur d'activité principal de l'entreprise, qui compte 300 collaborateurs dans le monde entier, est la fabrication d'appareils de mesure du temps, en particulier les célèbres horloges des gares, mais aussi d'instruments médicaux. Tous les trois à quatre ans, CarPostal passe commande d'une série de cent nouveaux cors. «Nous sommes très fiers de ce mandat emblématique», déclare le directeur de l'entreprise, Reto Reist, au cours de la visite que nous lui rendons dans l'Emmental bernois. Il déroule une ancienne esquisse du cor postal. «Sa fabrication nécessite, depuis toujours, de nombreuses étapes de travail. Elle requiert également des gestes précis et une grande expérience», explique-t-il. «Sur les cinq collaborateurs participant à la fabrication d'un cor postal, certains ont déjà plus de vingt ans d'expérience».

La première étape provient de la facture classique des instruments de musique en cuivre. On découpe un morceau de la forme d'une trompette dans une tôle de laiton plate, puis on le lamine et on le «presse», pour qu'il prenne une forme circulaire. Enfin, on soude sur le devant une ouverture entonnoir: le premier des trois pavillons est prêt. Car il en faut un pour chacun des tons. Puis, les pavillons sont sablés et nickelés pour les rendre résistants aux intempéries. Cette étape est indispensable, parce que le cor postal est fixé sous le plancher des cars, où il est exposé à l'humidité et aux fluctuations thermiques.

Ensuite, on fixe les pavillons sur la structure mécanique. Le petit boîtier en métal sert de transformateur. C'est ici que l'air entrant est pressé sur des membranes et de là qu'il est envoyé dans les trois pavillons. L'accordage du cor postal intervient tout à la fin. La célèbre mélodie est reprise du mouvement andante de l'ouverture de l'opéra «Guillaume Tell», de Gioacchino Rossini, et se compose des notes do dièse/mi/la en la majeur. «Cette étape requiert une précision absolue», souligne Reto Reist, >





«Tu-ta-too»: encore aujourd'hui, environ un tiers des cars postaux sont équipés d'un cor postal. Celui-ci est fixé sous le plancher des véhicules.

### D'une tôle de laiton à un cor postal: le savoir-faire de Moser-Baer



1 Les pièces sont découpées dans la tôle.



2 Le laiton est laminé et soudé.



3 Le pavillon est «pressé» à l'établi.



4 Les pièces sont nickelées pour résister aux intempéries.



5 Finition des composants du boîtier.



6 Assemblage final des différentes pièces.



7 A la fin, le cor postal est accordé. Pas à l'oreille, mais en mesurant les fréquences.



**Reto Reist, directeur**  
«Nous sommes fiers de ce mandat emblématique.»

## #tütatoo

Le concours vidéo

Chantez ou mettez en musique les trois tons si caractéristiques du car postal et postez votre vidéo sur Instagram avec le hashtag #tütatoo. Nous mettons en jeu une course spéciale en car postal d'une journée en Suisse pour vous et vos amis.

Conditions de participation via code QR



«c'est pourquoi nous n'accordons pas à l'oreille, mais mesurons les fréquences». Attention, c'est assourdissant: le volume atteint une centaine de décibels à dix mètres, ce qui correspond au niveau sonore d'un marteau-piqueur. Et bien que cette dernière étape se déroule dans la cave de l'usine, tout le voisinage ne tarde pas à être au courant que l'on y fabrique un cor postal.

#### En usage depuis 1923

L'histoire du cor postal est aussi ancienne que celle de la Poste. Les postillons des diligences postales déjà soufflaient dans un cor pour annoncer leur arrivée et leur départ. Le téléphone et le télégraphe évincèrent peu à peu le cor postal, et ce n'est qu'avec l'apparition de la poste alpine motorisée, à partir de 1919, que le cor reprit du service. On construisit d'abord des avertisseurs manuels, mais leur portée était trop faible et l'on déplorait trop d'accidents sur les routes de montagne.

Puis la Poste passa commande d'un cor à trois tons avec un compresseur électrique et, en 1923, le car postal poussa sa première mélodie entre les parois rocheuses. C'est en Suisse que la fabrique d'instruments à vent Hirsbrunner fabriquait les premiers pavillons, mais elle achetait les éléments mécaniques à l'étranger. En 1940, l'entreprise Moser-Baer reprit le mandat, car elle pouvait tout fabriquer entre ses murs.

