

# magazin

Für unsere Kundinnen und Kunden

November 2019



Seite 4

Integration

## Für eine Welt ohne Barrieren

Seite 18

PostFinance Trophy:  
Viel Spass auf  
dem Hockeyfeld

Seite 24

E-Mobilität:  
Die Post transportiert  
stets grüner

**DIE POST** 

2 

**WEIHNACHTEN**

2xWEIHNACHTEN.CH



# GEMEINSAM VERPACKEN WIR GLÜCK.

24. Dezember 2019 – 11. Januar 2020

Für etwas weniger Sorgen: Schenken Sie Armutsbetroffenen Postpakete mit lang haltbaren Lebensmitteln und Körperhygieneartikeln oder Online-Pakete.

[www.2xweihnachten.ch](http://www.2xweihnachten.ch)

Eine gemeinsame Aktion von

Schweizerisches Rotes Kreuz 







Weihnachtspost  
**10 Tipps und Services**  
 für Ihre Festtagspost

Nachhaltigkeit  
**24 Die Post setzt**  
 auf E-Mobilität

Aus der Post  
**30 In diesem Quiz dreht**  
 sich alles um die Post.  
 Machen Sie mit!



## Liebe Leserin, lieber Leser

Das Ehepaar Rast führt eine Logistikfirma, Jolanda Schönenberger arbeitet als Übersetzerin, Nadja Schmid löst komplexe Fälle bei PostFinance und Peter Fischer setzt sich für Menschen mit Beeinträchtigungen ein. Alles ganz normal? Ja. Und doch nicht: All diese Menschen haben eine körperliche Beeinträchtigung. Für sie ist es also mühsam, wenn Onlinevideos nicht Untertitelt sind, wenn die Sprachausgabe am Computer nicht funktioniert oder wenn ein Gebäude nur per Treppe zugänglich ist.



Diese Menschen, die ich getroffen habe, besitzen eine weit wichtigere Gemeinsamkeit: eine unglaublich positive Lebenseinstellung und die grosse Freude, am gesellschaftlichen Leben teilhaben zu können. Sie zeigen, wie wesentlich es ist, dass die Post Barrierefreiheit schafft. Wie diese umgesetzt wird, lesen Sie ab Seite 4.

Die blinde Übersetzerin hat übrigens zahlreiche Texte dieser Ausgabe gegengelesen – dank Sprachausgabe.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen.

Claudia Langenegger, Redaktorin

Barrierefreiheit

## So setzt sich die Post für die Zugänglichkeit ein

Wer gehörlos ist, im Rollstuhl sitzt oder eine andere Beeinträchtigung hat, begegnet im Alltag oft vielen Hindernissen. Die Post setzt sich vielfältig für einen barrierefreien Zugang zur gelben Welt ein.

Engagement

## 18 Eishockey Schülerturnier

Wir haben ein Mädchenteam an die PostFinance Eishockey Trophy in Widnau (SG) aufs Eis begleitet. Das Team hat mit viel Freude sein Bestes gegeben.



Winterwandern

## Raus ins Weisse: Tipps vom Profi

Der Bündner Fahrer Schmun Allemann befährt regelmässig das Avestal und weiss, wo das Wandern im Winter am schönsten ist. Natürlich mit Schneeschuhen.



26



«Barrierefreiheit ist individuell»

Nadja Schmid in der Filiale in Zollikofen (BE). Sie arbeitet im Onlinesupport von PostFinance und ist für besonders knifflige Fälle zuständig.

# Barrierefrei

**Die Post gestaltet ihre Filialen rollstuhlgängig und richtet ihre digitale Welt so ein, dass sie auch für Menschen mit Beeinträchtigungen zugänglich ist. Sie setzt sich auch anderswo für Integration ein. Alle sollen an der gelben Welt teilhaben können. Wir haben mit Mitarbeitenden und Kunden gesprochen.**

**Text:** Claudia Langenegger  
**Fotos:** Annette Boutellier,  
Monika Flückiger, Michael Sieber



## Vorbildliche Vorlehre

Arsema Habte bei der Arbeit im Briefzentrum Zürich-Mülligen

◀ Nadja Schmid arbeitet bei PostFinance und wird täglich mit dem Thema Barrierefreiheit und Hindernisse konfrontiert: Immer wieder gibt es Türen, die sie nicht öffnen kann, Wasserspender, die sie nicht bedienen kann, und zum Thema Kaffeautomaten meint sie nur lakonisch: «Zum Glück trinke ich keinen Kaffee!» In der umgebauten Filiale in Zollikofen (BE) freut sie sich: «Es ist alles viel praktischer.» Trotz hindernisfreier Einrichtung ist sie teilweise auf Hilfe angewiesen: «Barrierefreiheit ist individuell, es bedeutet für alle Rollifahrer etwas anderes.» Nadjas Krankheit heisst Muskelatrophie oder umgangssprachlich Muskelschwund. «Einfach gesagt: Ich habe überall zu wenig Kraft», erklärt sie. Was ihr an Muskelkraft fehlt, hat sie an Lebensfreude. Sie berät in ihrer Freizeit Menschen mit Behinderungen aller Art.

[you-are-never-alone.ch](http://you-are-never-alone.ch)

▲ Arsema Habte (20) ist die erste Flüchtlingsfrau, die bei der Post die Ausbildung zur Logistikerin EBA abgeschlossen hat. Die Eritreerin arbeitet im Briefzentrum Zürich-Mülligen und wird als zuverlässige und stets gut gelaunte Mitarbeiterin geschätzt.

Die Post bietet seit 2016 eine Integrationsvorlehre an und unterstützt damit das Pilotprojekt des Bundesrats, der die berufliche Integration von Flüchtlingen fördert. Sie engagierte sich schon in einem Vorpilot und nimmt in der Bildungslandschaft Schweiz eine Vorreiterrolle ein. In Zürich-Mülligen gibt es seit 2010 eine Vorlehre Logistik.



Peter Fischer ist ein begeisterter Kunde: Die Filiale am Albisriederplatz in Zürich ist nun seinen Bedürfnissen angepasst.

«Es hat viel mehr Platz als zuvor»

◀ Peter Fischer ist seit fast 20 Jahren auf den Rollstuhl angewiesen. Jede Woche besucht er «seine» Post am Albisriederplatz in Zürich. Seit April tut er dies noch lieber: Die Filiale wurde umgebaut und neu eröffnet. «Als Erstes ist mir das Rollstuhlzeichen aufgefallen, danach habe ich erfahren, dass ich und andere Menschen mit Behinderungen gar kein Ticket mehr ziehen müssen», sagt Peter Fischer begeistert.

Am Schalter G kann er direkt anstehen und wird umgehend bedient. Es hat eine zusätzliche, tiefere Tischplatte und ein Kartenlesegerät mit schwenkbarem Arm. «Endlich sehe ich auch aufs Display», freut sich der 65-Jährige. Flink manövriert er seinen Elektrorollstuhl durch den Raum. «Ich habe viel mehr Platz als zuvor.»

In der Mitte des Raumes stehen keine Gestelle mit Kioskware mehr. Es hat eine Beratungstheke und hier ist stets jemand für die Kunden da. «Kürzlich musste ich ein Paket einpacken und die Postmitarbeitende half mir, ohne dass ich hätte fragen müssen», erzählt der Zürcher.

Peter Fischer meistert seinen Alltag mit beeindruckender Leichtigkeit. «Ich schimpfe nicht, wenn mich etwas stört, sondern schaue, was ich machen kann», sagt er. «Man muss sich einbringen, sonst ändert sich nichts.»



«Die Digitalisierung macht vieles zugänglicher»

Jolanda Schönenberger ist blind und arbeitet als Übersetzerin bei der Post in Bern.

Barrierefreiheit bedeutet auch, dass Menschen mit Sehbeeinträchtigung das Internet nutzen und am Computer arbeiten können. Wie Jolanda Schönenberger: Die blinde Sankt Gallerin arbeitet im Sprachdienst der Post. «Ich erkenne manchmal nur noch ganz helles Licht, mehr nicht», sagt die junge Frau mit den lockigen braunen Haaren. Wie kann sie denn als blinder Mensch am Computer arbeiten? «Mit der Sprachausgabe», antwortet sie. Der Screen Reader liest ihr alles vor. Dies tut er in rasantem Tempo, denn die Dolmetscherin hat ein geübtes Ohr.

Jolanda Schönenberger ist mit einer starken Sehbeeinträchtigung geboren. Aufgrund von Netzhautablösungen verlor sie während ihres Studiums ihre Sehfähigkeit. «Dank der Digitalisierung ist vieles einfacher und zugänglicher geworden», sagt sie. Aber für Menschen mit Behinderungen ist es noch immer extrem schwierig, eine Stelle zu finden. «Arbeitgeber sehen oft nicht die Kompetenzen einer Person, sondern nur deren Behinderung.»

## «Die Lernenden sind eine Bereicherung fürs Team»

In der Stiftung Schulungs- und Wohnheime Rossfeld in Bern wohnen Kinder und Jugendliche mit körperlicher Behinderung. Regelmässig beginnt ein Jugendlicher aus dem Rossfeld eine KV-Lehre bei der Post. «Die Lernenden sind eine Bereicherung für die Teams, es ist sehr positiv für die Gruppendynamik», sagt Jürg Hess, Berufsbildner in Bern. «Hier geschieht echte Integration mit Mehrwert für alle.»

Eine Lehre für Personen mit Beeinträchtigungen sind in verschiedenen Berufen möglich und werden von den regionalen Berufsbildungszentren der Post abgeklärt.

[rossfeld.ch](http://rossfeld.ch)



Das Powerteam der Lernenden in Bern: mit dabei eine Person der Stiftung Rossfeld

Das gehörlose Ehepaar Rast arbeitet für die Post und erledigt ihren Job top.



