



Xavier Koller, réalisateur «Dans les films, il faut raconter aux enfants des histoires émotionnelles qui ont de la substance.» Page 28

Shopping en ligne A présent, lors de vos achats sur Internet, choisissez où et quand faire livrer votre colis. Page 20

L'énigme de la Poste
Gagnez des prix alléchants! Page 31

Une Poste jeune

L'apprentissage à la Poste – attrayant et varié.

Page 8

LA POSTE

magazine

La Poste suisse bouge
Edition août 2013

JE VEUX LE SON SANS LE STRESS!

En ce moment seulement:
**payez 39.–
et recevez 50.–
de crédit**



Je recharge mon crédit iTunes® en toute simplicité avec l'App PostFinance.

Pour des jeux, de la musique, des films et bien plus. Avec l'App PostFinance, vous pouvez recharger votre crédit iTunes® directement depuis votre smartphone, en toute simplicité et avec des avantages à la clé. En ce moment, payez seulement CHF 39.– et recevez CHF 50.– de crédit (jusqu'à épuisement du stock). Plus d'informations sur

www.postfinance.ch/itunes



PostFinance 

Mieux accompagné.



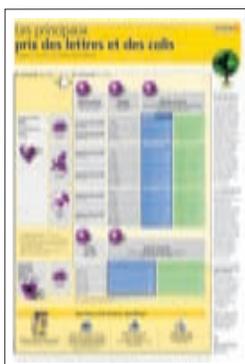
Claudia Iraoui
Rédactrice en chef

Editorial

Chère lectrice, cher lecteur

Qu'est-ce que je ferai quand je serai grand? Nous nous sommes tous posé cette question au moins une fois. Le choix d'une profession représente un tournant dans notre vie, mais aussi le passage à l'âge adulte. Petite, je rêvais de devenir électricienne. Aujourd'hui, je choisirais peut-être une formation à la Poste, tout comme les 750 jeunes venus de partout en Suisse, qui ont commencé le 1^{er} août une carrière chez le géant jaune. Avec plus de 2000 apprentis, la Poste est l'une des principales entreprises formatrices de Suisse. Pour l'apprenti en commerce de détail Andrea Frigerio, c'est clair: «Si c'était à refaire, je choisirais à nouveau la Poste». Notre Point de mire vous apprendra pourquoi (p. 8).

Pas besoin de diplôme universitaire pour faire de grandes choses, comme le confirme Xavier Koller. Mécanicien de précision de formation, il avait gagné un Oscar avec Voyage vers l'espoir. Pour le «magazine», il parle de son nouveau film sur l'enfance, qu'il présente au Zurich Film Festival (p. 28). Vous savez déjà ce que vous voulez et vous êtes passionné de technique? En page 6, jetez un coup d'œil sur les coulisses des centres courrier fortement automatisés, avec une visite guidée pour les amateurs!

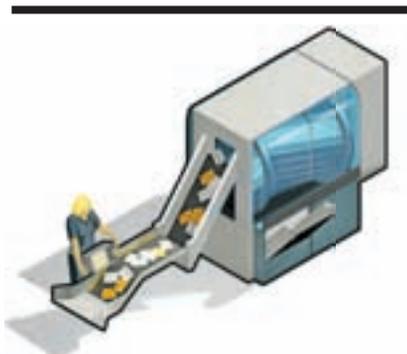


Le tableau des prix
P. 16



Griserie des sommets

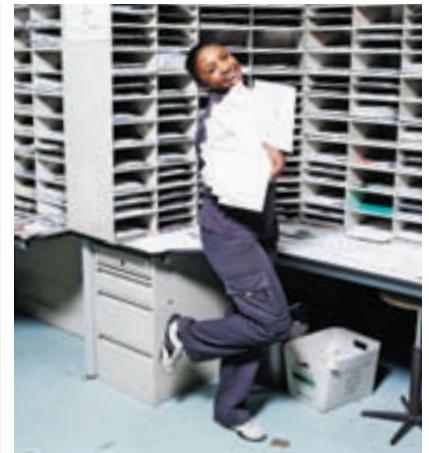
Les montagnes à vélo grâce à Bike PostaAlpina. P. 26



Centre courrier
Fonctionnement du traitement automatisé des lettres. P. 6



La factrice
Erika Scheidegger livre les journaux à Berne. P. 23



Point de mire
2000 apprentis – comment la Poste mise sur la jeunesse. P. 8

Conseiller financier
Quelle est la carte de crédit qui me convient? P. 22

Actualité

- 05 Le timbre/News
- 06 Au cœur d'un centre courrier
- 08 Point de mire
- 13 L'image du passé
- 13 La Poste est une SA

Service

- 15 E-tools/News
- 16 Le tableau des prix
- 19 Côté fenêtre
- 20 Colis 24h/24
- 22 Conseiller financier
- 23 La factrice

Dialogue

- 25 Le chiffre/News
- 26 Impressum
- 26 A vélo dans les Alpes
- 27 Calendrier des courses à pied
- 28 Entretien avec Xavier Koller
- 30 Voyage de lecteurs à Heidelberg



Chauffage extra-plat à accumulation de chaleur

30%

Demandez dès maintenant
notre catalogue
en couleurs

Le secret de
l'économie

● 9 - 11 cm d'épaisseur seulement !



Chauffage pratique, propre et économique

Un vrai chauffage avec noyau en terre réfractaire dynamique en chamotte. Faible consommation de courant, distribution de chaleur toujours constante. Tous les appareils sont agréés par les organismes de contrôle européens reconnus. Garantie longue durée.

ECONOMIQUE

- Réglage par thermostat
- économie d'énergie grâce à une technique de haut niveau
- long dégagement de chaleur, pas de soufflerie
- tarifs d'électricité avantageux

PROPRE

- bien-être grâce à un air sain
- ni suie, ni poussière
- pas de travaux de maçonnerie
- écologique
- ne nuit pas à l'environnement

PRATIQUE

- Chaleur agréable
- Une prise suffit. Allumer - c'est tout
- Facile à emporter lors d'un déménagement
- Chauffage sans entretien
- Simple utilisation grâce au thermostat

S'utilise comme chauffage central ou d'appoint et pour la demi-saison

Que ce soit pour maisons neuves, anciennes ou appartements, une des questions primordiales est celle du chauffage. Les périodes de chauffage devenant de plus en plus longues, il est important d'équiper les pièces de vie d'un système de chauffage économique, pratique et écologique. Faites confiance en notre expérience.

La nouvelle documentation est là! Demandez-la gratuitement de suite.

Envoyez ce coupon dès aujourd'hui!

Livraison départ usine uniquement

Nouveau catalogue WIBO-WERK

Libre Réponse • 8099 Zürich
Centre d'Information
Tél. 044/214 63 63 • Fax 044/214 65 19
E-Mail: katalog@wibo-werk.ch

Découpez ce coupon et postez-le avec votre adresse



Bon pour un catalogue en couleurs

T 30 CH1159

Postez cette carte dès aujourd'hui sans l'affranchir. Vous recevrez notre tout nouveau catalogue en couleurs sur les chauffages extra-plats; facilités de paiement. Gratuitement et sans aucune obligation !

Poster sans affranchir ou faxer de suite
044/214 65 19

Nom/Prénom

Réponse

Rue

Code postal

Ville

Tél. :

WIBO-WERK
Libre Réponse
8099 ZÜRICH -

Cochez si vous êtes intéressé :
 Documentation complète du fabricant sur les économies d'énergie et les offres promotionnelles.



Concours Facebook

Scan a Fan

Grâce à une campagne sur Facebook, la Poste cherche depuis juillet son plus grand fan: 50 finalistes ont été sélectionnés. A compter du 12 septembre, leurs portraits vont orner 15 000 boîtes aux lettres. Avec l'app «Scan a Fan», ils doivent être scannés le plus souvent possible. Les gagnants seront publiés en grand format dans toute la Suisse, sur les camions de la Poste, les cars postaux et les Postomat.

➔ www.poste.ch/le-plus-grand-fan



Concours

Memory CarPostal

CarPostal ne se contente pas de proposer 350 lignes touristiques pour profiter des lumières de fin d'été: la plate-forme MyPlus présente différentes offres avantageuses, comme des entrées gratuites de musées et un concours d'été Memory avec des prix d'une valeur totale de 20 000 francs.

➔ www.carpostal.ch/myplus

Egalité professionnelle

Une affaire d'hommes aussi

La Poste soutient les Women's Empowerment Principles (WEP), qui renforcent la position des femmes dans leur carrière professionnelle. Il y a peu, la Poste a accueilli une manifestation WEP à la PostFinance Arena. Le point fort des présentations et discussions avec d'autres entreprises était l'intégration des hommes dans la promotion de l'égalité des chances.

➔ www.unwomen.ch

Contrôle de la qualité

De bonnes notes

Les prestations sont de haute qualité, et les prescriptions de la Confédération sont surpassées en ce qui concerne l'accessibilité des offices de poste et les délais: c'est la conclusion de la nouvelle autorité de surveillance Post-Com dans son premier rapport d'activité pour 2012.