Voilà à présent plus de 90 ans que les chauffeurs des cars postaux activent leur courte rengaine pour attirer l'attention des autres usagers de la route. Ce signal d'avertissement revêt un caractère officiel et respecte les instructions de service qui disent que l'avertisseur doit être utilisé sur les routes postales de montagne et les autres routes présentant des conditions difficiles, mais qu'il est interdit de l'actionner dans les localités. Depuis 1963, toutes les routes postales de montagne sont équipées d'un panneau présentant un cor postal sur un fond bleu.

#### Pas de mise au rebut

Au fil du temps, on construit de plus en plus de routes, même en montagne, et on les élargit, ce qui permet aux véhicules de se croiser. Mais le cor postal n'a jamais été mis au rebut. Environ un tiers des quelque 2200 cars postaux sont équipés d'un cor postal. Chaque année, 20 à 40 nouveaux véhicules en sont dotés.

Le cor est un objet culte depuis longtemps. L'entreprise Moser-Baer reçoit régulièrement des demandes de compagnies de bus ou de particuliers: «Nous avons même reçu une demande d'Australie, de la part d'un Suisse souffrant du mal du pays», nous confie le directeur, «mais nous refusons systématiquement.» Car le «tu-ta-too» doit rester ce qu'il est: le symbole acoustique des cars postaux suisses, et les trois tons qui rappellent un coin de notre patrie. ■

---

*L'image du passé*


---

# 1982



## Les PTT – une page de l'histoire suisse

17 ans se sont écoulés depuis le changement de nom, mais les personnes âgées parlent encore parfois des PTT pour désigner la Poste. Les PTT sont pour elles une page très marquante de l'histoire suisse. Pour vous replonger dans ce monde, rendez-vous sur le site web des Archives des PTT. Des anciens employés y racontent leur histoire. Par exemple, le couple de buralistes d'un petit village. Ou le chauffeur du car postal qui, à l'aube, remettait le sac du courrier et les colis au postier.

Ou encore, le postier de l'ambulancier qui se chargeait, le soir à la gare, de trier et d'expédier les lettres et les colis.

Les personnes sur l'affiche livrent elles aussi leurs anecdotes. Elles se rappellent encore comment les PTT, qui avaient autrefois le monopole, se donnaient du mal pour recruter suffisamment de collaborateurs.

Ecoutez ces histoires et d'autres encore sur l'époque des PTT sur

➔ [oralhistory-pttarchiv.ch](http://oralhistory-pttarchiv.ch) HF



Trophées:  
diplôme et dé d'or  
pour le «magazine».

Distinction pour le «magazine»

## Médaille d'argent

Saviez-vous que votre magazine est réalisé dans les règles de l'art? L'art en question se nomme corporate publishing et s'attache aux magazines clientèle. Chaque année, les professionnels du secteur s'affrontent lors du Best of Corporate Publishing, la compétition qui désigne les meilleures publications d'entreprise de l'espace germanophone dans les 28 catégories en concours. En 2012, le «magazine» y a remporté la médaille d'or dans la catégorie Commerce (B2C) et s'est à nouveau paré d'argent en juin dernier. Voilà qui méritait bien un petit auto-satisfecit.

**11% DE RABAIS!**



**799.-**  
~~899.-~~

**Salon de jardin BAHAMAS, 5 éléments.** En cannage synthétique noir haut de gamme 4-en-1. Coussins en polyester à housses lavables. Ensemble composé de (Dim. LaxPxH): 2 fauteuils 75x75x62 cm, canapé double 140x75x62 cm, table 90x52x32 cm, table 45x45x32 cm

**PM50 123 15** Salon de jardin Bahamas **899.- 799.-**

**JUSQU'À 32% DE RABAIS!**



dès **99.95**  
dès ~~149.-~~

**Série ALLIBERT California en cannage synthétique «rundwicker» 6 mm.** En polypropylène, résistant aux intempéries et aux UV. Coussins, épaisseur 6 cm, avec enveloppe en polyester, amovible et lavable. Montage aisé (Dim. LaxPxH)

**PM51 725 37** 2 fauteuils, 83x68x72 cm **399.- 349.-**  
**PM51 726 37** Canapé 2 places, 141x68x72 cm **399.- 299.-**  
**PM51 727 37** Canapé 3 places, 199x68x72 cm **499.- 399.-**  
**PM51 728 37** Table, 68x68x35 cm **149.- 99.95**