**«Ich möchte mehr Platz schaffen für Menschen mit Beeinträchtigungen. Diese Talente, Lebenserfahrungen und Perspektiven brauchen wir.»**

**Roberto Cirillo, Konzernleiter Post**

## Vorteile für alle

2007 eröffnete die Post in der Stiftung Foyer Handicap in Neuenburg eine Filiale mit Partner. Menschen mit Beeinträchtigungen bedienen Postkunden und werden von Sozialarbeitern begleitet. Ähnliche Filialen gibt es seit 2012 in der Butega de la Val in Pianezzo (TI) von der Fondazione Diamante und in Luzern im Quai4-Markt von der sozialen Institution Wärchbrogg.

Im Mai 2019 zog die Post von Sorengo (TI) in die Stiftung OTAF ein. Die Post blieb im Dorf und Bewohner des OTAF werden ins Arbeitsleben integriert. Ein aussergewöhnliches Konzept, das allen Seiten Vorteile bringt.

**otaf.ch**  
**waerchbrogg.ch**  
**f-diamante.ch**  
**foyerhandicap.ch**

## Zustellung geht auch gehörlos

Vor sechs Jahren hat PostLogistics in der Distributionsbasis Hinwil (ZH) den gehörlosen Erich Rast eingestellt. Er leitet mit seiner Frau Sandra die Firma «Rast Express GmbH». «Ein Glücksfall», erinnert sich Ralph Stacher, Leiter Planung und Disposition. Motivation und Leistung von Erich Rast und seinen Mitarbeitenden – fast alle gehörlos – sind top. «Nachteile oder zusätzlichen Aufwand gibt es für uns nicht», meint Ralph Stacher.

Bloss etwas ist anders: «Wenn ich Erich Rast und seine Leute unterwegs erreichen will, rufe ich nicht an, sondern schreibe eine Nachricht.»

Auch die Kunden sind zufrieden. Nur selten reagiert jemand negativ – weil der Lieferant undeutlich geantwortet oder auf ein Rufen nicht reagiert hat.

Die Kundenmeinung ändert sich aber schlagartig, wenn diese erfahren, dass der Lieferant gehörlos ist. Dann gibt es im Gegenzug Komplimente für die Post. «Man findet es toll, dass es diese Zusammenarbeit gibt.»



# «Es ist auch für uns ein Lernprozess»

Isabelle Haas, Projektleiterin und Beraterin Accessibility bei der Post

## Was ist Barrierefreiheit?

Zugänglichkeit ohne Barrieren für Menschen mit Beeinträchtigungen – das heisst Zugänglichkeit zu Gebäuden, dem öffentlichen Verkehr, zu Automaten, Dienstleistungen und insbesondere zu unseren digitalen Zugangspunkten wie dem Internet, Webservices, Apps, Shops und so weiter.

## Ist die Post überall hindernisfrei zugänglich?

Wir sind auf allen Ebenen und mit hohem Engagement daran, all unsere Zugänge barrierefrei zu gestalten: sei es bei den Filialen oder im Internet. Es ist ein stetiger Prozess und eher illusorisch, absolute Barrierefreiheit schaffen zu können.

## Warum?

Wie wir Menschen, so sind auch die Einschränkungen individuell. All diesen gerecht zu werden, ist fast nicht möglich. Ich sehe Barrierefreiheit auch für die Post als einen Lernprozess. Wir haben mit der Fachstelle für hindernisfreie Architektur neue Filialen entwickelt, doch auch diese sind nicht perfekt. So braucht etwa Nadja Schmid (siehe S. 5) teilweise Hilfe, weil sie aufgrund ihrer Krankheit wenig Kraft hat. Auch in Filialen mit Partner gibt es schwierige Situationen.

## Was unternimmt die Post?

Sie sucht nach individuellen Lösungen. In Courfaivre (JU) ist die Filiale mit Partner in einer Bäckerei untergebracht, der Zugang führt über Treppen. Rollstuhlgänger können klingeln, um sich anzumelden. Ihnen wird auch ein Hausservice angeboten.

## Barrierefreiheit kostet – kann sich die Post diese überhaupt leisten?

Wird beispielsweise ein digitaler Kanal von Anfang an barrierefrei aufgebaut, entstehen keine zusätzlichen Kosten. Erst ein nachträglicher Umbau ist teuer. Die Frage, ob die Kosten hoch sind, stellt sich so nicht: Es ist in unserer Verantwortung, für Zugänglichkeit zu sorgen – egal, ob in der physischen oder digitalen Welt.

## Was schreibt das Gesetz vor?

In der Bundesverfassung, im Behindertengleichstellungsgesetz und im Postgesetz ist festgelegt, dass die Post Menschen mit Behinderungen insbesondere dort, wo sie Dienstleistungen im Grundversorgungsauftrag erbringt, weder diskriminieren noch ausschliessen darf.

## Wie kann man Vorurteile abbauen?

Gegen Vorurteile helfen nur Begegnungen. Es ist höchste Zeit, Menschen mit Handicap genau gleich zu behandeln. Etwa 20 Prozent der Bevölkerung sind von einer Beeinträchtigung betroffen. Die Post darf und will diese Menschen nicht ausschliessen. Dafür setzen wir uns tagtäglich ein.

### Interview:

Claudia Langenegger

### Foto:

Leena Majaranta

## Hindernisfreie Zugänge – so setzt sich die Post ein:



### Filialen

2014 hat die Post mit der Fachstelle für Hindernisfreie Architektur barrierefreie Schalter entwickelt. Diese sind speziell gekennzeichnet und mit unterfahrbarem Tischbau und schwenkbarem Kartenleser ausgerüstet. Menschen mit Einschränkungen können sich direkt an diesen Schalter begeben.

Schalteranlagen werden mehrheitlich unverglast umgesetzt, was die Kommunikation erleichtert. Das 2017 neu entwickelte Einrichtungskonzept wurde voll auf Menschen mit Einschränkungen ausgerichtet. Eine Beratungstheke ermöglicht es, die Kunden noch individueller zu beraten und zu unterstützen; es stehen unterfahrbare Schreibtheken zur Verfügung und es hat genügend Platz für Rollstuhlfahrer.

Selbstverständlich wird der Eingangsbereich von neuen Filialen gemäss Vorgaben der SIA-Norm 500 hindernisfrei umgesetzt.

### Geldautomaten

Postomaten sind bei Mehrfachstandorten, wo möglich, tiefer eingebaut und mit taktilen Zeichen und/oder Kopfhörerbuchsen ausgestattet.

### Postautos

Postautos verfügen über breite Flügeltüren, tiefe Einstiegshöhen, eine Rollstuhlrampe oder einen Hublift bei zwei Dritteln aller Postautos und haben spezielle Halteknöpfe auf niedriger Höhe.

PostAuto setzt wenn möglich Niederflerbusse ein und sorgt laufend für die Optimierung der Fahrgastinformationen: mehr Bildschirme, grösstmögliche Schrift, Audiounterstützung.

Die Billetautomaten von PostAuto sind barrierefrei, Fahrgäste können zudem Tickets beim Fahrpersonal kaufen. Das Fahrpersonal wird im Umgang mit Menschen mit Beeinträchtigungen geschult.





## «Barrierefreiheit ist eine Notwendigkeit»

Christian Lohr ist CVP-Nationalrat und setzt sich in Verbänden und in der parlamentarischen Arbeit stark für Menschen mit Beeinträchtigungen ein. Der Thurgauer ist selbst betroffen: Er kam mit Contergan-Missbildungen zur Welt.

**Text:**  
Matthias Dietrich,  
Stephanie Jutzi  
**Foto:** zVg

### **Was sind Ihre Erfahrungen mit der Post in Sachen Barrierefreiheit?**

Die Post ist auf dem richtigen Weg. Sie hat erkannt, wie wichtig das Thema ist, und versucht, es umzusetzen. Das ist nicht überall im ersten Anlauf gelungen. Etwa bei Umbauten hat man die Fachstellen erst am Schluss einbezogen. Aber die Post ist bereit, aus Erfahrungen zu lernen.

### **In welcher Hinsicht?**

Die Post hat eine Grundhaltung zum Thema Barrierefreiheit entwickelt. Man merkt mehr und mehr, dass sich Menschen mit Beeinträchtigungen wie alle anderen Kunden bei der Post willkommen fühlen sollen. Dies sollte aber im Jahr 2019 eine Selbstverständlichkeit sein.

### **Barrierefreiheit kostet. Haben bundesnahe Betriebe eine besondere Verantwortung?**

Die Post hat eine Vorbildfunktion, das ist klar, gerade auch für die Wirtschaft. Doch Barrierefreiheit macht man nicht aus Gutherzigkeit. Sie ist eine Notwendigkeit.

### **Was halten Sie von einer Quote – sollte ein grosses Unternehmen wie die Post eine gewisse Zahl von Menschen mit Einschränkungen anstellen?**

Ich glaube nicht an eine Quote. Das nehme ich als stigmatisierend wahr. Ich möchte eine inklusive Gesellschaft, die auch beeinträchtigte Personen miteinschliesst. Für mich ist die Gleichwertigkeit der Menschen die Basis des gesellschaftlichen Zusammenlebens.

### **Welchen Ratschlag geben Sie der Post – was sollte sie unbedingt angehen?**

Der beste Ratschlag, den ich geben kann, ist: Redet mit uns, redet mit Menschen mit Beeinträchtigungen. Wir sind keine «schwierigen Fälle». Redet mit uns, wie ihr mit all euren Kunden sprecht.

### **E-Voting – Abstimmen ohne Hindernis**

Die elektronische Stimmabgabe ermöglicht die hindernisfreie politische Partizipation. Blinde können dank IT-Hilfsmitteln wie der Sprachausgabe, die Texte vorliest, oder der Braillezeile, der Blindentastatur, selbstständig am Computer wählen und abstimmen. Auch Muskelkranke, die Mühe haben, Wahlzettel handschriftlich auszufüllen, gewinnen dank E-Voting Unabhängigkeit. Im Moment ist in der Schweiz E-Voting nicht möglich. Bei der Entwicklung des E-Votings ist die Post schweizweit führend. Derzeit arbeitet sie an einem neuen E-Voting-System, das im Verlauf von 2020 in einzelnen Kantonen in Betrieb genommen werden soll.