Actualité

Le timbre



Poule mouillée, grosse vache, sale porc ou mouton noir: le vocabulaire péjoratif fait souvent référence au monde animal. Mais attention: la langue populaire se trompe, et les animaux de ferme possèdent une étonnante intelligence. Si une poule trouve à manger, elle avertit ses congénères avec un ton différent selon le type de nourriture. Les vaches ont une bonne mémoire et interagissent de manière sociale. Les cochons peuvent se souvenir de certains symboles. Quant aux moutons, ils peuvent mémoriser 50 autres moutons. Avec ses timbres spéciaux, la graphiste Judith Brennwald rend hommage à nos animaux de ferme trop souvent sous-estimés.



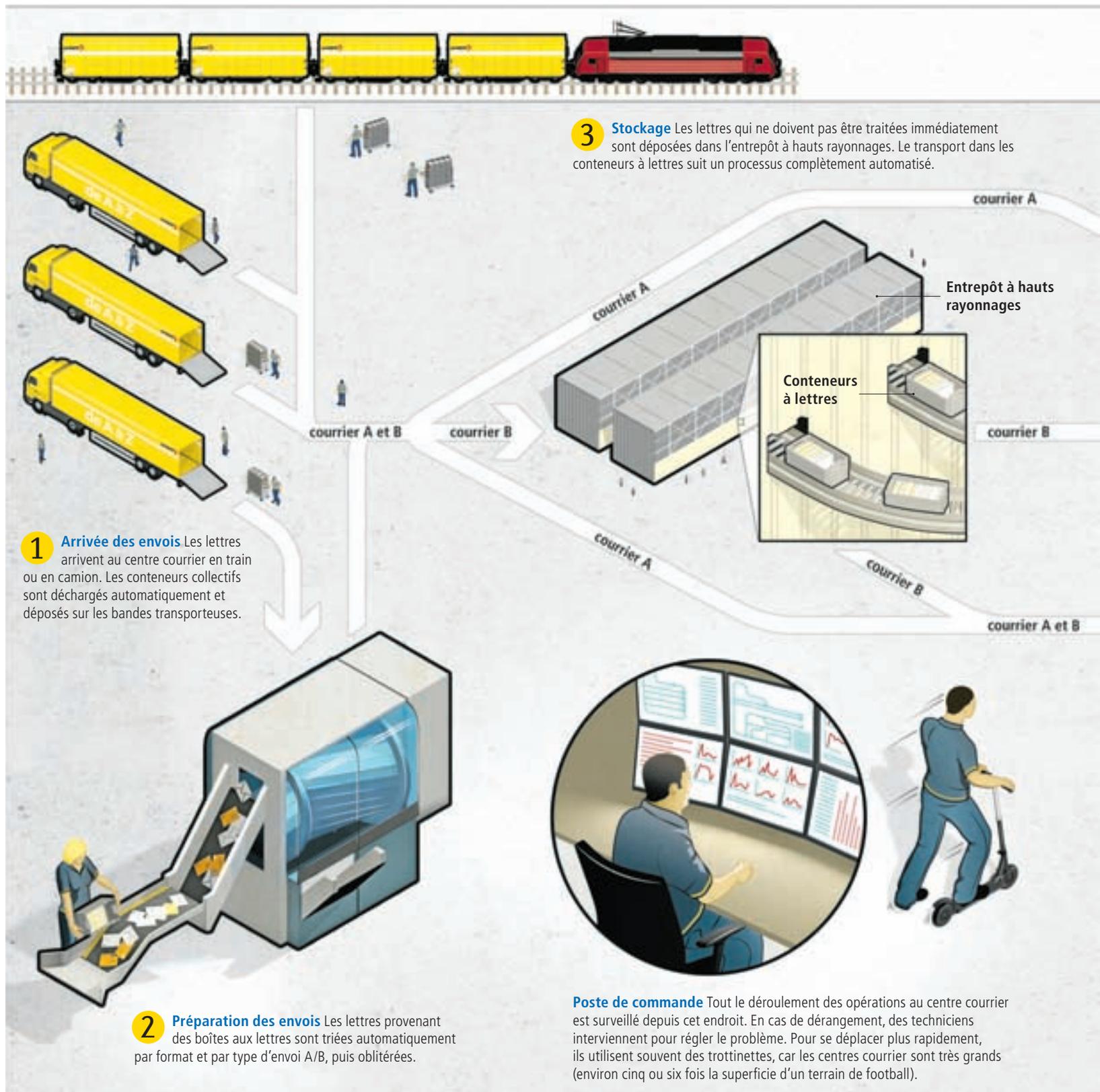
Timbres-poste disponibles dès le 5 septembre 2013 sur

➔ www.poste.ch/philashop

Au cœur d'un centre courrier

A la Poste, le mode de traitement du courrier est à la pointe du progrès. Ultra-automatisés, les centres courrier d'Eclépens, de Härkingen et de Zurich-Mülligen forment les points névralgiques du système. Voici les différentes étapes du traitement.

Infographie: Daniel Röttele



Trois grands centres courrier en Suisse
Emplacements des trois grands centres courrier de la Poste



Près de 4,2 milliards d'envois
Envois traités en 2012

Envois adressés



Envois sans adresse



Visites guidées

Souhaitez-vous découvrir l'un de nos centres courrier, à Eclépens, Härkingen ou Zurich-Mülligen? Ou préférez-vous visiter l'un de nos centres colis, à Daillens, Härkingen ou Frauenfeld?

Inscrivez-vous sur notre page Internet www.poste.ch/visiteguidee. Ces visites de groupe sont gratuites et durent environ deux heures.

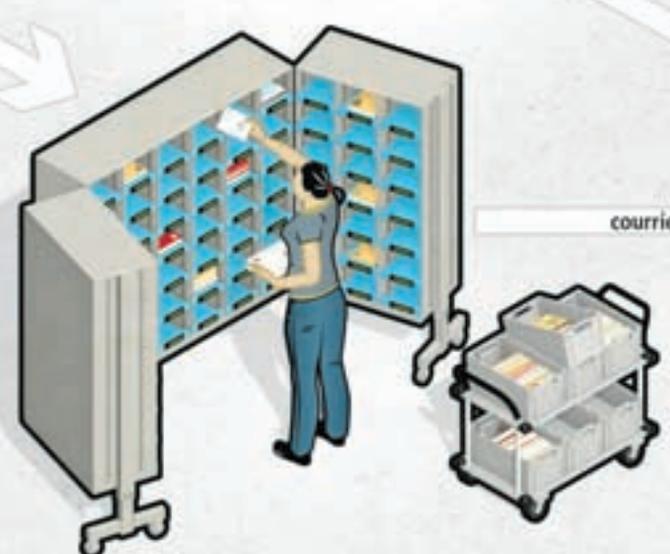


4 Tri automatique Les lettres de format normal (jusqu'à B5) sont triées par d'imposantes machines (30 000 lettres par heure). Celles-ci se chargent du tri jusqu'au niveau de la boîte aux lettres particulière. Les lettres plus grandes sont traitées par des machines spécifiques.



5 Saisie manuelle du NPA
Si un NPA ne peut pas être lu par la machine, sa photo est transmise à Sion ou à Coire pour vidéocodage. Elle apparaît directement sur l'écran des collaborateurs qui saisissent le NPA à la main, puis renvoient l'information au centre courrier. Ce processus dure moins de 8 secondes.

8 Départ des envois Les lettres quittent le centre courrier. Entre les grands centres courrier, elles sont transportées en train. Le reste est acheminé par la route.



6 Tri manuel Les lettres qui ne peuvent pas être prises en charge par la machine de tri (lettres volumineuses, lettres plastifiées, certaines enveloppes colorées) sont triées manuellement. Les lettres abîmées ou celles dont l'adresse du destinataire est incomplète sont envoyées à la «clinique des lettres».



7 Commissionnement Tout est à nouveau rassemblé lors de l'étape de commissionnement. Des robots déposent, dans les conteneurs collectifs destinés aux différents offices de distribution, les conteneurs à lettres provenant des tris manuel et automatique, ainsi que les autres envois (par exemple, les envois sans adresse).



**De bons postes
pour les jeunes**

Apprentissage: gestionnaire de commerce de détail
Nombre d'apprentis: 865
Durée: 3 ans
Lieu: offices de poste dans toute la Suisse

Andrea Frigerio, 17 ans, Ligornetto

«Dans un office de poste, nous vendons plein de produits et de prestations qui n'ont pas forcément de rapport avec le trafic postal, comme les prestations financières ou les produits ayant trait à la télécommunication. Cela pourrait être un avantage lorsque je chercherai un emploi après l'apprentissage. Si c'était à refaire, je choisirais à nouveau la Poste comme formatrice.»