**54% DE RABAIS!**



**99.95**  
~~219.-~~

**Rocking Chair 360°** – la chaise longue flexible tout confort. Le ressort solide en acier garantit un léger balancement de la chaise longue suivant le déplacement de poids (ne peut être bloqué). Cadre supérieur en aluminium robuste, poudré couleur argent, pied en métal poudré noir. Surface de couchage confortable en textile noir. Résiste aux intempéries, utilisable à l'extérieur. Poids: env. 11 kg. Charge max.: 100 kg

**PM53 537 15** Rocking Chair 360° **219.- 99.95**  
**PM53 538 15** Natte associée **49.95**

VENTE PAR CORRESPONDANCE • EN LIGNE • DIRECTE

# LEHNER<sup>+</sup>

**59.95**  
~~99.95~~

**40% DE RABAIS!**

**Piège à moustiques:** aisé à utiliser, durable et respectant l'environnement. Ce piège à moustiques attire les petits insectes volants, tels que moustiques et mites, par ses agents d'attraction naturels tels que l'acide lactique ou l'octanol (imitant parfaitement les odeurs corporelles des humains), ainsi que par sa lampe UV. Un système de vacuum aspire les insectes dans le bac de réception, où ils finissent par se déshydrater. Le mégapiège doit être placé de préférence près d'une population d'insectes (là où il y a beaucoup de moustiques p.ex.), afin de pouvoir en réduire la quantité de façon durable. Haut.: env. 40 cm.

**PM53 194 15** Piège à moustiques, noir **99.95 59.95**  
**PM53 194 14** Piège à moustiques, blanc **99.95 59.95**  
**PM53 195 69** Agents d'attraction naturels, lot de 2 **19.95**

**%%% VENTE! %% VENTE! %%%**

**45% DE RABAIS!**

**69.95**  
~~129.-~~

**But de football Frekick:** set comprenant un but et une paroi-cibles pour un défi encore plus difficile! Cadre ultra résistant en tubulure poudrée, Ø 32 mm. Filet en polyester 5 fibres, résistant aux intempéries. Paroi-cibles en nylon avec 2 orifices renforcés, mise en place aisée par des brides en caoutchouc souple et des clips. Complet avec sardines pour en accroître la stabilité et fixer la paroi-cibles. Dim. (HxLaxP): env. 152x213x76 cm

**PM53 691 69** But de football Frekick **129.- 69.95**

### Coupon de commande

Article No.	Quantité	Prix/pce	Prix/totale

Nom \_\_\_\_\_ Téléphone \_\_\_\_\_  
 Prénom \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_  
 Rue/No. \_\_\_\_\_ Date de naissance \_\_\_\_\_  
 NPA/Lieu \_\_\_\_\_ Signature \_\_\_\_\_

Envoyer à: Lehner Versand SA, Postfach, 6210 Sursee PM886F

Autres moyens d'acheter:

☎ **0848 840 601**  
 📠 **0848 840 609**  
 @ **info@lehner-versand.ch**  
 🌐 **www.lehner-versand.ch**

**LIVRAISON GRATUITE\***

\*Valable jusqu'au 31.10.2015, non cumulable avec d'autres actions. Lors d'une commande dans notre boutique en ligne, veuillez inscrire votre code préférentiel **PM886F** dans le panier.

**Visitez notre points de vente directe**

- Zellgut 8  
6214 Schenkon LU
- Industriestrasse Ost 11  
4614 Hägendorf SO
- Toggenburgerstr. 156  
9500 Wil SG
- Route d'Englisberg 8  
1763 Granges-Paccot FR
- NOUVEAU dès 3.9.2015**  
Bahnhofplatz 2  
3110 Münsingen BE

Côté fenêtre

# Locarno–Golino–Intragna–Russo–Spruga En route avec Andrea Terribilini



**Andrea Terribilini (44 ans) conduit des cars postaux depuis 2009. Il vit à Berzona avec sa famille.**

Entre Locarno et Spruga, on compte 900 mètres de dénivelé et de nombreux virages. Je devrais peut-être les compter, une fois. La plupart des voyageurs descendent avec moi pour aller au travail et remontent le soir. D'autres prennent le car postal pour aller faire leurs courses. Les touristes sont plus nombreux l'été, car beaucoup possèdent une maison de vacances dans la région. D'autres encore viennent pour faire du vélo, ce que je peux comprendre, car c'est aussi mon hobby. Sur ces routes étroites, les nombreux cyclistes rendent toutefois la conduite assez difficile. Souvent, nous apercevons des animaux sauvages, généralement des chevreuils, parfois un blaireau. Pour beaucoup de gens, c'est inhabituel, et ils sont tout émus, mais pour moi c'est assez banal; chez nous les chevreuils viennent même manger dans le jardin. RH



Ligne 62.324  
**Locarno–Golino–  
Intragna–Russo–Spruga**

 Plus d'informations sur la ligne 62.324 disponibles sur [carpostal.ch](http://carpostal.ch), web code 10096 ou au moyen du code QR (Côté fenêtre sous forme de vidéo)

Découvrez également notre vidéo de ce trajet!