### **Digitale Postwelt**

Die Post ist bestrebt, sämtliche digitalen Zugangspunkte (Websites, Webservices, Apps, Shops, usw.) barrierefrei nach den gültigen Standards anzubieten. Diese werden regelmässig von der Stiftung **Zugang für alle** zertifiziert. Die Website **postfinance.ch** ist barrierefrei, die Konzernwebsite **post.ch** wurde umgebaut und wird derzeit neu zertifiziert.

# Brief an den Samichlaus

Viele Kinder schreiben in der Weihnachtszeit dem Christkind oder dem Weihnachtsmann. Die Liste ihrer Wünsche ist gross, die Zahl der Briefe ebenso. Die Post hilft bei der Bewältigung der Festtagspost kräftig mit. Sie sammelt die Briefe, die ans Christkind oder den Weihnachts-

mann adressiert sind, und leitet sie weiter. Auch die Antwortschreiben überbringt sie den Kindern – mitsamt einer kleinen Überraschung.

Bitte unbedingt Absenderadresse angeben, damit das Christkind/der Weihnachtsmann antworten kann.

Zeichnungen: Museum für Kommunikation



## Eine für alle

Für Freunde, Familie und Bekannte eine feierliche Karte kreieren und ihnen senden? Dafür gibts den PostCard Creator Web. Sie können auf Ihrem Desktopcomputer oder Laptop via [post.ch/postcardcreator](http://post.ch/postcardcreator) eine eigene Weihnachtskarte gestalten und an mehrere Empfänger verschicken lassen.

So gehts: Das passende Format wählen, die Karte gestalten und gleich auch eine eigene Briefmarke kreieren. Adressen kann man bequem aus einer Excel-Liste hochladen. Druck und Versand besorgt die Post.

Preis: ab CHF 2.25 pro Karte

**PostCard Creator Web:** via Computer Postkartengestaltung und -versand mit vielfältigen Designs, Schriften und Formaten. Versand an mehrere Empfänger möglich. [post.ch/postcardcreator](http://post.ch/postcardcreator)

**PostCard Creator App:** via Smartphone einzelne A-Post-Karten für CHF 2.– pro Stück (Ausland: CHF 3.– pro Stück) versenden – pro 24 Stunden eine B-Post-Postkarte gratis.

Die App ist kostenlos im App Store und auf Google Play erhältlich.



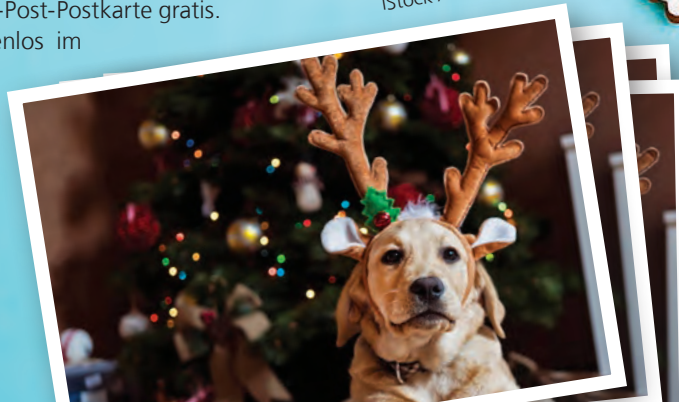
## 2x Weihnachten

Die Post führt seit 1997 zusammen mit dem Schweizerischen Roten Kreuz, der SRG SSR und Coop die gemeinnützige Aktion «2x Weihnachten» durch. Vom 24. Dezember 2019 bis 11. Januar 2020 werden landesweit haltbare Lebensmittel und Grundbedarfsartikel gesammelt und an Armutsbetroffene in der Schweiz verteilt.

Die Pakete können in allen Filialen der Post und Filialen mit Partnern kostenlos abgegeben werden. Oder lassen Sie Ihre Pakete gratis via [post.ch/2xweihnachten](http://post.ch/2xweihnachten) mit dem Dienst pick@home zuhause abholen.

Auf [2xweihnachten.ch](http://2xweihnachten.ch) ist es zudem möglich, Pakete oder Geld zu spenden. Diese Onlinepakete kommen armutsbetroffenen Menschen in Osteuropa zugute.

iStock / vesnaandjic



## Aufgabetermine

Versenden Sie Briefe und Pakete oft auf den letzten Drücker? Hier die letztmöglichen Aufgabetermine, damit Ihre Post bis Weihnachten 2019 ankommt:

Schweiz		
	Briefe	Pakete
Swiss-Express «Mond»	23. Dez.	23. Dez.
Priority	21. Dez.	23. Dez.
Economy	19. Dez.	20. Dez.
Europa		
	Briefe	Pakete
URGENT	17. Dez.	16. Dez.
Priority	17. Dez.	5. Dez.
Economy	10. Dez.	28. Nov.
Übrige Länder		
	Briefe	Pakete
URGENT	13. Dez.	12. Dez.
Priority	10. Dez.	28. Nov.
Economy	3. Dez.	21. Nov.

## Päckli gut verpackt

Beachten Sie beim Versenden von Paketen folgendes:

- Stabile Aussenverpackung
- Klebeband, keine Schnüre und Schleifen
- Gute Polsterung der Ware
- Korrekte Adressierung
- Alte Barcodes und Kennzeichnungen auf wiederverwendeten Kartons entfernen

**Tipp:** Sperrige Ware kann als Sperrgut versendet werden und kommt gleich schnell an wie normale Paketpost. Sie muss aber als Sperrgut gekennzeichnet sein.

[post.ch/sperrgut](https://post.ch/sperrgut)



## feierlich frankiert

Die diesjährigen Weihnachtsmarken zeigen festliche Motive – Geschenk, Schneeflocke, Kerze und Stern. Gestalterisch sind sie von den geometrischen Formen von Kirchenfenstern inspiriert.

Erhältlich sind sie in Ihrer Filiale oder online auf: [postshop.ch/briefmarken](https://postshop.ch/briefmarken)

Wählen Sie Ihre Lieblingsserie für Weihnachten 2020 und stimmen Sie ab auf: [post.ch/weihnachtsbriefmarken-2020](https://post.ch/weihnachtsbriefmarken-2020)

## Dufter Karten

An den Festtagen liegen wohlige Düfte von Kerzen und Gebäck, von Glühwein und Tannenbäumen in der Luft. Bei der Post duften sogar die Weihnachtskarten – und zwar nach Zimt, Nelke und Lebkuchen. Wir schenken Ihnen ein Set von drei Weihnachtskarten mit Couverts, zwei davon sind bereits frankiert. Damit können Sie Ihren Lieben eine handgeschriebene Freude bereiten. Bestellbar via [post.ch/schreiben](https://post.ch/schreiben) (solange Vorrat)





### Steuern Sie den Empfang von Paketen

Nutzen Sie die Vorteile des Onlinedienstes «Meine Sendungen» bereits? Melden Sie sich an und werden Sie informiert, wenn ein Paket oder ein eingeschriebener Brief unterwegs zu Ihnen ist, und steuern Sie bei Bedarf den Empfang. Zudem haben Sie die Möglichkeit, Wunschzustelltage zu bestimmen oder Pakete bei Ihnen zu Hause deponieren zu lassen. Auch bei verpassten Sendungen stehen Ihnen Services zur Verfügung.

[post.ch/meine-sendungen](https://post.ch/meine-sendungen)

### Neues Onlineportal für KMU-Kunden

Mit dem neuen Portal [post.ch/kmu](https://post.ch/kmu) ermöglicht die Post kleinen und mittleren Unternehmen (KMU) einen unkomplizierten und raschen Zugriff auf die Onlinedienste. Die Plattform wurde in Zusammenarbeit mit KMU-Kunden entwickelt. Digitale Interaktionen sind einfacher zugänglich: Die KMU-Kunden können beispielsweise via Versandassistent Preise abfragen und Sendungen gleich online frankieren.

### Einzahlungen schnell erledigt

Rasch eine Rechnung bezahlen, wenn die Wartezeiten am Schalter lange sind – das wird in Zukunft in den 100 grössten Filialen möglich sein. Dort kann man die Einzahlungen am Automaten tätigen. Bezahlt wird mit der PostFinance Card, Maestro- oder V-PAY-Karte. Die Post installiert die Automaten in den Filialen bis Mitte 2020.

### Stromablesen leicht gemacht

Das Startup Ormera sorgt für eine einfachere Stromverrechnung: Es bietet ein Portal für die Messung und Verrechnung von eigenproduziertem Strom. Der Prozess vom Ablesen des Zählers bis zum Kontoabzug verläuft über eine datensichere, in der Schweiz betriebene Blockchain. Der Service richtet sich in erster Linie an Liegenschaftsverwaltungen sowie Immobilien- und Energiedienstleister.

Ormera ist ein Joint Venture von PostFinance und Energie Wasser Bern.

[ormera.ch](https://ormera.ch)

### Was tun mit dem alten Router?

Haben Sie von Swisscom einen Austauschrouter erhalten und wollen das alte Gerät retournieren? Deponieren Sie es einfach in Ihrem Hausbriefkasten. Auf seiner nächsten Tour nimmt der Pöstler das Gerät mit und liefert es an ein Partnerunternehmen von Swisscom. Dort wird es überprüft und je nach Zustand repariert und weiterverwendet. Einfach für die Kunden und nachhaltig für die Umwelt.

## Online im Katalog blättern

Mit der App Profital ist es ein Kinderspiel, durch verschiedenste Werbesprosperkte zu blättern. Die App ist beliebt, bereits über 60 Shops zeigen hier ihre Prospekten und Aktionen. Nun wurde sie von PostEurop mit dem Innovation Award ausgezeichnet. Die App ist erhältlich im App Store und auf Google Play.