De l'informatique à la logistique, en passant par l'apprentissage de commerce et la communication, la Poste offre une vaste palette de métiers aux jeunes en fin de scolarité. Elle compte parmi les entreprises formatrices les plus grandes – et les plus prisées – de Suisse.

Texte: Lea Freiburghaus; photos: Basil Stücheli

Céline rêve de travailler dans la vente. Fabian, lui, veut à tout prix devenir logisticien. Ce sont deux des 750 jeunes qui ont commencé leur apprentissage début août à la Poste. Dans quelques années, ce seront des professionnels sollicités. Outre les formations dans la vente et la logistique, la Poste propose aussi des places d'apprentissage dans la communication, les branches commerciales, l'informatique et la maintenance (voir graphique en page 12). De plus, les jeunes titulaires d'une maturité gymnasiale peuvent entreprendre un stage commercial pratique d'un an ou un apprentissage en informatique abrégé auprès du géant jaune. Les stages commerciaux sont également ouverts aux diplômés de l'école de commerce.

Nouveaux domaines d'activité

La Poste forme actuellement plus de 2000 jeunes, tendance à la hausse depuis 2006. Elle est ainsi une des plus grandes entreprises formatrices de Suisse. «Beaucoup de nos collaborateurs iront à la retraite dans les prochaines années, nous avons donc besoin d'une relève qualifiée», affirme Pierre Marville, responsable de la formation professionnelle. «Sans compter que les jeunes, avec

La Poste forme plus de 2000 jeunes, tendance à la hausse depuis 2006.

leurs idées fraîches et leur insouciance, sont une richesse pour notre entreprise. Et, dès le début de leur formation, ils contribuent de manière significative à son succès.» Un des objectifs principaux de la formation est de pousser les jeunes à travailler de manière autonome le plus tôt possible. «Nous leur confions tout de suite des tâches qui ont une utilité, afin qu'ils puissent relever des défis qui les fassent grandir.»

Depuis 1996, la formation de monopole de la Poste a été remplacée par des formations professionnelles sanctionnées par un certificat fédéral de capacité (CFC) ou une attestation (AFP). Ainsi, le facteur lettres est devenu un logisticien CFC. Contrairement au facteur d'autrefois, celui-ci peut travailler dans toutes les entreprises de logistique, et pas qu'à la Poste. Les formations évoluent continuellement: l'exemple le plus récent est l'apprentissage de conducteur de camion, devenu dès cet été apprentissage de conducteur de véhicules lourds. Mais il arrive >

Apprentissage: logisticien(ne) CFC

Distribution

Nombre d'apprentis: 561

Durée: 3 ans

Lieu: places d'apprentissage dans toute la Suisse

Vanessa Sanches, 19 ans, Yverdon >

«J'ai fait un stage à la Poste et le métier de la distribution m'a tout de suite enchantée. Sur mon scooter, je me sens libre et indépendante. J'apprécie le contact avec les clients: ils nous remercient souvent et nous recevons même des cadeaux pour Noël. J'aimerais rester à la Poste après mon apprentissage.»

> aussi que des métiers nouveaux voient le jour. «Dès que nous constatons qu'un domaine d'activité de l'entreprise offre une possibilité d'apprentissage, nous mettons tout en œuvre pour introduire la formation professionnelle correspondante», explique Pierre Marville. Ainsi, début août, le Service à la clientèle a accueilli à Fribourg les quatre premiers apprentis agents relation client.

Des conditions-cadres attrayantes

Les places d'apprentissage à la Poste sont très prisées chez les jeunes. Plus de 10 000 jeunes en fin de scolarité se sont portés candidats l'année dernière pour les quelques 750 places disponibles. «La Poste est synonyme de qualité: cela ne vaut pas que pour

Après leur formation, 80 à 90% des apprentis restent à la Poste.

nos produits et prestations, mais aussi pour la formation professionnelle», affirme le responsable du personnel Yves-André Jeandupeux. La popularité de l'apprentissage à la Poste s'explique par les innombrables avantages qu'il offre. Outre la qualité confirmée de la formation, citons par exemple l'abonnement général, sept semaines de vacances, une prime non-fumeur, une semaine d'introduction ainsi que plusieurs semaines thématiques au cours de l'apprentissage. Et, s'agissant d'une grande entreprise, les apprentis sont en général employés dans des domaines, des services ou même des régions linguistiques très variés. Enfin, depuis 2008, les futurs gestionnaires de commerce de détail ont l'occasion unique d'effectuer leurs deuxième et troisième années dans l'un >





Apprentissage: informaticien(ne)

Nombre d'apprentis: 80

Durée: 4 ans

Lieu: Bellinzone, Berne, Lucerne, Zofingue, Zurich, Neuchâtel

Angela Herren, 19 ans, Wichtrach (BE)

«J'ai choisi l'apprentissage d'informaticienne à la Poste, car j'aimerais acquérir le savoir-faire et les capacités pour réussir sur le marché du travail par la suite. J'aime beaucoup travailler à la Poste et je suis déjà en mesure d'effectuer les tâches les plus diverses dans le domaine de la réparation du matériel, de la conception et de la programmation.»

v

Apprentissage: conducteur/trice de camion

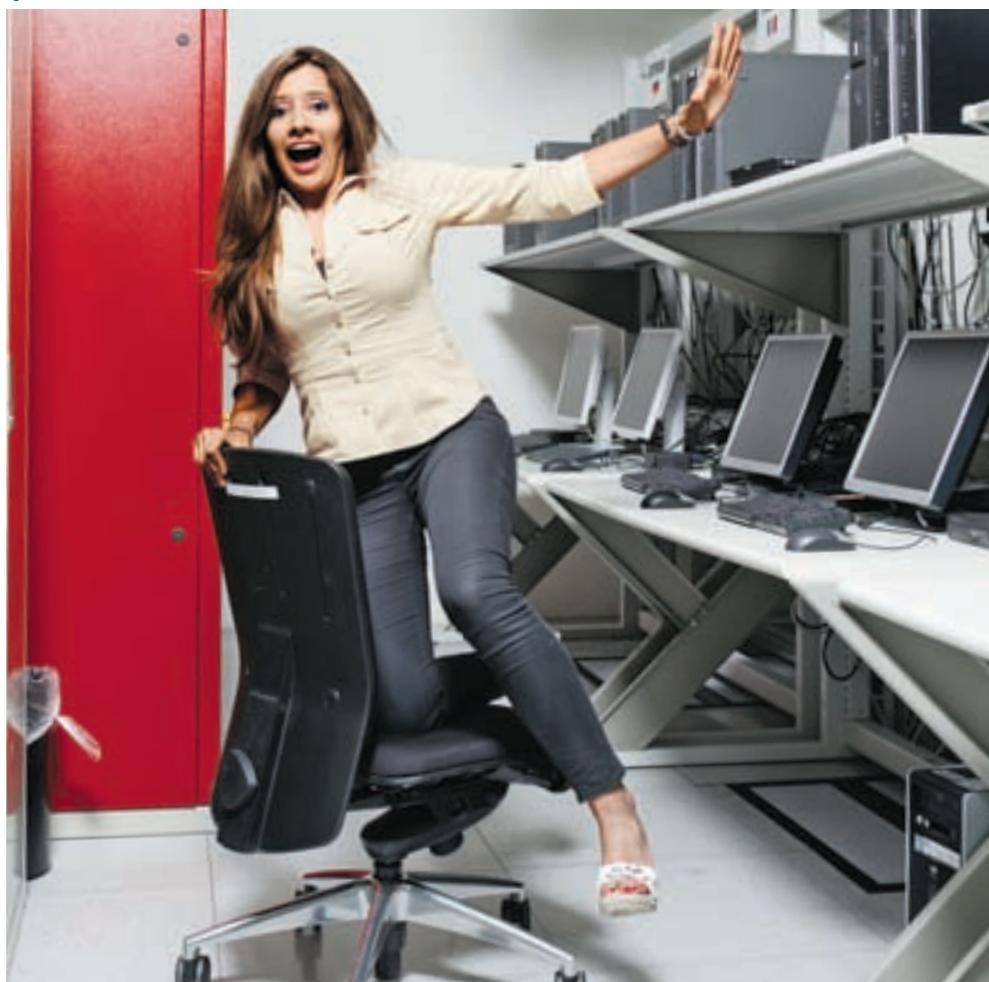
Nombre d'apprentis: 29

Durée: 3 ans

Lieu: Bâle, Berne, Bienne, Härkingen, Lucerne, Mägenwil, Zurich

< Manuel Manser, 18 ans, Bâle

«Tout petit déjà, j'étais intéressé par la Poste. Après le stage d'orientation, c'est devenu évident que je voulais y faire mon apprentissage. La Poste offre d'excellentes conditions: le top du top, c'est l'AG pour tous les apprentis! A la fin de ma formation, cet été, j'aurai la possibilité de travailler un an de plus dans mon domaine et de compléter mes expériences dans un autre lieu.»



«Nous encourageons l'autonomie et le sens de l'initiative.»