**Locarno** Compter les nuages au-dessus de la Piazza Grande...



**Ascona** ... ou écouter les vagues au bord du lac.



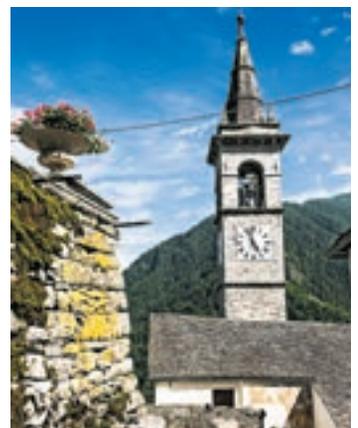
**Loco** Le meunier, Marco Morgantini, fabrique une farine de polenta très fine à base de maïs tessinois.



**Russo** Comme sur les flancs d'un géant endormi, le village dort entre ciel et terre.



**Ponte Oscuro** Les arcs géants du «pont obscur» donnent accès au Val Vergeletto et au Val Onsernone supérieur.



**Comolengo** L'église paroissiale abrite de précieux devants d'autel datant de 1773.



**Corbella** Une sculpture de bois évoque les nombreux émigrés de la vallée.

# Concours de cartes postales: Les gagnants

---

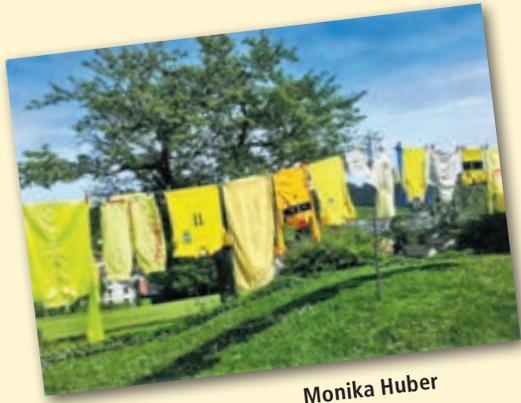
Sous le slogan «Jaune gagnant», nous avons lancé dans notre édition d'avril un grand concours sur le thème de l'application PostCard Creator.

Quelque 1000 lectrices et lecteurs de toute la Suisse y ont participé et envoyé leurs cartes postales personnalisées. Les paysages et les fleurs étaient particulièrement appréciés. Ces onze photos ont été sélectionnées et primées par un jury de la rédaction.

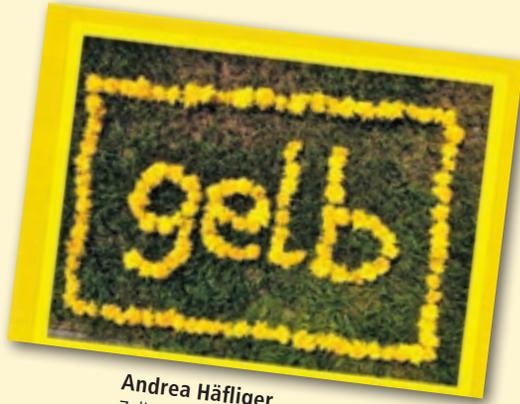
---

**1<sup>re</sup> place**  
**1 iPhone 6**





**Monika Huber**  
Heiden



**Andrea Häfliger**  
Zell

**2<sup>e</sup>-11<sup>e</sup> place**  
un bon de CHF 50.-  
chacun pour  
l'application pour  
PostCard Creator  
→ [poste.ch/postcardcreator](http://poste.ch/postcardcreator)