[profital.ch](https://profital.ch)



## 8000 Pakete pro Stunde

Der Paketmarkt ist im Aufwind: 2018 hat die Post in den Paketzentren Härkingen, Frauenfeld und Daillens über 138 Millionen Pakete verarbeitet. Zehn Jahre zuvor waren es erst 104 Millionen. Nun wurde in Cadenazzo das erste neue regionale Paketzentrum eröffnet. Die Post erhöht so ihre gesamte Sortierkapazität, zudem verkürzen sich Transportzeiten und -wege. Tessiner Pakete werden nun im Tessin verarbeitet. Drei weitere Paketzentren entstehen in Ostermündigen (BE), Untervaz (GR) und Vétroz (VS).

# Dreifache Weltmeisterin



2020 gibt es bis zu **3 Franken Rabatt**, wenn Sie Pakete online frankieren. Wie das geht, erklären wir Ihnen hier: [post.ch/paketetiketten](https://post.ch/paketetiketten)

## Päckli ins Ausland: ab 2020 online deklarieren

Heute noch der grüne Zettel am Postschalter, bald die Deklaration online: Wer Waren ins Ausland verschickt, muss diese ab 1. Januar 2020 vorab elektronisch erfassen. Dies gilt neu weltweit, nicht nur für die USA – so will es der Weltpostverein. Das Deklarationsformular kann online ausgefüllt werden. Wer dies lieber am Schalter tut, kann die Sendungsdaten gegen eine Gebühr von 3 Franken in der Filiale erfassen lassen.

[post.ch/ead](https://post.ch/ead)

## Ansage im Dreiklang

Das Dü-da-doo kennen alle – es weckt Emotionen und dient auf Bergpoststrassen als Warnhupe. Weit weniger bekannt ist der Jingle in den Fahrzeugen: Er kündigt die Haltestellenansage an. Bislang war es ein Zweiklang mit Echo. PostAuto wollte etwas Neues, Unverwechselbares und doch Dezenters: So kreierte die Post-Tochter dafür eine neue Variation des Dreiklangs. Heute erklingt die Mini-Komposition täglich hunderttausendfach auf den 901 PostAuto-Linien.

Kneipp

Glück, das wirkt

# Zeit.

## DAS SCHÖNSTE GESCHENK.

**Tiefenentspannung, Goodbye Stress**  
oder einfach **Wohlfühlen.**

Kneipp Bäder, das perfekte Geschenk  
für alle, die mal abtauchen wollen.  
Mehr Impulse für Momente des  
Glücks unter **kneipp.swiss**



# Vom Bäcker in den Briefkasten

Lust auf ofenfrisches Brot vom regionalen Beck, aber keine Zeit zum Einkaufen? Dann hilft die Brot-Post: Ihr Beck bäckt das Brot und der Pöstler bringt es zu Ihnen nach Hause – bis zu fünf Mal pro Woche. Drei Bäcker der Brot-Post und ihr Brothit.

**Text:**  
Stefanie Zimmermann  
**Fotos:**  
Monika Flückiger,  
Michael Sieber



## Solothurner Brot

*«Wir sind seit 60 Jahren ein Familienbetrieb. Das Handwerk und die regionalen Zutaten sind uns ein grosses Anliegen. So ist auch unser beliebtes Solothurner Brot regional produziert – und dass es mit der Briefpost geliefert wird, passt perfekt zu uns.»*

Simon Schläpfer, Confiserie Eichenberger Bern



## Vogellisibrot

*«Unsere handgefertigten Brote sind aus einheimischen Zutaten und kommen so ökologisch wie nur möglich von unserer Backstube in den Briefkasten. Die Postboten stellen sie auf ihrer regulären Zustelltour zu. Das funktioniert einwandfrei.»*

Tabea und Ulrich Käser,  
Bäckerei-Konditorei-Café Brötie Thun

## ▲ Holzofenbrot

*«Den beliebten Geschmack erlangt unser Brot durch das Backen im Holzofen und die lange Teigführung. Dank dieser Zubereitung bleibt das Holzofenbrot auch länger frisch.»*

Bernhard Steiner, Steiner-Beck Wetzikon (ZH)

## Gibt es die Brot-Post auch in Ihrer Region?

Die Brot-Post wird in den Regionen Bern, Thun, Langenthal, Solothurn, Olten, Basel, Luzern, Zürich Stadt, Zürcher Oberland und in Winterthur angeboten. Probieren zahlt sich aus: Bei Abschluss eines Schnupperabos erhalten Sie 25 Prozent Rabatt (Promocode: PKM11)

Hier erfahren Sie mehr: [brot-post.ch](http://brot-post.ch)



A

B

C

D

E

1

3

4

5

6

7

B

C

D

E

Illustration: Claudia Langerreger

POST OFFICE

AIR MAIL

BERG

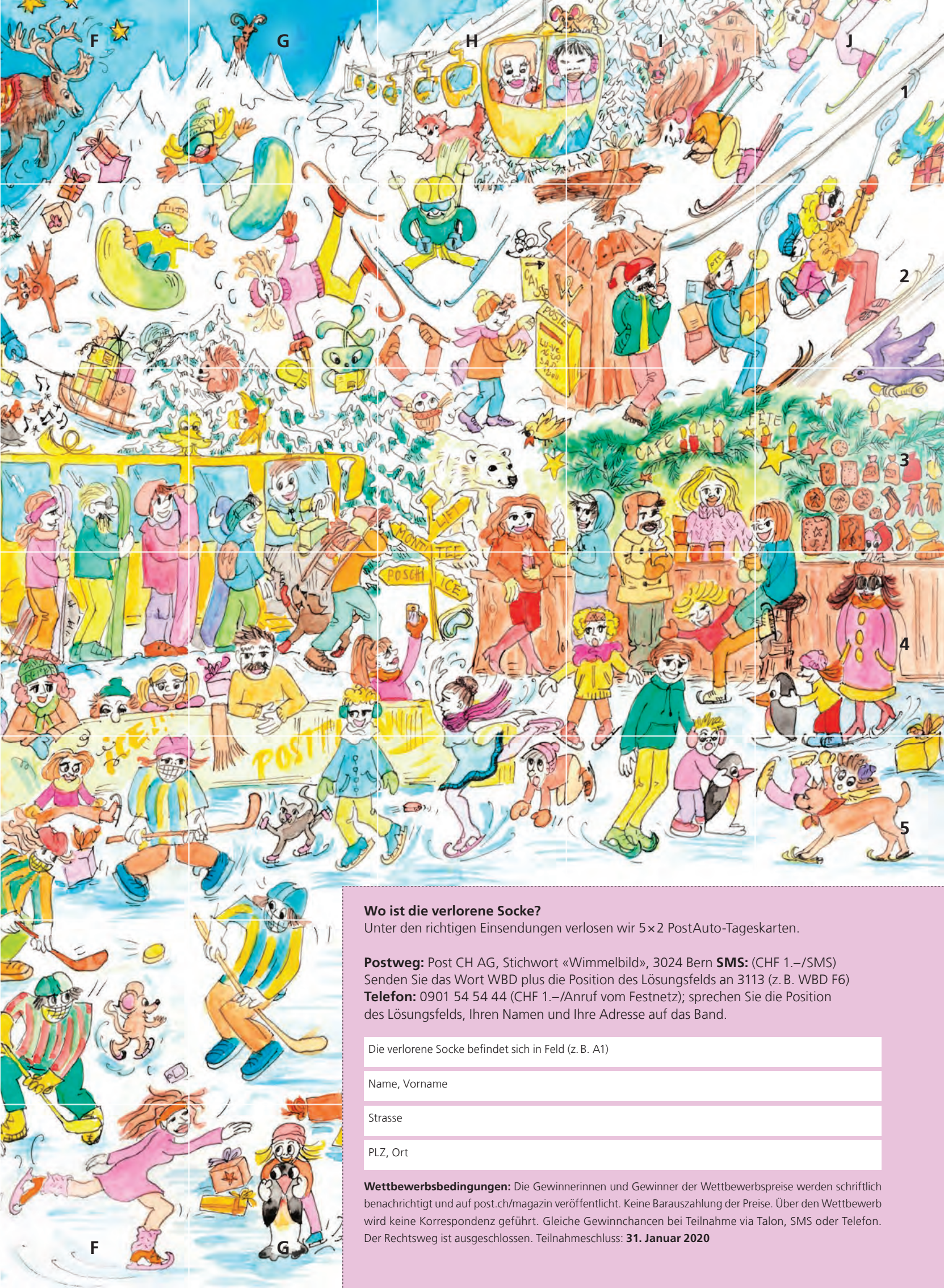
POSTMAT

Bonne Fête

BUONGIORNO

NOTE





**Wo ist die verlorene Socke?**

Unter den richtigen Einsendungen verlosen wir 5x2 PostAuto-Tageskarten.

**Postweg:** Post CH AG, Stichwort «Wimmelbild», 3024 Bern **SMS:** (CHF 1.–/SMS) Senden Sie das Wort WBD plus die Position des Lösungsfelds an 3113 (z. B. WBD F6)

**Telefon:** 0901 54 54 44 (CHF 1.–/Anruf vom Festnetz); sprechen Sie die Position des Lösungsfelds, Ihren Namen und Ihre Adresse auf das Band.

Die verlorene Socke befindet sich in Feld (z. B. A1)

---

Name, Vorname

---

Strasse

---

PLZ, Ort

**Wettbewerbsbedingungen:** Die Gewinnerinnen und Gewinner der Wettbewerbspreise werden schriftlich benachrichtigt und auf [post.ch/magazin](http://post.ch/magazin) veröffentlicht. Keine Barauszahlung der Preise. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Gleiche Gewinnchancen bei Teilnahme via Talon, SMS oder Telefon. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahmeschluss: **31. Januar 2020**



# Ran an den Puck!

Die PostFinance Trophy ist das grösste nationale Eishockey-Schülerturnier. Wir haben die Rosenberg Stars zur Vorrunde im St. Galler Rheintal begleitet.