Pierre Marville, responsable de la formation professionnelle, répond à cinq questions sur les places d'apprentissage à la Poste et sur les enjeux pour l'avenir.

1. Quel apprentissage a le plus de succès à la Poste?

D'après le nombre des candidatures par place d'apprentissage, c'est la formation d'employé(e) de commerce qui suscite le plus d'intérêt, suivie de près par celle d'informaticien(ne).

2. A quel aspect de la formation professionnelle la Poste tient-elle particulièrement?

Notre objectif est de préparer de manière idéale les jeunes à entrer dans le monde du travail. Au-delà des exigences spécifiques à leur métier, il est important qu'ils soient autonomes et qu'ils développent leur sens de l'initiative.

3. La Poste arrive-t-elle toujours à pourvoir les places d'apprentissage?

Jusqu'ici, nous n'avons guère de problèmes de ce point de vue. Nous constatons néanmoins une baisse des candidatures dans certaines régions et pour des métiers spécifiques.

4. Remarquez-vous un plus grand nombre d'abandons qu'auparavant?

Rien ne confirme cette statistique chez nous, ni d'ailleurs la théorie selon laquelle les jeunes d'aujourd'hui seraient moins enclins à travailler qu'auparavant.

5. Quels sont les principaux enjeux pour l'avenir?

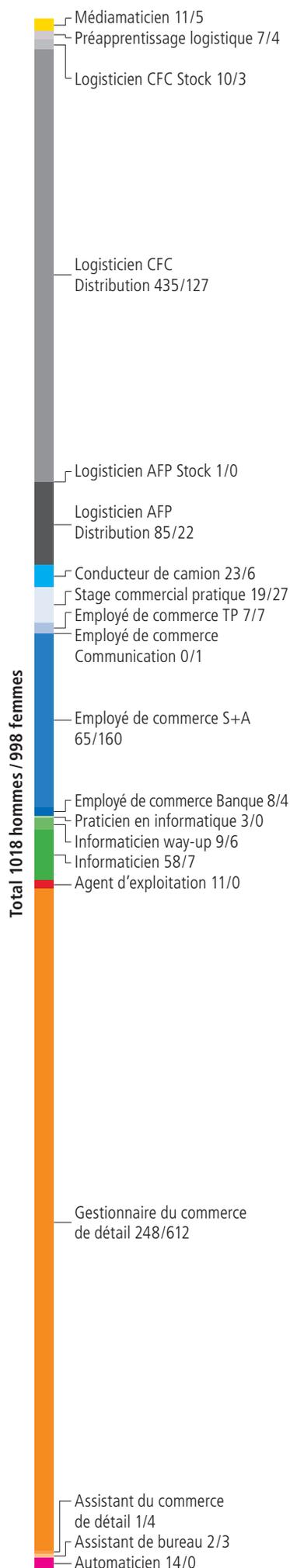
Le nombre de jeunes en fin de scolarité va encore baisser d'ici 2018. Il s'ensuit une concurrence accrue entre les entreprises formatrices qui veulent pourvoir leurs places d'apprentissage. Il n'est pas exclu que nous ayons à renforcer nos mesures de marketing à l'avenir. Un autre défi consiste à pouvoir garder nos apprentis dans l'entreprise après les avoir formés.

**Un apprentissage en jaune vous tente?
Postulez maintenant pour une des 750 places pour l'été 2014!**



Plus d'informations sur l'offre de la Poste et sur la candidature
➔ www.poste.ch/apprentissage.

En formation à la Poste Etat au 11.06.2013 (hommes/femmes)



Apprentissage: automaticien(ne)

Nombre d'apprentis: 14

Durée: 4 ans

Lieu: Yverdon, Dailens, Langenthal, Härkingen, Altstetten, Mülligen

Severin Gschwend, 19 ans, Glattfelden

«Mon père a travaillé à la Poste, je l'ai donc suivi. L'apprentissage d'automaticien me plaît beaucoup, parce que j'ai pu assumer des responsabilités très tôt et que je ne fais jamais deux fois exactement la même chose. C'est à la fois très instructif et varié. En plus, je profite de sept semaines de vacances et la Poste verse un bon salaire aux apprentis.»



> des huit offices de poste d'apprentis. Suivis et accompagnés par deux coaches, les apprentis gèrent ainsi un office de poste de manière autonome. C'est le cas d'Andrea Frigerio, gestionnaire de commerce de détail en troisième année: «Travailler dans un office de poste d'apprentis ou dans un office normal est tout autre chose: nous avons plus de responsabilités, mais vu que nous avons tous le même âge, nous nous comprenons très bien et nous nous aidons autant que possible.»

Bonne qualité de formation, taux de réussite élevé

La qualité de l'apprentissage auprès de la Poste se reflète également dans le taux de réussite: en 2013, 98% des apprentis ont réussi leur examen final. Aujourd'hui, contrairement à il y a quelques années, un emploi n'est plus garanti à la fin de la formation. La Poste garde néanmoins entre 80 et 90% des jeunes ayant fini l'apprentissage et qui sont intéressés par un poste au sein de l'entreprise. Et les autres? «Nos apprentis ont les meilleures chances sur le marché du travail, même en dehors de la Poste», garantit Pierre Marville.

L'image du passé

1935



La levée – un «sport urbain»

Il n'est pas exclu que ce facteur à vélo en soit déjà à sa deuxième ou à sa troisième tournée de levée des boîtes aux lettres du jour. Avec sa clé, il ouvre la boîte, en sort le courrier et le glisse dans son sac. Après avoir changé la plaquette indiquant l'heure de la prochaine levée, il retourne à l'office de poste. Longtemps avant l'introduction des courriers A et B, les envois étaient affranchis en fonction du type et du contenu: lettres, cartes, imprimés, échantillons de marchandises, etc. Mais aujourd'hui encore, tout comme en 1935, les facteurs vident toujours les boîtes aux lettres à la main. Hormis dans les offices de poste, cette opération est effectuée une fois par jour. Et comme autrefois, les collaborateurs chargés de la levée respectent toujours l'environnement, mais roulent plus rarement à vélo: souvent, ils utilisent un scooter électrique. De même, il n'ont plus besoin de changer la plaquette des heures de levée: toutes les heures de levée et d'autres informations importantes pour les clients sont clairement visibles sur les modèles actuels des boîtes jaunes. HF

La Poste est une SA

Depuis sa fondation, la Poste a continuellement évolué pour se moderniser. Elle a changé et s'est adaptée à la société pour rester compétitive. Le 26 juin 2013, elle a franchi une étape importante sur son chemin vers l'avenir: elle est devenue une société anonyme (SA). A la même date, PostFinance a changé sa forme juridique et s'est transformée en SA. Pour les clients, cela n'entraîne pas de changements. Grâce à cette transformation, la Poste s'est toutefois dotée de structures modernes pour remplir ses nombreuses missions.

Les principales étapes de la Poste



1849

Fondation de la Poste fédérale

La Poste suisse est fondée le 1^{er} janvier 1849 en tant que Poste fédérale.

Elle est responsable du transport de lettres, de colis, de personnes et des transferts d'argent.



1920

Fondation des PTT

Les administrations de la poste, des télégraphes et des téléphones sont désormais soumises à une direction commune. Jusqu'en 1928, elles se

développent ensemble pour devenir les PTT.



1939

La Poste devient jaune

La direction générale des PTT décide qu'en plus des véhicules

postaux, les boîtes aux lettres et les distributeurs de timbres doivent revêtir le désormais fameux «jaune Poste», sa couleur distinctive.



1998

La Poste Suisse

Les PTT se scindent en La Poste Suisse et Swisscom. La Poste est à présent un établissement

de droit public dont la Confédération est propriétaire.



2013

La Poste Suisse SA

La Poste Suisse et PostFinance deviennent des sociétés anonymes dont la Confédération est propriétaire. Ainsi,

elles reçoivent les structures modernes nécessaires à leur développement futur.

Tout est plus facile avec la Poste. Egalement les colis en retour.

Avec pick@home, nous prenons en charge les retours directement à votre domicile ou à une autre adresse de votre choix. Les achats en ligne deviennent ainsi encore plus facile et plus pratique. Vous saisissez votre ordre de prise en charge directement sur le site Internet de la boutique en ligne ou sur poste.ch avec votre «Login Poste». Nous prenons en charge le colis prêt à l'envoi au jour désiré et à l'adresse indiquée.

Plus d'informations: www.poste.ch/my-pickathome



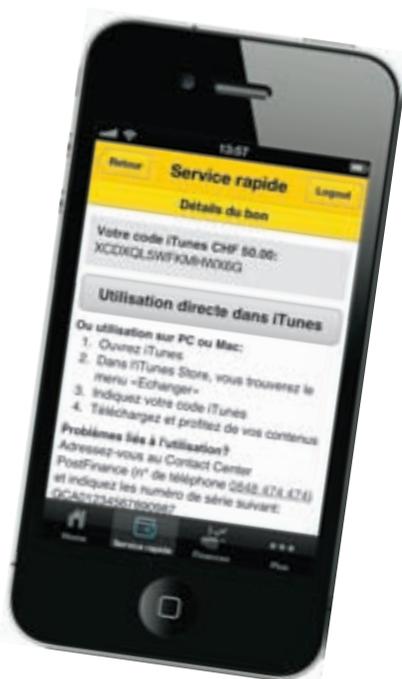
Les asperges du Mexique
mettent-elles de
l'exotisme dans votre vie?