**Ruedi Mischler**  
Ipsach



**André Oberhänsli**  
Oberengstringen



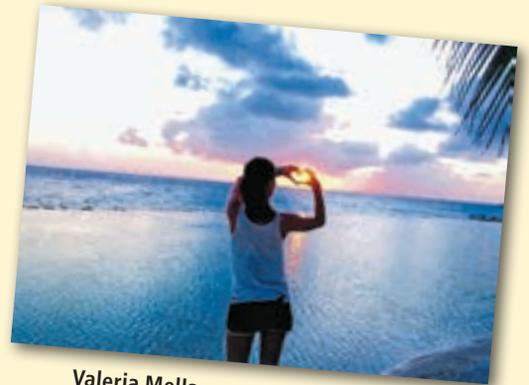
**Alexia Noverraz**  
Obernau



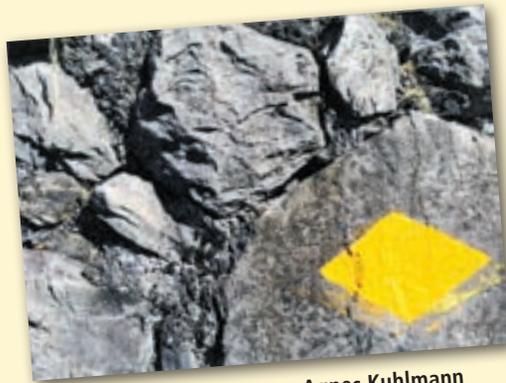
**Corinne Manser (27),**  
employée de commerce, Gossau (SG)

**La photo gagnante**

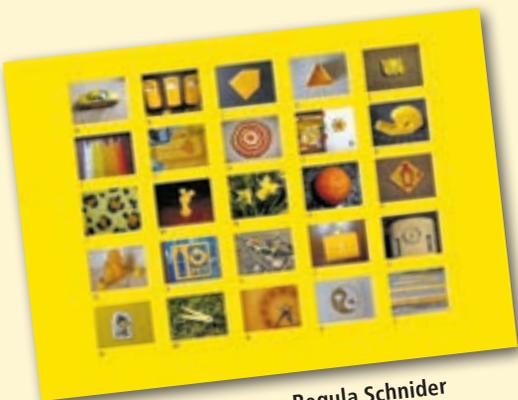
«Cette photo avec mon copain Elio a été prise il y a trois ans à Herisau, avec retardateur. Je devais immortaliser ce moment, car combien de couples possèdent deux voitures identiques? Je trouve l'application PostCard Creator amusante. Je l'utilise surtout pour mes cartes de vacances ou d'anniversaire. Au fait, Elio a depuis vendu sa voiture, mais nous sommes toujours ensemble.»



**Valeria Mella**  
Bonstetten



**Agnes Kuhlmann**  
Walenstadt



**Regula Schnider**  
Schüpfheim



**Agnes Oertli**  
Prilly



**Karin Honegger**  
Flums

# Voyage de lecteurs

Du 27 au 29 novembre 2015

## Marché de Noël de Nuremberg



et Reiterlesmarkt  
à Rothenburg ob der Tauber  
CHF 385.–

Découvrez en notre compagnie la ville de Nuremberg, connue pour ses boutiques, et les marchés de Noël de Moyenne-Franconie!

Notre car vous emmène à Nuremberg, où vous disposez librement de votre soirée.

Après le petit-déjeuner, vous avez toute la journée pour vous immerger dans le plus célèbre marché de Noël du monde avec ses décorations faites main et ses douceurs sucrées. Les zones piétonnes et leurs nombreuses galeries marchandes et boutiques de luxe ainsi que la Cour des artisans, un petit quartier aux maisons à colombages, invitent à la flânerie et au shopping. Vous vous laisserez peut-être aussi tenter par la dégustation des nombreuses bières de la ville.

Le troisième jour, nous visiterons le traditionnel Reiterlesmarkt (marché du cavalier) à Rothenburg ob der Tauber, niché entre la mairie et l'église dans un décor pittoresque. Aujourd'hui encore, les ruelles tortueuses autour de la mairie, les arcades et la place du marché sont flanquées de stands qui flattent le palais et les yeux et proposent biscuits de Noël traditionnels, vin chaud blanc, petits et grands objets artisanaux en guise de souvenir ou de cadeau. L'après-midi, nous reprendrons la route pour la Suisse.