Mit viel Freude am Eishockey: Ezana, Julia, Malia und Melissa während der Pause in der Garderobe.



Die Mädchen sind Neulinge im Hockey. Mitmachen ist alles.

**Text:** Andrea Freiermuth / **Fotos:** Sophie Stieger

Die Mädchen wühlen in den Sporttaschen, als ob diese Wundertüten wären: Julia staunt über das dicke Polster in den Hosen. Amra zieht sich als Erstes gleich mal den Helm über den Kopf. Und Anesa hält den Halsschutz fragend in die Höhe: «Was ist denn das?»

Die Rosenberg Stars, sechs Mädchen aus dem Schulhaus Rosenberg in St. Margrethen, machen sich in der Eishalle Widnau (SG) bereit für die Qualifikationsrunde der PostFinance Trophy. Die Hockey-Ausrüstung wird den Primarschülern vom Veranstalter zur Verfügung gestellt. Das Ziel der schweizweiten Aktion: Alle interessierten Kinder sollen das schnelle Spiel auf dem Eis kennenlernen dürfen.

Das Angebot ist begehrt. Im vergangenen Jahr nahmen an 20 Standorten insgesamt 2091 Spieler in 257 Teams teil. In dieser Saison kommen sechs weitere Austragungsorte und damit garantiert noch mehr Spielbegeisterte dazu.

#### Begeistert voll drauf los

«Herr Sutter, Herr Sutter!», rufen die Mädchen wild durcheinander. Lehrer Tino Sutter (29), der seine Neulinge auf dem Eis zum Turnier begleitet, ist im Dauereinsatz: Er richtet Ellenbogenschoner, schnürt Schuhe und schaut, dass die Helme auch wirklich sitzen.

Sein diesjähriges Team ist nicht gerade in der Favoritenrolle. Eigentlich könnten bis zu zehn Spieler pro Gruppe teilnehmen, einer davon dürfte ein lizenziertes Vereinsspieler sein. Die Rosenberg Stars sind nur sechs, alles Mädchen, und die stärkste Spielerin stand bloss knapp ein Dutzend Mal auf dem Eis.

«Egal. Hauptsache mitmachen und Spass haben», sagt Lehrer Sutter, der als ehemaliger Zweitligaspieler ein grosser Hockeyfan ist. «Die reine Mädchengruppe ist per Zufall entstanden.» Es hätten sich keine Buben gemeldet. Die würden mehr auf Fussball stehen. «Meine Mädchen sind immer offen für Neues. Das ist super.»

Die Hälfte der Girls hat erst einmal Hockey gespielt, beim ersten gemeinsamen Training. So erklärt Coach Sutter vor den Anpfiff denn auch nochmals, wie man den Stock richtig hält und warum nicht alle gleichzeitig dem Puck nachlaufen sollen.

Wie die Profis bilden die Mädchen vor dem Anpfiff einen Kreis und stecken die Köpfe zusammen. Noch ein Schlachtruf vor dem Kampf: «Come on girls: Let's go» – und ab geht die Post.

### Jedes Tor ein Sieg

Gleich in den ersten Spielminuten zeigt sich, dass die Rosenberg Stars kein Brot gegen die Tippilzou Black Hawks haben: Der Gegner erzielt ein Tor nach dem anderen. Davon lassen sich die kleinen Amazonen aber nicht beirren: Bald dampfen die Kleider auf dem Körper, kleben die Haare im Gesicht, glühen die Wangen. Und ganz wichtig: Die Augen funkeln noch immer.

Beim ersten eigenen Treffer jubeln die Rosenberg Stars lauter als alle anderen Teams zuvor. Bis zum Ende des Turniers werden die Mädchen insgesamt zehn Goals erzielt haben. Jedes einzelne feiern sie wie einen Sieg. Auch ein paar üble Zusammenstösse, die zu ein paar Tränen führen, können die Stimmung nicht trüben.

Nach fünf Spielen zu je 20 Minuten platzieren sich die Sterne aus St. Margrethen auf dem letzten Platz. Noch einmal stehen sie im Kreis: «Ich bin mega stolz auf euch – ihr habt euch so tapfer geschlagen und seid im Verlauf des Turniers immer besser geworden», fasst Lehrer Sutter das Spielgeschehen zusammen.



Spielstart der diesjährigen PostFinance Trophy war in der Eishalle in Widnau (SG).

Zurück in der Garderobe lassen sich die Mädchen müde auf die Bank fallen: Ezana tastet nach blauen Flecken. Melissa massiert sich die Füsse. Und Captain Malia zählt nochmals die Tore. Auf die Frage, ob sie denn wieder einmal Hockey spielen würden, rufen die Rosenberg Stars geschlossen: «Jaaaaaaa!»



## Hilft die Hausapotheke oder der Hausarzt? myGuide hilft bei der Entscheidung.

**myGuide.** Immer, wenn du einen schnellen ersten Rat brauchst. myGuide wurde von Fachärzten und Medizininformatikern entwickelt und prüft deine Krankheitssymptome, um dich sicher und direkt zu einer fundierten Empfehlung zu führen.  
**Dein Gesundheitspartner.**  
**Ganz persönlich.**



Ezana und Melissa am Spielfeldrand. Der Coach erklärt, worauf sie achten müssen.



### Engagement fürs Eishockey

PostFinance ist seit 2001 Hauptsponsorin der Swiss Ice Hockey Federation (SIHF) und der National League und engagiert sich stark für den Nachwuchs.

Die PostFinance Trophy ist das grösste nationale Eishockey-Schülerturnier für Jugendliche bis zum sechsten Schuljahr. Bis Anfang Januar 2020 finden die Qualifikationsturniere statt, danach folgen die Halbfinals und am 16. Februar 2020 der Final in Konstanz.

Im Projekt PostFinance Top Scorer gehen die Top Scorer (Spieler mit Flammenhelm) der National-League- und Swiss-League-Mannschaften auf Punktejagd für den Nachwuchs: Für jeden Scorerpunkt, jedes Tor und jeden Assist zahlt PostFinance den Clubs der National League 300 Franken, jenen der Swiss League 200 Franken.

[postfinance-trophy.ch](https://postfinance-trophy.ch)  
[postfinance.ch/hockey](https://postfinance.ch/hockey)

Coach Tino Sutter stellt den Helm von Melissa ein, Julia steht schon in Vollmontur bereit.





# Achtung Phishing!

## Betrugsversuche via E-Mails und SMS

**Text:**  
Marcel Zumbühl,  
Markus Herren  
**Foto:**  
peshkov/iStock

Sie haben bestimmt schon mal ein seltsames E-Mail oder SMS erhalten, das Sie auffordert, bei Ihrer Kreditkarte dringend Ihr Passwort zu ändern, etwas zu bezahlen und einen Link anzuklicken. Der Absender: eine vertrauenswürdige Firma. Reagieren Sie nicht: Hacker versuchen so, an vertrauliche Daten zu kommen. Dies nennt man Phishing. Auch Namen und Logo der Post werden dafür immer wieder missbraucht.



**QR-Code scannen  
und Film dazu  
ansehen!**

### So erkennen Sie Phishing:

- Die Post fragt ihre Kundinnen und Kunden nie per E-Mail oder Telefon nach persönlichen Passwörtern, PINs oder Kreditkartennummern.
- Misstrauen Sie E-Mails/SMS, die Sie nicht erwartet haben, selbst wenn sie von bekannten Absendern stammen.
- Werden Sie stutzig, wenn eine dringende Reaktion verlangt wird und Konsequenzen angedroht werden.
- Vergleichen Sie den angezeigten Absender mit der tatsächlichen E-Mail-Adresse des Absenders.
- So prüfen Sie einen Link, ohne ihn anzuklicken: Mit der Maus darüberfahren oder den Finger längere Zeit draufhalten. So sehen Sie, ob er wirklich zur Post führt.

### Melden Sie Phishing:

- Kontaktieren Sie bei Verdacht auf Phishing im Zusammenhang mit Dienstleistungen der Post unseren Kundendienst, Tel.: 0848 888 888
- Melden Sie Phishing-Versuche der Meldestelle des Bundes: **antiphishing.ch**

Phishing ist aus den englischen Wörtern «Fishing» und «Password harvesting» zusammengesetzt und bedeutet das «Angeln nach Passwörtern». Über gefälschte Websites, E-Mails oder Kurznachrichten versucht man, an persönliche Daten eines Internetbenutzers zu gelangen.

## Offizielle Sonderprodukte der Eidgenössischen Münzstätte Swissmint

Erhältlich unter [www.swissmintshop.ch](http://www.swissmintshop.ch) oder per Telefon 058 4 800 800

### Babymünzsatz 2019

mit lustiger Bärenmedaille



CHF 40.00

### Geburtsmünzsatz 2019

mit hübscher Medaille mit Geburtstagsorte



CHF 40.00

### Jahresmünzsatz Classic 2019

mit hochwertiger 10-Fr. Bimetallmünze «Reh»



CHF 40.00

- ✓ Zum Sammeln, Schenken und Freude bereiten
- ✓ Enthält alle Umlaufmünzen des Jahres 2019

- ✓ Im farbig illustrierten Kartonschuber
- ✓ Exquisite Prägekunst

Portofreier Versand für Lieferadressen in CH und LI. Preisänderungen vorbehalten. Erhältlich solange Vorrat.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Swissmint**

# Online-Banking ganz einfach



Das gelbe Kartenlesegerät und mühsame Eintippen von Zahlenreihen sind passé. Neu loggt man sich bei E-Finance per Fingerprint oder Face ID via Smartphone ein. Dafür muss man bloss die PostFinance App herunterladen und dort das neue Login via App einmalig aktivieren. Auch Onlineeinkäufe mit der Kreditkarte bestätigen Sie neu mit Fingerprint oder Face ID statt wie bisher mit dem statischen 3-D-Secure-Passwort.