Vivre conscient pour vivre heureux:
wwf.ch/experience-du-bonheur



Service

E-tools



Et si vous pouviez recharger, via votre smartphone, du crédit iTunes® en toute simplicité et en disposer sans attendre? Depuis peu, c'est possible sans carte de crédit grâce à la PostFinance App. Pour pouvoir bénéficier de ce service, vous avez besoin d'un compte privé, de la PostFinance App et d'un compte iTunes.

Ouvrez PostFinance App et procédez comme suit:

- Ouvrez le service rapide, puis cliquez sur «Acheter des bons».
- Rechargez votre crédit. Sélectionnez iTunes comme prestataire et saisissez le montant souhaité.
- Utilisez le crédit. Cliquez sur «Utilisation directe dans iTunes». L'iTunes Store s'ouvre automatiquement.

A ne pas manquer!

Du 12 août au 1^{er} septembre inclus, vous recevez des crédits **d'une valeur de CHF 50.– pour seulement CHF 39.–**, pour la PostFinance App sur iTunes (offre dans la limite des quantités disponibles).



Vous trouverez ici des informations sur ce thème

➔ www.postfinance.ch/itunes



Enveloppes à remboursement d'air

Le bon emballage

Les enveloppes à remboursement d'air sont idéales pour l'envoi de clés, de CD, de clés USB et de tout autre objet nécessitant une protection particulière. Vous évitez ainsi que vos affaires se perdent ou soient endommagées. Depuis peu, vous pouvez aussi vous procurer des enveloppes à remboursement d'air préaffranchies dans les offices de poste.

➔ www.postshop.ch

Sur mesure

Publicité sur mesure

Vous souhaitez obtenir des informations sur les nouveaux produits, actions et offres spéciales qui concernent vos loisirs et vos passions? Il vous suffit d'informer la Poste de vos centres d'intérêt. Vous recevrez ainsi plus de publicité correspondant à vos goûts. Inscrivez-vous maintenant et participez à notre tirage au sort.

➔ www.poste.ch/publicite-sur-mesure

Service spécial

Cécogrammes

Chaque année, le 15 octobre, a lieu la Journée de la Canne Blanche, dont le but est de sensibiliser la population aux besoins des personnes aveugles. Toute l'année, la Poste transporte gratuitement les cécogrammes jusqu'à 7 kg pour le compte des personnes aveugles.

➔ www.canne-blanche.ch

Application CarPostal

Itinéraire porte à porte

Vous avez une adresse, mais vous ignorez le nom de l'arrêt le plus proche géographiquement? Depuis peu, l'application CarPostal prend également en compte les adresses postales comme lieux de départ et d'arrivée. Avantage: l'itinéraire inclut aussi les parcours à pied jusqu'au lieu d'arrivée.

➔ www.carpostal.ch/mobile-app

Les principaux prix des lettres et des colis



Envois «pro clima»

Au guichet postal

Si vous souhaitez que vos envois soient expédiés de manière climatiquement neutre, optez pour «pro clima» au guichet. Vous paierez alors un modique supplément à partir de 5 centimes. La Poste investit tous ces suppléments dans des projets de protection du climat ambitieux en Suisse et à l'étranger. Le label «pro clima» sera bien visible pour votre destinataire. Depuis le 1^{er} avril 2012, la Poste expédie tout le courrier national sans impact pour le climat et prend en charge les coûts liés à la compensation des émissions de CO₂.

www.poste.ch/carbone-neutre

Avec WebStamp easy

Ceux qui créent et impriment eux-mêmes des timbres sur www.poste.ch/webstamp avec propre image ou logo, peuvent aussi utiliser l'offre «pro clima» pour des colis ou lettres vers l'étranger: il suffit d'un clic pour que le label «pro clima» sur vos envois témoigne de votre engagement en faveur de l'environnement. La Poste prend en charge le supplément «pro clima» pour le courrier national.

www.poste.ch/webstamp-easy

Frais de port

Calculateur d'expédition mobile

Vous souhaitez calculer le prix de vos lettres et de vos colis pour la Suisse ou l'étranger? Entrez simplement l'adresse www.poste.ch/calculateur-expedition dans le navigateur de votre smartphone.

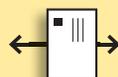
Nouveau: le calculateur d'expédition mobile est maintenant disponible aussi dans la Post-App pour iPhone et Android.



Vous trouverez d'autres infos sur la Poste sur le site Internet

www.poste.ch

Format B4 35,3 x 25 cm



jusqu'au format B4/B5 et max.
2 cm d'épaisseur et max.
1000 g



- 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 12 heures en général, jusqu'à 16 heures dans plus de 200 offices de poste
- www.poste.ch/postpac-priority

Dimensions maximales
Poids: 30 kg
Format: 60 x 60 x 100 cm



Format B5 25 x 17,6 cm

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?
------------------------------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------

jusqu'au format B5 25 x 17,6 cm	1-100 g 101-250 g	2 à 3 jours ouvrables ²		
		Courrier A	Courrier B	.85
jusqu'au format B4 35,3 x 25 cm	1-500 g 501-1000 g	Courrier A	Courrier B	1.80
		Courrier A	Courrier B	3.60
jusqu'au format B5 25 x 17,6 cm	1-20 g 21-50 g 51-100 g	PRIORITY	ECONOMY	1.30
		PRIORITY	ECONOMY	2.20
		PRIORITY	ECONOMY	2.90
jusqu'au format B4 35,3 x 25 cm	1-100 g 101-250 g 251-500 g 501-1000 g	PRIORITY	ECONOMY	3.80
		PRIORITY	ECONOMY	4.90
		PRIORITY	ECONOMY	8.50
		PRIORITY	ECONOMY	10.50
jusqu'au format B5 25 x 17,6 cm	1-20 g 21-50 g 51-100 g	PRIORITY	ECONOMY	1.60
		PRIORITY	ECONOMY	2.80
		PRIORITY	ECONOMY	3.60
jusqu'au format B4 35,3 x 25 cm	1-100 g 101-250 g 251-500 g 501-1000 g	PRIORITY	ECONOMY	4.20
		PRIORITY	ECONOMY	6.30
		PRIORITY	ECONOMY	9.50
		PRIORITY	ECONOMY	15.

1. Poids Combien pèse mon colis?	2. Durée et prix Quand mon colis doit-il parvenir à son destinataire? Comment dois-je l'affranchir?
-------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------

	Lendemain ^{4,5} PostPac Priority		Surlendemain ⁴ 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.		

Les prix des colis pour l'étranger figurent sur le site www.poste.ch/calculateur-expedition

Que faire si j'ai d'autres questions?



Brochure

D'autres renseignements sont donnés dans notre brochure d'information.

www.poste.ch/la-poste-pour-vous



Achat de timbres-poste

À la Poste, à un kiosque, chez Naville, Relay, Press & Web ou Newscafé ou sur le site Internet de la Poste.

www.poste.ch/timbres-poste
www.poste.ch/clienteleprivée



Office de poste

Vous trouverez les réponses à l'office de poste le plus proche.



0848 888 888

Votre office de poste téléphonique.

L'AIL

Aliment Miracle de la Nature?

Pourquoi bourrer son corps d'ail?

Cet aliment miracle freine la croissance de tumeurs, réduit les conséquences du cancer du sein, l'emporte sur la pénicilline dans le combat contre 8 types de bactéries résistant aux antibiotiques, aide dans la prévention des attaques ET protège les patients victimes d'une crise cardiaque contre l'éventualité d'une deuxième crise!

L'ail abonde de plus de 200 vitamines et minéraux, tels que calcium, potassium, fer et zinc et de l'agent anticancéreux, le selenium!

Dans «Le Livre de l'Ail», Emily Thaker, auteur de livres sur la santé a recueilli des centaines de recettes et remèdes à base d'ail. Découvrez comment le miel, le vinaigre et d'autres ingrédients naturels s'allient à l'ail pour aider à soulager les douleurs rhumatismales et l'arthrite, mettre un frein à l'appétit, diminuer l'emprise du stress, faire baisser le taux de cholestérol, accélérer la circulation du sang, soulager les douleurs musculaires et articulaires.

Vous y trouverez des remèdes éprouvés qui servent à réduire l'hypertension artérielle, enlever des verrues, soulager les maux de dents et oreilles, qui aident dans la prévention des ulcères, de la diarrhée, des indigestions, des douleurs abdominales, de la constipation; qui allègent la fatigue, calment les hémorroïdes, rendent le sang plus fluide, guérissent du rhume et des symptômes de la grippe, font tomber la fièvre, ainsi que de nombreux autres remèdes.