Un voyage avec CarPostal



### Prix par personne

- Chambre double CHF 385.–
- Supplément chambre individuelle CHF 75.–

### Inclus dans le prix

- 2 cartes journalières CarPostal
- Voyage à bord d'un car\*\*\*\*
- 2 nuits avec petit-déjeuner dans l'hôtel\*\*\*\*
- Taxes et redevances

### Ne sont pas comprises

- Boissons
- Assurance frais d'annulation et assistance SOS CHF 21.–

### Documents de voyage

Pour les citoyens suisses, carte d'identité ou passeport valable

### Votre hôtel

Maritim Hotel Nürnberg\*\*\*\* à Nuremberg: salle de bain avec douche/baignoire, WC, sèche-cheveux, miroir cosmétique, chambre avec TV, téléphone, radio, WiFi, coffre-fort, minibar, climatisation

### Lieux de départ

Lausanne, Yverdon, Neuchâtel, Bienne

### Sous réserve de changement de programme et prix

### Information et réservation

- ➔ 032 329 13 13
- ➔ [www.carpostal.ch/ideesvoyages](http://www.carpostal.ch/ideesvoyages)
- ➔ [reisen@funicar.ch](mailto:reisen@funicar.ch)
- ➔ Web code 10731



Historique: le marché de Noël de Nuremberg est l'un des plus anciens du monde. Son célèbre pain d'épices y est confectionné depuis le Moyen Age.





«J'étais déjà le pitre de la récréation à l'école»:  
Emil Steinberger.



## «Sincèrement? Je ne connais aucune blague»

A 82 ans, Emil Steinberger repart en tournée. Conversation avec le grand maître de l'humour suisse sur le politiquement correct, le fait de vieillir et l'époque où il était fonctionnaire postal.

Interview: Michael Kroboth

**Emil Steinberger, vous êtes non seulement l'humoriste le plus connu de Suisse, mais également le postier le plus célèbre...**

Attention! Je n'ai jamais été postier au sens de facteur. J'étais fonctionnaire postal diplômé et je travaillais surtout au guichet.

**Qu'avez-vous appris à la Poste que vous n'oublierez jamais?**

Beaucoup de choses que j'ai pu utiliser ensuite dans mon métier d'humoriste: le français, l'italien, la fiabilité, la concentration, la comptabilité, la géographie. Les guichetiers devaient connaître par cœur un amas bric-à-brac de prescriptions et les 3000 offices de poste, car les NPA n'existaient pas à l'époque. Je m'en sers encore aujourd'hui. Dès que quelqu'un dit «Müllheim», je réponds: «Müllheim-Wigoltingen, double station».

**Quand vous êtes-vous rendu pour la dernière fois dans un office de poste?**

J'y vais presque tous les jours, pour vider ma case postale et envoyer des livres. A côté de la scène, ma femme et moi avons notre propre maison d'édition. Je reviens justement de la poste, vous voyez! (Il sort un paquet de lettres de sa poche.)

**Des lettres de vos admirateurs?**

Il y en a parfois. Mais aujourd'hui, on préfère de loin les selfies aux autographes. Ça me va aussi, c'est plus rapide que de signer.

**A 82 ans, vous repartez en tournée avec le spectacle «Emil – no einisch!». Qu'est-ce qui vous aiguillonne?**

**La peur du vide?**

Je ne connais pas cette peur-là, car ma vie a toujours été plus que bien remplie à côté de la scène. Autrefois, je gérais un théâtre et un cinéma, et aujourd'hui je dirige une maison d'édition avec mon épouse. Je n'ai jamais considéré l'activité d'humoriste comme un métier, plutôt comme une vocation.

**Etes-vous un «workaholic»?**

Par moments, peut-être. Mais j'ai souvent des obligations aussi. Je suis comme un apprenti sorcier: je commence quelque chose, puis ce quelque chose échappe à mon contrôle. Si je fais une petite lecture dans une librairie, 600 personnes surgissent d'un coup autour de moi et quelque temps plus tard, je repars en tournée avec un nouveau spectacle.

**Avez-vous besoin des applaudissements pour vivre?**

Non. Mon but n'est pas non plus d'améliorer le monde et je ne me sens investi d'aucune mission. Mon moteur est de faire rire les gens.

**Quand avez-vous réalisé que vous étiez drôle?**

J'étais déjà le pitre de la récréation à l'école. Et puis, un jour, quelqu'un a dit à mes parents que j'avais du talent. Mais on n'a jamais parlé de ça en famille. Le théâtre et le spectacle, ça ne valait rien. Après la guerre, on pensait surtout à la sécurité de l'emploi, et travailler aux PTT était considéré comme ce qui pouvait arriver de mieux. A 40 ans encore, ma mère me disait: «Tu aurais mieux fait de rester à la Poste.»