## Einrichten des neuen Logins via App

Laden Sie im App Store (für iOS) oder Google Play (für Android) die PostFinance App herunter oder aktualisieren Sie diese. Aktivieren Sie das neue Login via App einmalig auf Ihrem Smartphone. Fingerprint ist eine Funktion, die in die meisten neueren iOS- und Android-Smartphones integriert ist. Die Face ID ist aktuell nur auf iOS-Geräten ab iPhone X verfügbar.

[postfinance.ch/fingerprint](https://postfinance.ch/fingerprint)

[postfinance.ch/loginapp](https://postfinance.ch/loginapp)

## Die Finanzen per App im Griff

E-Finance am Computer ist praktisch. Sie können Ihre Zahlungen jederzeit bequem zuhause tätigen. Mit dem umfassenden E-Banking kann man auch die Karten selbst verwalten, im Notfall sperren lassen und neue bestellen.

Mit der PostFinance App auf dem Smartphone ist E-Banking noch einfacher: Einzahlungsscheine kann man einscannen, das Eintippen von Referenznummern fällt vollständig weg.

Die PostFinance App bietet:

- Zugriff auf E-Finance und E-Trading, Überblick über Saldo und Bewegungen
- Geld an Mobilnummern senden
- Einzahlungsscheine scannen und zum gewünschten Zeitpunkt freigeben
- Guthaben für Mobiltelefon, iTunes, Google Play, paysafecard usw. kaufen

[postfinance.ch/digitalbanking](https://postfinance.ch/digitalbanking)

Die PostFinance App ist im App Store und bei Google Play erhältlich.



## Checkout für Ihren Onlineshop von PostFinance

Möchten Sie in Ihrem Onlineshop eine umfassende Zahlungslösung integrieren? Mit PostFinance Checkout ist dies ganz leicht: Die E-Payment-Lösung lässt sich mit Plug-ins einfach in jedes gängige Shoppingsystem integrieren. Es umfasst die wichtigsten Zahlungsarten wie PostFinance Card, PostFinance E-Finance, TWINT, Visa und Mastercard.

PostFinance übernimmt die Koordination mit den Partnern. Testen Sie das Checkout kostenlos im Simulationsmodus.

[postfinance.ch/checkout](https://postfinance.ch/checkout)

# Das Jungfrauojoch auf einem exklusiven FALKNER™-Sammlermesser

**1**

Klinge mit reinstem **Gold** veredelt!

Messerklinge aus 420er rostfreiem Stahl

Farbenprächtige Gestaltung des Griffs

Streng limitiert auf nur 3.333 Komplett-Collectionen weltweit

Höchste Sammler-Qualität in edler Verarbeitung

Mit antik anmutenden Verzierungen am Griff

Die edel vergoldete Klinge und der exclusive Motivdruck machen dieses Sammlermesser einzigartig

Klingenlänge: ca. 8,5 cm  
Gesamtlänge: ca. 22 cm

**FALKNER™**

**nur 10,- CHF** (statt regulär 99,95 CHF)  
**Art.-Nr. 527-306-5**

Ohne Folgelieferung!

**GRATIS für Sie!**  
Exklusive Messerverpackung

**2**

Ein preisgekröntes Schweizer Bauprojekt der Superlative: der Gotthard-Tunnel

**Gigantische Hommage an die feierliche Eröffnung eines Jahrhundertprojekts!**

**Erstausgabe 2016**  
Nur noch wenige Exemplare verfügbar

Ø ca. 70 mm

**nur 14,95 CHF** (statt regulär 144,95 CHF)  
**Art.-Nr. 942-301-1**

Ohne Folgelieferung!

**Mit reinstem Feingold veredelt!**

- Meisterwerk der Schweizer Präzisionstechnik
- In höchster Münz-Prägequalität „Polierte Platte“
- Streng limitiert auf nur 2.016 Komplett-Editionen weltweit
- Exklusiv nur beim HELVETISCHEN MÜNZKONTOR® erhältlich

Bestellen Sie jetzt und erhalten Sie mit Ihrer Lieferung eine attraktive Armbanduhr im Wert von 29,95 CHF als Geschenk!

**GRATIS für Sie!**

**HELVETISCHES MÜNZKONTOR®**

558-01

## COUPON-BESTELLSCHHEIN

**XJA!** Hiermit bestelle ich folgende Rarität(en) zum aktuellen Vorzugspreis – PORTOFREI! Lieferung mit 21-tägigem Rückgaberecht. **Ich gehe GARANTIERT keine weiteren Verpflichtungen ein!**

- das exclusive Sammlermesser „Jungfrauojoch“ Art.-Nr. 527-306-5 für nur 10,- CHF (statt regulär 99,95 CHF)
- die Gigantenprägung „Gottardo“ Art.-Nr. 942-301-1 für nur 14,95 CHF (statt regulär 144,95 CHF)

Name / Vorname

Strasse/Nr.

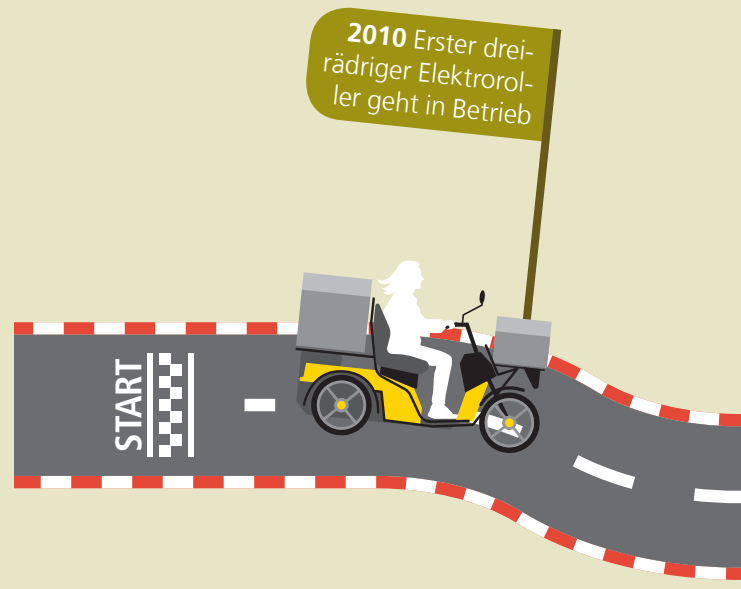
PLZ Ort

Es gelten die AGB des Helvetischen Münzkontors. Diese können Sie unter [www.muenzkontor.ch](http://www.muenzkontor.ch) nachlesen oder schriftlich bei uns anfordern.

Datum **X** Unterschrift Geburtsdatum

# 6x

weniger Energie als Benzinroller verbrauchen E-Fahrzeuge. Bei den vielen «Stop-and-gos» in der Brief- und Paketzustellung sind sie ideal: Der Verschleiss ist kleiner und es gelangen weniger Schadstoffe in die Luft.



## 17 Solaranlagen

betreibt die Post auf den Dächern ihrer Brief- und Paketzentren. Diese produzieren jährlich über 7 Gigawattstunden – das entspricht dem Jahresverbrauch von 2000 Haushalten.

# 6000

zwei- und dreirädrige Fahrzeuge der Post fahren mit Ökostrom.

**Coupon ausfüllen und sofort abschicken an:**  
Helvetisches Münzkontor · Leubernstrasse 6 · 8280 Kreuzlingen  
Tel.: 0840 / 20 40 80 · Fax: 0840 / 20 40 60 · [info\\_ch@muenzkontor.ch](mailto:info_ch@muenzkontor.ch)



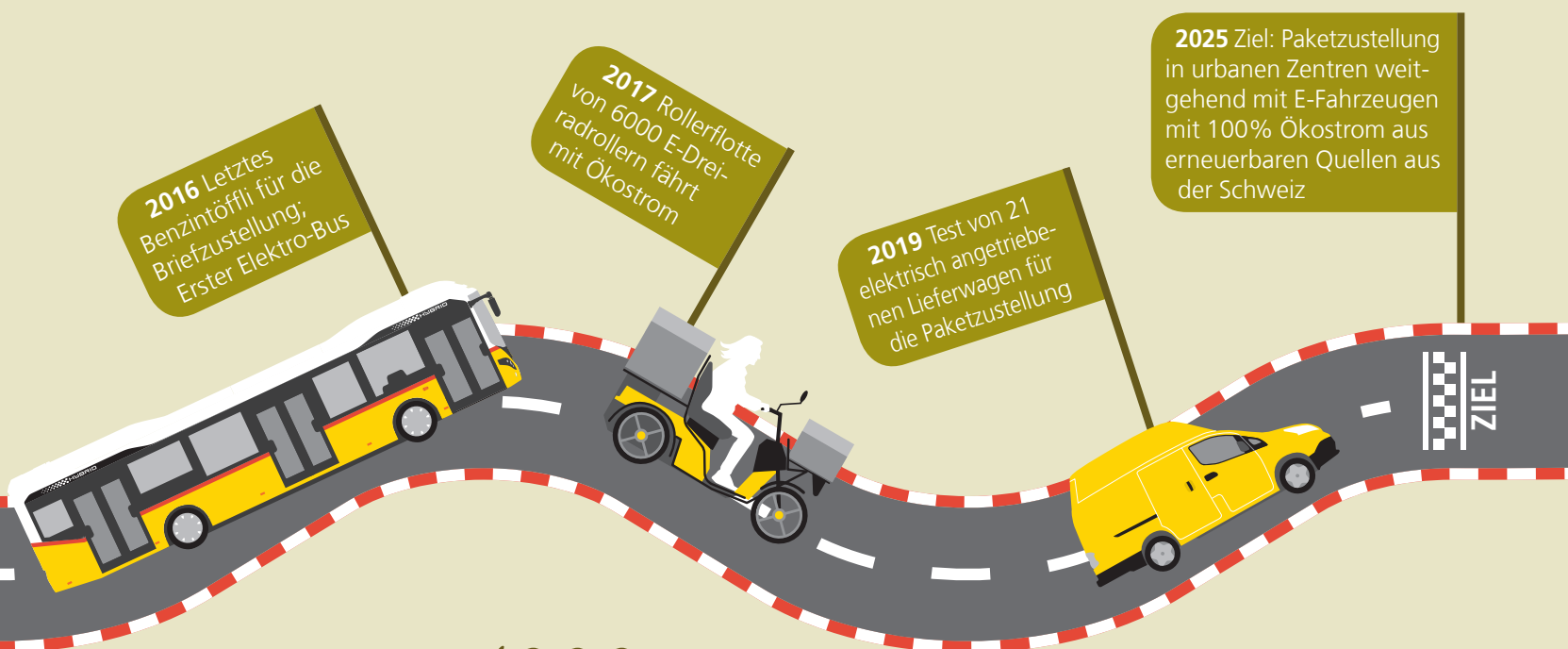
# Elektro statt Benzin

Die Post hat die grösste Elektrorollerflotte aller europäischen Postunternehmen. Sie setzt auf eine nachhaltige Zustellung und auf grüne Energie.