Apprenez comment vous débarrasser de «son odeur et de son piquant» et comment le fait de le faire cuire, rôtir ou frire affecte ses propriétés thérapeutiques.

Découvrez comment utiliser l'ail sous forme de poudre, de pilule, d'essence ou en gousse fraîche, ainsi que les dangers que cette plante présente.

Prenez plaisir à lire les anciens mythes et légendes de l'ail et quel a été son rôle dans l'histoire des athlètes grecs, des esclaves égyptiens, des soldats britanniques et bien d'autres.

Pour commander votre exemplaire du «Livre de l'Ail», il vous suffit de remplir le coupon ci-contre. Les stocks sont limités, commandez donc dès aujourd'hui.

Nos grands-mères avaient toujours à portée de main une boîte de bicarbonate de soude. Produit à usages multiples, elles le considéraient comme sûr et très efficace. La précieuse poudre blanche était utilisée pour laver les fruits et légumes, on en prenait une dose en cas de digestion difficile ou d'aigreurs d'estomac. Idéale pour nettoyer la cuisine et la salle de bains, pour désinfecter les vêtements et les affaires de bébé, on en mettait aussi un peu dans l'eau de la machine à laver pour combattre le calcaire. C'est pourquoi Vicki Lansky, auteure américaine de nombreux ouvrages pratiques, vous fait redécouvrir un produit extraordinaire et 100% écologique dans un recueil qui recense plus de 500 conseils et préparations traditionnelles qui ont fait leurs preuves. Des recettes faciles qui vous apprendront comment mélanger du bicarbonate de soude avec d'autres ingrédients courants tels que : vinaigre, lait, miel, farine, cendre etc. Tout pour vous soulager, nettoyer et désodoriser la maison, le linge, la cuisine, la salle de bains, le garage, les animaux domestiques et bien plus encore. Vous allez découvrir qu'un peu de bicarbonate de soude additionné d'une goutte de ceci et d'une cuillère de cela peut

• Apaiser un coup de soleil
• Supprimer la mauvaise haleine
• Soulager les brûlures d'estomac et faciliter la digestion
• Soulager les aphtes, les maux de gorge, les piqûres d'insectes
• Eliminer les croûtes de lait
• Déboucher les canalisations
• Nettoyer l'argenterie
• Prolonger la vie des fleurs coupées

Vous découvrirez que le bicarbonate est un désodorisant super efficace. Vous apprendrez

- Absorber les mauvaises odeurs
- Rendre les dents plus blanches

- Apaiser un coup de soleil
- Supprimer la mauvaise haleine
- Soulager les brûlures d'estomac et faciliter la digestion
- Soulager les aphtes, les maux de gorge, les piqûres d'insectes
- Eliminer les croûtes de lait
- Déboucher les canalisations
- Nettoyer l'argenterie
- Prolonger la vie des fleurs coupées

Vous découvrirez que le bicarbonate est un désodorisant super efficace. Vous apprendrez

Le bicarbonate de soude peut servir à QUOI ?

des recettes faciles à base de bicarbonate de soude et d'ingrédients courants pour :

- Nettoyer une casserole qui a le fond brûlé
- Amuser les enfants en fabriquant un mini volcan
- Défaire facilement les nœuds trop serrés
- Faire disparaître les taches de rouille

Vous apprendrez que le bicarbonate de soude est pur, efficace et sans danger pour l'environnement. En prime il est 100% naturel. Et vous allez même faire des économies ! Le

livre « Les innombrables vertus du bicarbonate de soude » vous fascinera avec plus de 500 façons d'améliorer votre vie quotidienne de manière simple et bon marché. Découvrez comment :

- Supprimer les odeurs de fumée, de transpiration, de pipi, de vomi
- Eloigner les insectes indésirables
- Donner de l'éclat au linge
- Fabriquer de la pâte à modeler
- Eliminer les insectes collés sur la carrosserie
 - Prendre un bain relaxant
 - Régler le PH de votre piscine ou de votre jacuzzi
 - Nettoyer les taches de vin
 - Supprimer les taches sur les meubles en bois
 - Soulager les démangeaisons
 - Traiter les champignons entre les orteils (pied d'athlète)
 - Fabriquer une boisson reminéralisante

- Eliminer les boutons disgracieux sur le visage

Après avoir lu cet ouvrage unique vous vous direz : **Y a-t-il une chose pour laquelle le bicarbonate n'est pas bon ?**

Pour recevoir votre exemplaire du livre « Les innombrables vertus du bicarbonate de soude », veuillez remplir le bon ci-dessous. Vous serez encore plus rapidement servi en commandant par téléphone.

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

Bon à retourner à Body Best

Body Best GmbH – 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 « Les innombrables vertus du bicarbonate de soude » au prix de Fr. 39.- pour 1 exemplaire (+ Fr. 6.95 de participation aux frais de port et d'assurance)

_____ exemplaire(s) de « Le Livre de l'Ail » au prix de Fr. 39.- pour 1 exemplaire (+ Fr. 6.95 de participation aux frais de port et d'assurance)

Economisez Fr. 19.-! Commandez deux livres de votre choix pour seulement Fr. 59.- (+ Fr. 6.95 de participation aux frais de port et d'assurance)

Droit de restitution de 30 jours.

Nom/Prenom: _____

Adresse: _____

NPA/Localité: _____

Email: _____

Tel: _____

Date de naissance _____

EN PRIME GRATUITEMENT

Répondez vite et vous recevrez GRATUITEMENT un exemplaire de la brochure «La santé et la forme jusqu'à un âge avancé» Les stocks sont limités. Passez commande dès aujourd'hui.

Côté fenêtre

Weissenstein En route avec Mario Flury



Mario Flury, 44 ans, conduit un car postal depuis 20 ans.

Voilà 90 ans que nous nous engageons pour desservir la région Weissenstein-Balmberg avec les TP; une longue et riche aventure que je suis aujourd'hui la quatrième génération à poursuivre, avec une équipe fantastique. Nos routes postales de montagne sont très sinueuses, la déclivité atteint parfois jusqu'à 22% et l'on retient son souffle avant les nombreux virages. C'est là que le cor postal entre en jeu, et il ne réjouit pas que les plus petits. Cela réveille en effet de bons souvenirs chez de nombreux passagers. Cette région, dont nous sommes les ambassadeurs, me tient particulièrement à cœur; les forêts et les hauts pâturages, les gorges sauvages et romantiques et les divers points de vue contribuent, avec le jardin du Jura et le sentier des planètes, à offrir des expériences incomparables. Parfois, de manière inattendue, un animal sauvage croise notre route, il arrive même que ce soit un lynx. Je fais alors une courte pause et profite de l'instant avec mes hôtes. RH



Moyennant une faible dépense, le visiteur peut profiter d'une vue grandiose sur les Alpes bernoises à partir de la terrasse de l'établissement de cure de Weissenstein. Un moment qui n'a pas de prix.



Sommet de l'Hasenmatt: depuis la terrasse, presque la porte à côté.



Le chemin part de l'établissement de cure et descend par la forêt «Goiferlätsch»; le panorama sur la vallée de l'Aar et sur les Alpes bernoises est à couper le souffle.



Course 40.013
Oberdorf SO – Weissenstein



Informations et offres supplémentaires relatives à CarPostal disponibles sur www.carpostal.ch, web code 10651.



La chapelle de Bruder Klaus, dans la forêt, est idéale pour une petite pause.



Le long du sentier des planètes, Saturne est à une demi-heure de marche.



Un magnifique chemin permet de monter de Nesselboden à Balmfluhchöpfli.

Colis 24h/24

Les clients qui effectuent leurs achats en ligne peuvent maintenant choisir le moment et le lieu de la distribution ou de la prise en charge, et ce grâce à quatre nouveaux services de la Poste.

Texte: Michael Krobath



Distribution le soir et Distribution le samedi

Vous êtes absents toute la journée?
Nous venons aussi le soir

Vous êtes au travail et il n'y a personne chez vous pour réceptionner vos colis? A partir de maintenant, ce n'est plus un problème. La Poste adapte ses prestations au style de vie des destinataires, et distribue les colis lorsque ces derniers sont réellement à la maison: le soir entre 17 et 20 heures et le same-

di toute la journée. Sur demande, les destinataires sont informés de la prochaine distribution par SMS ou par e-mail. Les nouvelles prestations complémentaires Distribution le soir et Distribution le samedi existent depuis mai 2013.



pick@home

Renvoyer une commande en ligne?
Nous la prenons en charge

Vous avez commandé en ligne une magnifique paire de chaussures, mais devez malheureusement les renvoyer car elles sont trop petites? Grâce à pick@home, c'est la Poste qui vient chercher le colis: avec ce nouveau service de prise en charge, la Poste récupère les envois en retour au lieu de votre choix,

que ce soit chez vous à la maison ou, par exemple, sur votre lieu de travail. Ainsi, vous pouvez aussi fixer quel jour le facteur colis doit prendre en charge l'envoi en retour. Les commerçants en ligne peuvent proposer l'option pick@home et l'intégrer à leur boutique.