**Emil Steinberger** (82 ans) a été fonctionnaire postal jusqu'à 27 ans, avant de devenir célèbre en Suisse alémanique dans les années 70, avec ses spectacles «Geschichten, die das Leben schrieb» et «E wie Emil». En 1978, l'artiste lucernois a joué dans le film «Les Faiseurs de Suisses», qui a connu un très grand succès. Aujourd'hui, il dirige la maison d'édition «Edition E» avec sa seconde épouse Niccel et vit à Bâle.

**C'est la première fois depuis 1987 que vous revenez sur scène avec le personnage d'«Emil». Pourquoi?**

Parce que le public me le demandait. Les jeunes générations ne connaissent «Emil» que par des disques. Elles ne l'ont jamais vu sur scène. Mon spectacle est un mélange d'anciens et de nouveaux sketches.

**Les anciennes blagues fonctionnent-elles toujours?**

A ma grande surprise, oui. Lorsque j'ai arrêté, en 1987, j'ai pensé que c'était fini. Mais malgré toutes les mutations technologiques, l'être humain reste l'être humain. Mes histoires sont intemporelles, apparemment.

**Vous jouerez en Suisse et en Allemagne. Y a-t-il des différences régionales en matière d'humour?**

La réponse est un grand non. J'ai toujours traduit mes spectacles de manière aussi littérale que possible. Même en Allemagne et en Suisse romande, le public rit aux mêmes endroits.

**Aujourd'hui, contrairement à hier, règne le politiquement correct.**

**Est-ce une menace pour l'humour?**

Je me suis toujours fixé des limites et j'évitais certains sujets. La sexualité, par exemple, ou la religion. Cela me paraissait trop intime. Je n'ai jamais voulu blesser personne. Je n'ai pas traité le sujet de l'armée, non plus, qui me paraissait trop facile. Je n'ai jamais utilisé les grosses ficelles de l'humour. Ce qui m'intéresse, c'est le quotidien ordinaire. Le public accepte mes petites piques. C'est peut-être ça, la vraie raison de mon succès.

**Vous n'abordez pas non plus la politique, sur scène.**

Les sujets politiques s'intègrent mal à mon «humour du quotidien», comme je l'appelle. Quand mon ami, l'humoriste Alfred Rasser, est entré au Conseil national pour l'Alliance des Indépendants, certains ont dit qu'ils n'iraient plus voir ses spectacles. Mon public non plus n'aurait pas accepté une apparte-

nance à un parti. J'ai toujours veillé à bien séparer les choses. En privé, je suis très politisé, je lis beaucoup, je m'intéresse à ce qui se passe dans le monde.

**Le monde est-il devenu meilleur depuis votre enfance? Y a-t-il davantage de raisons de rire?**

Au contraire. Au regard de la situation politique actuelle, des nombreux conflits et des flux de réfugiés, on pourrait plutôt affirmer que le monde devient de plus en plus fou. Un immense chaos règne. Tout le monde n'en a que pour le pouvoir. Et depuis peu, à nouveau pour la religion. Dans l'ensemble, nous vivons dans un monde sombre. Je n'aurais pas pensé dire ça un jour.

**Que peut-on faire?**

On sent l'impuissance de la politique. D'un côté, on déclare qu'il faut prendre des mesures drastiques, et d'un autre côté, cela contredit nos lois et les droits de l'homme. Je ne sais pas comment nous pouvons corriger cette trajectoire. Les grandes idées ne nous aideront pas beaucoup; nous devrions plutôt miser sur l'individu, sur l'éducation des enfants. Regardez ce qu'on vend dans les magasins de jouets: tout tourne de plus en plus autour de la guerre.

**«Je n'ai jamais voulu blesser personne avec mon humour»**

**Quelqu'un a dit: «Quiconque déclare qu'il est beau de vieillir ne l'a encore jamais vécu». Vous êtes d'accord?**

Vieillir est un vaste sujet. Tout à coup, on est à la retraite, on n'a plus rien à faire, on n'a pas de hobbies, pas de passions. Mon médecin m'a dit récemment: «Emil, à 65 ans, les hommes abordent la pente descendante». Nous devrions apprendre à vieillir, nous y préparer dès l'âge de 55 ans. L'idéal serait une transition douce, dans laquelle on travaillerait un peu moins chaque année et où l'on apprendrait à gérer le temps libre. J'ai le grand privilège de pouvoir travailler encore et d'être heureux en mariage. C'est peut-être la meilleure recette pour vieillir heureux.