Text: Fredy Gasser, Nicole Ochsenbein

## 100%

elektrisch zustellen will die Post sämtliche Sendungen bis zum Jahr 2030.



**2025 Ziel:** Paketzustellung in urbanen Zentren weitgehend mit E-Fahrzeugen mit 100% Ökostrom aus erneuerbaren Quellen aus der Schweiz

## 4000 Tonnen CO<sub>2</sub>

spart die Post pro Jahr dank Elektrorollern bei der Briefzustellung.

## Zweites Leben

Ausgediente Batterien setzt die Post als Stromspeicher in Gebäuden mit Solaranlagen ein.

## 190 000 Liter

Heizöl: So viel spart die Post, weil sie bei Heizungen und Neubauten auf fossile Brennstoffe verzichtet. Bis 2030 will die Post 90 Prozent aller fossil betriebenen Heizungen ersetzen.

## Was ist grüner – Onlineshopping oder Einkauf im Geschäft?

Eindeutig ist der Fall nicht, viele Faktoren spielen eine Rolle. Transport: je weniger Weg, desto besser die Klimabilanz, folglich: Onlineshopping ist da besser – wenn es wenig Retoursendungen gibt. Einkaufen im Geschäft ist hingegen dann klimafreundlicher, wenn Geschäfte energieeffizient heizen und beleuchten – und wenn die Kunden zu Fuss oder per Velo einkaufen. Zusätzlich gut für die Ökobilanz: wenig Verpackungsmaterial und Elektrofahrzeuge.



# Hoch ins Averstal

Mit den Schneeschuhen ab ins Weisse – das PostAuto bringt Sie schweizweit an abgelegene Orte. Fahrer Schmun Allemann gibt Auskunft über sein liebstes Wandertal.

**Text:** Claudia Langenegger

**Fotos:** Shutterstock, Michael Sieber, Andreas Staeger



Schmun Allemann,  
PostAuto-Fahrer im Bündnerland

PostAuto-Fahrer Schmun Allemann aus Tschappina (GR) fährt von der Basis in Andeer fast täglich einen Kurs ins Averstal, an dessen Ende auf abgelegenen 2126 Metern Höhe das höchste ganzjährig bewohnte Dorf Europas liegt.

Als passionierter Wanderer kommt er auch in seiner Freizeit oft hierher. «Es ist die ideale Gegend, um herunterzufahren und sich zu entspannen», schwärmt der Bündner. «Der Pulsschlag ist hier einfach tiefer als anderswo, du kannst viel Energie tanken.»

## Dem Adler ganz nah

Das Hochtal ist so entlegen, dass auch die grössten Greifvögel der Schweiz sich gerne hier aufhalten. «Ich sehe häufig Bartgeier und Steinadler über Baumwipfel



## Winterwandertipps:

Schneeschuhe einpacken und ab ins Postauto! Die gelben Busse fahren vielerorts hoch hinauf, wo man fernab von Zivilisation und Alltag wunderbar in weisse Landschaften eintauchen kann.

**Rundwanderung im Averstal von Juppa (GR) aus** Postauto ab Chur mit Umsteigen in Andeer nach Avers, Juppa (2002 m ü.M.), Wanderung Nr. 1396

**Vom Col des Mosses (VD) bis nach La Lécherette** Postauto ab Château d'Oex nach Col des Mosses (1445 m ü.M.), Wanderung Nr. 1487

**Von La Brévine (NE) zum Lac des Taillères** Postauto von Le Locle oder Fleurier aus nach La Brévine (1043 m ü.M.), Wanderung Nr. 1484

Detailkarten und weitere Infos auf [wandern.ch](http://wandern.ch)



und Gipfel kreisen, man kann sie von blossen Auge beobachten.» Sogar vom Postauto aus.

### Schneeschuhparadies

Auch im Winter ist Avers der ideale Ort, um durch die Ruhe der Natur zu streifen. Schmun Allemann ist dann mit seiner Frau so oft es geht mit Schneeschuhen unterwegs. Seine Freude am Wandern nützt ihm auch im Job: «So kann ich den Passagieren im PostAuto Auskunft geben und passende Routen empfehlen.»

Jetzt, im Winterhalbjahr kann es in Avers auch mal rauh werden. «Wenn es windet und stürmt, muss ich manchmal einen Moment anhalten, bevor ich weiterfahren kann.» Eine Herausforderung, die er gerne meistert. Er mag es, die Kraft der Natur zu spüren.

### Wandern mit dem König der Lüfte

Der Steinadler wurde in der Schweiz 1953 unter Schutz gestellt und so vor der Ausrottung bewahrt. Er erreicht eine Spannweite von bis zu 2,2 Metern. Heute leben in der Schweizer Alpen 320–350 Steinadlerpaare.

Die Biologin Julia Hatzl von der Vogelwarte Sempach erforscht Jungtiere im Bündnerland. Im Video erzählt sie, was sie bei ihren Beobachtungen über den stolzen Vogel erfährt.

Film auf [post.ch/aktuell](http://post.ch/aktuell): «Wandern mit dem Steinadler»

# Mitmachen und tolle Preise gewinnen!



**1. Platz:** 1 Postshop-Gutschein im Wert von CHF 200.–

**2.–5. Platz:** 4 Postshop-Gutscheine im Wert von je CHF 100.–

**6.–20. Platz:** 15 Postshop-Gutscheine im Wert von je CHF 50.–

## Bequem einkaufen im Onlineshop der Post

Unter [postshop.ch](http://postshop.ch) finden Sie fast alles: vom Smartphone über Geschenkkarten bis zum Kugelschreiber. Auch die neusten Briefmarken der Post können Sie per Mausclick bestellen. Wir liefern Ihre Bestellung portofrei.

Safe	↓	Monatsname	ver-zichten	↓	Sinnes-täu-schung	früh. Produkt-strich-code	dürrer Astholz	↓	Eskimo	↓	weibl. Amts-bezeichnung	Epos von Homer	↓	arkt. Dauer-frost-decke	↓	Fürwort im Dativ (2. Pers.)	alte Brillen-form	↓
↑							10		Winter-sportort im Kt. BE	2								
animie-ren, an-spornen			verson-nener Mensch	→	4						Darm-epide-mie		direkt über-tragen	→	5			
eh. schweiz. Band (2 W.)	→								Stein-säulen, Hinkel-steine		Funk-ortungs-ver-fahren	3						heikel, schwie-rig
↑		7					Hast, Zeitnot		ab-züglich	→				bevöl-kert, rege		Abk.: Postfach		9
Gestern			Wider-sacher Gottes	↓		Schwer-metall	→				Sisal-pflanze		Frucht-form	→	6			
Welt-meer	verstell-bares Foto-objektiv	über-glücklich	→				12		Schweiz. Eisho-key-verband		Werk-tätiger	→						8
↓						Abk.: ver-gleiche		Pfeifen-tabak	→				wenn, zu der Zeit	→			eh. dt. Airline	3./4. Fall von wir
wäh-rend-essen		ital. Tonbez. für das A			Bahn-tunnel im Kt. GR	→							sowieso		Doppel-konson-nant		hand-warm	→
↓						Sinnes-organ	→				unter-sagt, nicht erlaubt	→			1			
Haupt-stadt d. Philip-pinen	→							geliebt, ge-schätzt	→	11						Männer-name	→	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

## Posträtsel

Lösungswort
Name
Vorname
Strasse
PLZ/Ort

**Postweg:** Post CH AG, Stichwort «Rätsel», 3024 Bern

**SMS:** CHF 1.–/SMS. Senden Sie das Wort POMD plus Lösungswort an 3113 (z. B. POMD Briefmarke).

**Telefon:** 0901 40 55 04 (CHF 1.–/Anruf vom Festnetz). Sprechen Sie das Lösungswort, Ihren Namen und Ihre Adresse auf das Band.

**Wettbewerbsbedingungen:** Die Gewinnerinnen und Gewinner der Wettbewerbspreise werden schriftlich benachrichtigt und auf [post.ch/magazin](http://post.ch/magazin) veröffentlicht. Keine Barauszahlung der Preise. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Gleiche Gewinnchancen bei Teilnahme via Talon, SMS oder Telefon. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Teilnahmeschluss: **31. Januar 2020**



1 Gesäss-tasche

2 schräg gesetzte Taschen vorne

1 Oberschenkel-tasche



## Funktionelle Wintersporthose von Nordcap für Sie und Ihn

### Thermo-Innenfutter

Das sehr feine und sportfunktionelle Innenfutter sorgt für einen optimalen Wärmerückhalt und leitet Feuchtigkeit direkt vom Körper nach aussen ab. So wird die Kondensierung auf der Innenseite reduziert und die Verdunstung beschleunigt. Gleichzeitig wird das Eindringen von Wasser von der Aussenseite verhindert.