Internet a profondément modifié notre manière de faire des achats. En Suisse aussi, le commerce en ligne est en plein essor (2012: +7,5%), comme le confirme le chiffre record de 111 millions de colis traités par la Poste l'année passée. Avec l'achat en ligne indépendant du temps et du lieu, les exigences en matière de délais et de confort ont également changé: les clients veulent des processus de commande très simples, une livraison ou un retour rapide et bon marché, le libre choix de l'adresse, du jour et même de l'heure de la livraison. Pour satisfaire les demandes d'une société toujours plus mobile, la Poste introduit, ces prochains

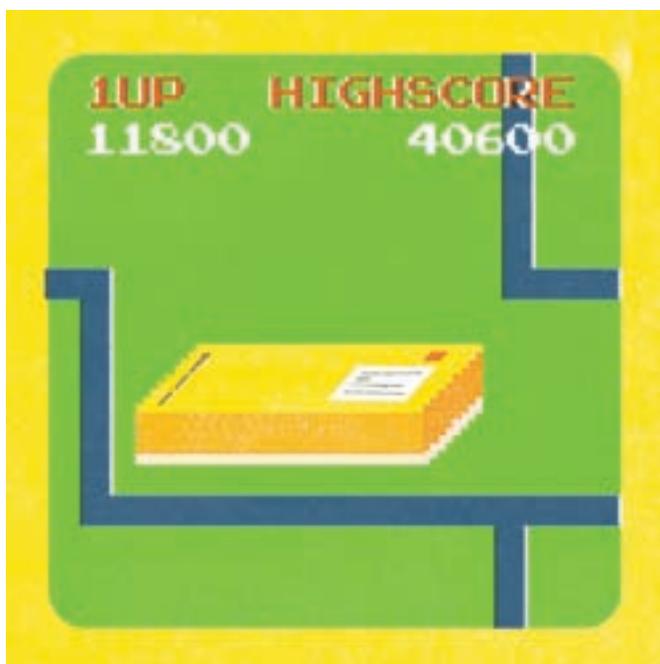
mois, une série de nouvelles prestations qui rendront le commerce en ligne encore plus attrayant, tant pour les destinataires que pour les maisons de vente par correspondance.

Nouvelle installation de conditionnement

Pour les entreprises qui misent sur l'e-commerce, la Poste étoffe son offre de services sous le nom de YellowCube. A l'avenir, elle ne se contentera plus seulement de livrer et de retourner les marchandises des maisons de vente par correspondance. Elle va également les stocker, les préparer, les emballer et traiter les retours. Le pivot de l'offre est

une installation de conditionnement hautement automatisée, qui verra le jour en 2014 à Oftringen, près du centre colis de Härkingen.

Cela marque aussi le début d'une nouvelle ère pour les amateurs d'achats via Internet. Depuis 2012 déjà, il y a dans toute la Suisse plus de 700 points de retrait PickPost (offices de poste, gares CFF, stations service), où les colis peuvent être retirés. De plus, la Poste met en place quatre nouvelles offres (voir ci-dessous), qui rendent la réception de colis encore plus simple et pratique. A l'avenir, vos colis arriveront au moment et à l'endroit précis de votre choix. ■



My Post 24

Souvent en déplacement? L'automate à colis est toujours là

Vous êtes souvent en déplacement ou travaillez tard le soir et rêvez d'un service de colis absolument flexible 24h sur 24? Avec My Post 24, la Poste introduit, dès la fin de l'automne 2013, des automates à colis. Grâce à ce service gratuit, il vous sera possible de retirer, de déposer ou de retourner des colis tous les jours

de la semaine, 24h/24. La Poste mettra en service les premiers automates à colis sur des sites bien fréquentés dans les régions de Berne et Zurich, pour élargir ensuite son réseau à quarante automates d'ici fin 2014.



Gérer en ligne les envois avisés

Vous avez manqué un envoi? Redemandez-le en ligne

Vous avez commandé un grill en ligne, mais n'étiez pas chez vous au moment de la distribution? A partir d'octobre 2013, vous pourrez gérer en ligne la réception de colis et d'envois recommandés à retirer, et par exemple prolonger le délai de retrait ou demander une deuxième distribution. Même le transfert vers une autre

adresse, un office de poste ou un point de retrait PickPost sera également possible. Pour ce faire, il suffira d'indiquer sur www.poste.ch/invitation-a-retirer le numéro figurant sur l'invitation à retirer, et de commander le service souhaité. Ou de scanner le code via la Post-App pour passer commande directement.

Quelle est la carte de crédit qui me convient?

Les cartes de PostFinance vous permettent de garder le contrôle de vos finances dans le monde entier et de bénéficier de prestations complémentaires, tout en vous assurant un niveau de sécurité élevé.

Programme de bonus avec remboursement en espèces

Avec notre programme de bonus, un pourcentage du montant de vos achats vous est remboursé sur votre compte postal: 0,75% pour les cartes Gold et 0,5% pour les cartes Classic/Standard. La première année, le bonus est même doublé. Vous profitez en outre de cartes partenaire et de secondes cartes à prix réduit.

Payer sans argent liquide

Les cartes de crédit sont répandues dans le monde entier et constituent parfois le mode de paiement obligatoire pour certaines prestations. Avec ces cartes, vous pouvez retirer des espèces – comme avec la PostFinance Card – à l'étranger, payer dans les hôtels, les restaurants ou sur Internet, et ce de manière simple et rapide.

Vue d'ensemble dans e-finance

Grâce à l'accès sécurisé via e-finance, vous disposez d'une vue d'ensemble du solde et de la limite de la carte et vous avez la possibilité de vérifier en tout temps les dernières opérations effectuées.

Service carte SMS

Avec le service carte SMS, vous pouvez consulter le solde du compte et les dernières transactions réalisées avec votre carte prépayée ou votre carte de crédit.

Paiement sans contact

Le nouveau mode de paiement de MasterCard «PayPass™» vous permet de régler des achats de faible montant rapidement, simplement et sans contact, à tous les terminaux de carte portant le symbole PayPass.

Sécurité

Les cartes de crédit de PostFinance sont des moyens de paiement sûrs. En ce qui concerne la sécurité sur Internet, PostFinance mise sur «3-D Secure».



Armin Brun
Responsable Marketing et
responsable suppléant de PostFinance

Carte prépayée ou carte de crédit, MasterCard ou VISA, Gold ou Classic: en optant pour une carte de crédit de PostFinance, les clients bénéficient à la fois de nombreux avantages et disposent de nombreuses solutions. Différentes cartes couvrent également divers besoins.

- Les cartes de crédit conviennent à ceux qui souhaitent être indépendants financièrement. Grâce aux limites flexibles, les titulaires de cartes de crédit disposent précisément des liquidités dont ils ont besoin. Seules les personnes majeures sont autorisées à posséder une carte de crédit.
- La carte prépayée peut être utilisée dès l'âge de 12 ans, car le montant désiré doit être chargé sur la carte au préalable. Elle est également adaptée aux personnes qui souhaitent maîtriser leur budget et qui recherchent une alternative aux cartes de crédit, tout en bénéficiant des avantages de celles-ci.
- MasterCard ou VISA: les deux cartes sont très bien acceptées dans le monde entier. Il existe toutefois des différences au niveau du type de carte. Carte Gold ou Classic: la sélection dépend des besoins personnels et de la situation financière. Les utilisateurs privilégiant les paiements par carte choisissent une carte Gold aussi pour obtenir un bonus plus élevé.

Ci-contre figure une liste des avantages qu'offrent les cartes de PostFinance. Je suis certain que vous trouverez la carte qui vous convient.



Vous trouverez des informations détaillées sur
➔ www.postfinance.ch/cartesdecredit

La factrice



mon chariot, et commence ma tournée vers 4h15.

4. Vous déposez tous les journaux dans les boîtes aux lettres?

La plupart. Certains préfèrent les trouver dans leur boîte à lait, un client âgé veut son journal dans un petit sac devant sa porte. Parfois, les gens parquent leur auto si près de la boîte aux lettres que je n'arrive plus à y accéder. Dans ce cas, je dépose les journaux devant la porte.

5. Ce n'est pas dur de travailler quand tout le monde dort?

La pression du temps me maintient éveillée. En outre, j'aime ce silence, l'air frais et toutes les bêtes que je rencontre: martres, hérissons, renards et oiseaux qui chantent merveilleusement. Cela me rappelle mon enfance, dans une ferme de l'Emmental.

6. Si tôt le matin, les rues sont-elles désertes?

Jusqu'à 5 heures, il ne se passe presque rien. De temps en temps je croise des étudiants éméchés, une fois j'ai vu deux délinquants forcer une voiture. J'ai appelé la police, qui a pu les appréhender. Il y a peu, sous une pluie battante, un homme en chemise de nuit m'a fait des avances. Mais je n'ai jamais eu peur. Si nécessaire, je saurais me défendre.