**En guise de conclusion, pouvez-vous nous raconter votre blague préférée.**

Sincèrement? Je ne connais aucune blague. Moi, je raconte des histoires. ■

Le Musée historique de Lucerne consacre une grande rétrospective au célèbre humoriste dans son exposition «Emil. Die Ausstellung». A voir jusqu'au 6 septembre.

Vous trouverez toutes les infos sur la tournée «Emil – no einisch!» sur:

➔ [emil.ch](http://emil.ch)

**Calendrier des courses à pied**



**A vos marques, prêts, partez!**

**Course du Greifensee**

**Date** 19 septembre 2015

**Distances** 1,2 à 21,1 km

➔ [greifenseelauf.ch](http://greifenseelauf.ch)



La course du Greifensee est une des courses à pied populaires les plus appréciées et les plus belles de Suisse.

**Course du Hallwilersee**

**Date** 10 octobre 2015

**Distances** 2,6 à 42,195 km

➔ [hallwilerseeauf.ch](http://hallwilerseeauf.ch)

**Lausanne Marathon**

**Date** 24/25 octobre 2015

**Distances** 2,6 à 42,195 km

➔ [lausanne-marathon.ch](http://lausanne-marathon.ch)

**Corrida Bulloise**

**Date** 21 novembre 2015

**Distances** 0,75 à 8,15 km

➔ [corrida-bulloise.ch](http://corrida-bulloise.ch)



**Informations complémentaires**

La Poste parraine les plus belles courses et soutient ainsi le sport le plus pratiqué en Suisse.

➔ [poste.ch/course](http://poste.ch/course)

# „Patrouille Suisse – Précision Rouge et Blanche“

Les vols en formation époustoufflants de la Patrouille Suisse  
Pour la première fois sur un couteau de poche de belle qualité



## Les 8 fonctions

1. Grande lame
2. Petite lame
3. Ciseaux
4. Ouvre-boîte avec
5. - Petit tournevis (aussi cruciforme)
6. Décapsuleur avec
7. - Tournevis
8. - Dénudeur de fil

Longueur: 9 cm

Prix du produit: Fr. 99.90  
ou 2 mensualités de Fr. 49.95  
(+ Fr. 11.90 Expédition et Service)



- Manche avec tableau de Wilfred Hardy
- Emblème de la Patrouille Suisse au dos
- Lame avec nom gravé PS
- Tirage limité
- Avec certificat numéroté à la main
- Exclusivement chez Bradford Exchange

Depuis plus de 50 ans, la Patrouille Suisse fascine par sa précision et ses formations spectaculaires en vol. La Patrouille Suisse, c'est beaucoup qu'un simple mot pour l'aviation. La Patrouille Suisse, c'est la carte de visite parfaite de la Suisse. Le couteau de poche de grande valeur „Précision Rouge et Blanche“ reflète de façon impressionnante cette précision et ce „Spirit“ avec lequel la Patrouille Suisse nous envoûte et nous fascine depuis des années. Commandez tout de suite, et bientôt vous serez fier de posséder le premier et exceptionnel couteau de poche orné du spectaculaire tableau de la Patrouille Suisse de Wilfred Hardy!

**BON DE COMMANDE EXCLUSIF**  
Répondez avant le 28 septembre 2015

53904

Oui, je commande le couteau de poche

**„Précision Rouge et Blanche“ • L'édition spéciale exclusive**

Je désire  une facture totale  mensualités  
 Par Visa ou Mastercard

\_\_\_\_\_

Expire: \_\_\_\_\_ (MMAA)

Nom/Prénom *À compléter en caractères d'imprimerie*

N°/Rue

CP/Localité

E-mail

Signature

Téléphone

**THE BRADFORD EXCHANGE**

A retourner à: **The Bradford Exchange, Ltd.**  
Jöchlerweg 2 • 6340 Baar



Vous recevrez votre couteau dans une boîte de collection pour le conserver, ainsi qu'un certificat d'authenticité numéroté à la main



Le numérotage sera gravé individuellement sur la petite lame



Sur la lame est gravé de façon durable le nom Patrouille Suisse



Le dos précieusement réalisé avec nom et emblème de la Patrouille Suisse

**Garantie de reprise de 365 jours**

Pour commande en ligne  
n° de référence: 53904

**www.bradford.ch**

The Bradford Exchange, Ltd.

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