NORDCAP Thermohose anthrazit  
Herren Art.-Nr. 55941  
Damen Art.-Nr. 55952

**Für Damen**



**Für Herren**

**JUBILÄUMS-PREIS**

CHF **58.80**

Sie sparen CHF 120.20 gegenüber dem UVP\*\*



### Damenmodell

Damen-Grösse = Bestellgrösse					
36	38	40	42	44	46

### Herrenmodell

Herren-Grösse = Bestellgrösse					
Kurzgrösse	25	26	27	28	29
Bundweite in cm	94	98	102	106	110
Normgrösse	48	50	52	54	56
Bundweite in cm	88	92	96	100	104

### TOP-Produkt-Vorteile:

- ✓ 100% Polyester
- ✓ Allround-Thermohosen für multifunktionalen Einsatz: Wandern, Radfahren, Laufen
- ✓ Wasser- und winddichtes Thermogewebe
- ✓ Feuchtigkeit wird direkt vom Körper nach aussen geleitet
- ✓ Äussere atmungsaktive Ripstop-Gewebeschnitt
- ✓ Elastischer Bund mit Gürtelschlaufen für bequemen Tragekomfort
- ✓ Feines, hautfreundliches funktionelles Innenfutter für optimalen Wärmerückhalt
- ✓ 4 Taschen mit robustem Reissverschluss und farblich abgesetzten Zipper-Pullern

Ja, ich bestelle zum Jubiläumspreis-Angebot

Wir sind 24 Stunden persönlich für Sie da: Tel. 0848 / 80 77 60 oder Fax 0848 / 80 77 90

Menge	Art.-Nr.	Grösse	Artikelbezeichnung	UVP**	Personalshop-Preis	Jubiläumspreis
	55941		NORDCAP Herren Thermohose	CHF 179.-	CHF 98.-	CHF 58.80
	55952		NORDCAP Damen Thermohose	CHF 179.-	CHF 98.-	CHF 58.80

Für das Bestpreis-Angebot unbedingt bei elektronischer und telefonischer Bestellung vierstelligen Aktionscode angeben:

Aktions-Code Nr. **C30002**

\*\*Stattpreise beziehen sich auf Hersteller-Listenpreise oder unverbindliche Preisempfehlungen des Herstellers (UVP) Preise inkl. MWST. exkl. Versand- und Versicherungskostenanteil CHF 7.80.

Name / Vorname: \_\_\_\_\_

Strasse / Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_ Tel.-Nr.: \_\_\_\_\_

E-Mail-Adresse: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

Bitte in Blockschrift ausfüllen und einsenden an:  
**PERSONALSHOP AG, Postfach, 4019 Basel**

\*Pflichtfelder

# Post-Quiz

Bei diesen Fragen dreht sich alles um die Post. Aus den richtigen Einsendungen werden drei Teilnehmende ausgelost, die an einem Austausch mit dem Konzernleiter der Post, Roberto Cirillo, bei einem Essen in Bern teilnehmen können.

Text: Alexander Volz / Fotos: Museum für Kommunikation



Ohne Ski kam der Bergpostbote von Arosa 1930 nicht weit.

**1** Wann entstand aus dem staatlichen Betrieb PTT die Schweizerische Post?

- O) 2004      P) 1998      Q) 1966

**3** Wie häufig in Folge wurde die Schweizerische Post bereits vom Weltpostverein zur besten Post der Welt gekrönt?

- R) 2 Mal      S) 3 Mal      T) 5 Mal

**2** Früher war die Post ein Monopolbetrieb. Wie viel Prozent ihres Umsatzes erwirtschaftet die Post heute am freien Markt?

- M) 46,5%      N) 65,8%      O) 85,6%

**4** Wie viele Fahrgäste transportierte PostAuto im Jahr 2018?

- R) 55 Millionen      S) 105 Millionen      T) 155 Millionen

**5** An wie vielen Tagen der Woche stellt die Post A-Briefe zu?

- E) Vier      F) Fünf      G) Sechs

**6** Wie wird die Post finanziert?

- D) Über Spenden aus dem In- und Ausland  
E) Die Post finanziert sich selbst  
F) Der Bund finanziert die Post über Steuergelder

Dieser Bündner Bergpostbote trägt Pakete durch den hohen Schnee (um 1930).



## Impressum

### Herausgeberin

Die Schweizerische Post AG  
Kommunikation  
Wankdorffallee 4  
3030 Bern  
E-Mail: [redaktion@post.ch](mailto:redaktion@post.ch)  
[post.ch/magazin](http://post.ch/magazin)

### Redaktion

Claudia Langenegger (leitende Redaktorin dieser Ausgabe), Ludovic Cuany, Sandra Gurtner, Lea Freiburghaus, Fredy Gasser, Janina Gassner, Sandra Gonseth, Simone Hubacher, Claudia Iraoui, Magalie Terre, Alexander Volz

Nachdruck mit schriftlicher Einwilligung der Redaktion gestattet.

### Mitwirkende

Annette Boutellier (Foto), Matthias Dietrich, Monika Flückiger (Foto), Andrea Freiermuth, Markus Herren, Stephanie Jutzi, Leena Majaranta (Foto), Danilo Monteverde, Nicole Ochsenbein, Catherine Riva, Michael Sieber (Foto), Lena Schläppi (Foto), Sophie Stieger (Foto), Marcel Zumbühl, Corinne Tschanz

Mehr Informationen über die Post erhalten Sie in unserem Newsletter. Anmeldung unter: [post.ch/newsletter](http://post.ch/newsletter)

**Übersetzung und Korrektorat**  
Sprachdienst Post

**Layout**  
in flagranti communication, Lyss

**Titelbild**  
Monika Flückiger

**Druck**  
DZB Druckzentrum Bern AG

**Anzeigenverkauf**  
Fachmedien – Zürichsee Werbe AG



1946 in Bern: Eine Briefträgerin trägt zu Fuss die Post aus.

**7** *Wie heisst die Bank, die zum Postkonzern gehört?*

- L) PostFinance M) PostBank N) PostMoney

**8** *Wie viele Pakete wurden 2018 von der Post befördert?*

- A) 98 Millionen B) 138 Millionen C) 178 Millionen

**Lösungswort:**

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

Senden Sie uns das Lösungswort und gewinnen Sie ein Essen mit Roberto Cirillo.

**Postweg:** Post CH AG, Stichwort «Postquiz», 3024 Bern **SMS:** CHF 1.–/SMS. Senden Sie das Wort PQUD plus Lösungswort an 3113 (z. B. PQUD Briefmarke).

**Teilnahmeschluss:** 31. Januar 2020

**Wettbewerbsbedingungen:** siehe S. 28

**Auflage**  
Deutsche Ausgabe 1 278 735 Ex.  
Französische Ausgabe 518 442 Ex.  
Italienische Ausgabe 99 569 Ex.  
Total 1 896 746 Ex.

gedruckt in der schweiz

**Haben Sie Fragen oder Anregungen?**  
Kundendienst, Montag bis Freitag:  
7.30–18 Uhr, Samstag: 8–12 Uhr,  
Telefon: 0848 888 888  
kundendienst@post.ch



**RECYCLED**  
Papier aus  
Recyclingmaterial  
**FSC® C005019**

**Die „100 Jahre alte Krokodil-Lokomotive“ in 999/1000 Feinsilber!**

999/1000 Feinsilber!



1.

- ✓ Die 1/4-Silberunze Schweiz „100 Jahre alte Krokodil-Lokomotive“ in reinstem 999/1000 Feinsilber!
- ✓ Höchste Prägequalität: Polierte Platte!
- ✓ Über 80 % Rabatt! Sie bezahlen nur Fr. 10.- statt Fr. 59.90!

**Fr. 10.-**  
statt Fr. 59.90

**Die Goldmünze zum 250. Geburtstag von „Napoleon Bonaparte“!**

999/1000 Feingold!



2.

- ✓ Reines Gold: 1/100 Goldunze (0,311 g) in reinem 999/1000 Feingold!
- ✓ Höchste Prägequalität: Polierte Platte!
- ✓ Offizielles Zahlungsmittel! Der Geheimtipp unter Goldmünzen-Sammlern!

**Fr. 49.90**  
statt Fr. 99.90

**Jetzt Fr. 50.- sparen!**

**Ja**, bitte liefern Sie mir folgende Startausgaben und monatlich eine weitere Ausgabe aus der jeweiligen Sammlung unverbindlich zur Ansicht. Ich habe immer ein 14-tägiges Rückgaberecht! (Lieferung zzgl. Fr. 4.95 Versandkostenanteil – Porto, Verpackung, Versicherung)

- 1/4-Silberunze Schweiz „100 Jahre alte Krokodil-Lokomotive“** (999/1000 Feinsilber, Polierte Platte) für nur **Fr. 10.-** statt Fr. 59.90! (Nur 1x pro Kunde bestellbar!)
- Goldmünze „250. Geburtstag Napoleon Bonaparte“** (999/1000 Feingold, Polierte Platte, 1/100 Unze = 0,311 g) für nur **Fr. 49.90** statt Fr. 99.90!

Name  Vorname

Strasse/Nr.

PLZ/Ort

Es gelten unsere Datenschutzerklärungen und unsere AGB. Diese finden Sie auf [www.srh-ltd.ch](http://www.srh-ltd.ch)!

Unterschrift  qjw/bbd6 (1,2,3)

- Der letzte 1/2-Franken der Schweiz von 1967 in Silber GRATIS zu Ihrer Bestellung!**



**GRATIS!**

Bitte Adresse eintragen und einsenden an:

**Sir Rowland Hill AG**  
Hardhofstrasse 15 · 8424 Embrach ZH  
Fax: 044 865 70 85 · E-Mail: [service@srh-ltd.ch](mailto:service@srh-ltd.ch)

<http://krokodil.srh-coins.ch>

# MIT KOPF UND HERZ

**Die Post ist da. Für alle.**

60 000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter geben täglich alles für alle. So wie Zustellerin Renate Salvisberg, die es liebt, für die Menschen im lebhaften Berner Lorraine-Quartier da zu sein.

[post.ch/renate](https://post.ch/renate)



**DIE POST** 