7. Y a-t-il une nuit que vous n'oublierez jamais?

Il y a quelques années, un vieil homme m'a abordée: il avait du sang sur le visage et était totalement perdu. Lorsque je lui ai demandé ce qui se passait, il m'a répondu qu'il s'était coupé en se rasant. J'ai averti les secours, et on a découvert que l'homme avait eu un accident de voiture et avait erré la moitié de la nuit.

8. Est-ce que la météo a déjà empêché la distribution?

En hiver, c'est souvent difficile, car le déblayage de la neige ne commence qu'à 5 heures. Cela m'oblige à pousser mon chariot sur la route. Mon mari, qui a 77 ans, aime le répéter: «Qu'il pleuve, qu'il neige ou qu'il grêle, on y arrive toujours.» Il a bien raison. C'est juste une question de volonté.

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

Vers 6 heures, on est de retour à la maison. On déjeune et on se recouche pour deux heures.

10. Si vous ne travailliez pas dans la distribution matinale, quel métier exerceriez-vous?

Mon rêve serait d'ouvrir un refuge pour animaux, où ils pourraient vieillir dignement. MK

10 questions à Erika Scheidegger

3012 Berne



Age: 55 ans

Domicile: Berne

Loisirs: promenade, travaux manuels (motifs animaliers et floraux)

Ancienneté dans la distribution matinale: 14 ans

1. Vous faites partie des quelque 10 000 livreurs de Presto Presse-Vertriebs AG, une société du groupe Poste, qui distribuent chaque année 298 millions de journaux et revues. Comment êtes-vous devenue livreuse dans la distribution matinale?

Mon mari travaillait auparavant pour une maison d'édition et on lui a demandé s'il voulait distribuer les journaux. De temps en temps, je donnais un coup de main et depuis 14 ans, nous faisons chacun notre propre «tournée» dans le quartier bernois de la Länggasse.

2. Comment démarre votre journée?

Nous nous couchons vers 21 heures et nous levons à 3 heures. Nous n'avons pas besoin de réveil, notre horloge interne fait le travail. Pendant toutes ces années, nous n'avons jamais manqué un réveil. Je m'habille, bois un verre d'eau et vers 3h45, je sors dans la pénombre.

3. Où prenez-vous les journaux?

Une camionnette les amène au terminus du bus, tout près de chez moi. Certains clients sont abonnés à quatre journaux, en tout il y a près de 200 journaux et revues. Je les trie, les range dans

**Je veux grandir sur
une planète saine.**

Lucas, 10 ans

**L'électricité que nous consommons, entièrement certifiée
«naturemade basic», provient de sources d'énergie
renouvelables suisses.**

La Poste s'engage aussi pour les générations futures. C'est pourquoi nous misons tout sur le courant électrique d'origine éolienne et hydraulique et celui produit par de petites installations solaires et de biomasse. Nous poursuivons ainsi, dès aujourd'hui, un objectif énoncé dans la stratégie énergétique 2050 de la Confédération.
Pour les clients les plus exigeants du monde.



LA POSTE 

Dialogue

Le chiffre



naturemade basic! La Poste utilise du courant suisse provenant exclusivement de sources renouvelables et certifiées naturemade basic. Avec une consommation de 164 GWh, elle compte parmi les plus gros consommateurs d'énergie certifiée naturemade basic de toute la Suisse. Le label naturemade basic désigne tout courant issu de sources d'énergie renouvelables. 5% de cette consommation provient d'énergie certifiée naturemade star, produite selon des normes encore plus strictes. Ce précieux courant écologique est surtout utilisé pour la flotte de scooters électriques de la Poste. Il est produit par une turbine éolienne, située sur le Mont-Crosin dans le Jura, et par diverses exploitations agricoles, petites centrales électriques et petites usines hydroélectriques écologiques réparties dans tout le pays. La Poste soutient ainsi non seulement la construction d'installations solaires, éoliennes et de biomasse, mais aussi la production d'énergie hydraulique écologique.

➔ www.poste.ch/climat

Archives des PTT

Nouveau coffre pour vieux trésors

Les archives des PTT et de la Poste se trouvent depuis peu à Köniz. Elles constituent une vaste collection d'environ 7500 mètres de documents concernant la poste et les télécommunications, qui a commencé en 1849. Ces trésors historiques de la Poste et de Swisscom peuvent être consultés sur réservation.

➔ www.mfk.ch/pttarchiv

Jeunes entreprises

Aide au démarrage pour jeunes entrepreneurs

PostFinance encourage les jeunes entreprises au moyen d'une offre de lancement portant sur les besoins financiers courants et de conditions spéciales pour les services de ses partenaires, STARTUPS.CH et l'IFJ (Institut pour jeunes entrepreneurs). A ne pas manquer: nos 10 règles fondamentales pour une création d'entreprise réussie.

➔ www.postfinance.ch/creer



Recyclage des piles

Engagement en matière d'énergie

La Suisse doit recycler au moins 80% de toutes ses batteries et de toutes ses piles. C'est l'objectif que s'est fixé l'Office fédéral de l'environnement. La Poste contribue aussi à ce projet. Au mois de juillet, elle a envoyé un battery bag (sac poubelle pour les piles) à tous les ménages. En outre, les offices de poste reprennent piles et batteries tout au long de l'année.

➔ www.inobat.ch



Orchestre Symphonique Suisse des Jeunes

Tournée d'automne de l'OSSJ

En tant que sponsor principal de l'Orchestre Symphonique Suisse des Jeunes, PostFinance encourage la relève musicale. L'OSSJ, qui compte plus de 100 jeunes musiciens, interprétera, lors de sa tournée d'automne traditionnelle, des

œuvres de Beethoven, de Schumann et de Ringger.



Tirage au sort

Gagnez 2x2 billets pour un concert de l'OSSJ dans votre région.

Talon-réponse voir p.29.

www.postfinance.ch/ossj

Impressum

Editeur

La Poste Suisse SA
Communication, Viktoriastrasse 21
Case postale, 3030 Berne
www.poste.ch/magazine
magazine@poste.ch

Concept

Arnold.KircherBurkhardt AG

Rédaction

Emmanuelle Brossin (EB)
Claudia Iraoui (CI)

Production

Michael Krobath (MK)

Auteurs

Lea Freiburghaus
Hans-Ueli Friedli (HF)
Monika Gurtner (MG)
Ruth Hafen (RH)
Simon Oswald (SO)

Conception et mise en page

www.arnold.kircherburkhardt.ch
Doris Oberneder, Petra Feusi (gestion de projet)

Traduction et révision

Service linguistique Poste

Lithographie

Marti Media AG, www.marti-media.ch

Annonces

Axel Springer Schweiz AG, Fachmedien
Pascal Bösiger
www.fachmedien.ch, téléphone 043 444 51 09

Impression

DZZ Druckzentrum Zürich AG
www.zeitungsdruck.ch

Langues/tirage

Allemand: 1 402 312
Français: 597 011
Italien: 109 719

©

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

Service à la clientèle

Du lundi au vendredi de 7h30 à 18h30
Le samedi de 8h00 à 12h00

Téléphone: 0848 888 888
Fax: 0844 888 888
serviceclientele@poste.ch

Les sommets sans difficulté



Faire cinq cols à vélo en quatre jours: grâce à Bike PostaAlpina, même les moins sportifs peuvent l'accomplir.

Texte: Michael Krobath

Susten, Grimsel, Nufenen, Gothard et Furka – cinq cols des Alpes centrales suisses qui sont entrés dans l'histoire, en partie grâce aux véhicules jaunes de la Poste alpine. Depuis l'ouverture des routes, les cars serpentent dans les hauteurs, faisant claironner leur caractéristique avertisseur à trois tons, et franchissent des cols dont certains culminent à 2500 mètres d'altitude. Pas étonnant que le car postal soit devenu, d'une part, un fort symbole touristique de la Suisse et, de l'autre, un symbole pour des valeurs suisses telles que la ponctualité, la fiabilité et l'amabilité.

A ce jour, ces routes classiques n'ont rien perdu de leur charme et rares sont les trajets qui offrent un spectacle naturel aussi fascinant. Ici, le parcours est une destination en soi: les routes sinueuses sont bordées de formations rocheuses vertigineuses et de prés

de montagne fleuris; par des lacs cristallins, des glaciers et des cascades rugissantes. Chaque année, ce panorama attire les visiteurs par milliers, qu'il s'agisse d'automobilistes, de motards ou de cyclistes invétérés et entraînés.

Les bagages vous attendent à l'hôtel

Aujourd'hui, plus besoin d'être un crack pour profiter à vélo de ces merveilles. L'entraînement physique, des mollets d'acier et des centaines de kilomètres dans les jambes ne sont plus un prérequis pour gravir cinq cols en quatre jours. Tout cela grâce à Bike PostaAlpina. Le nouveau voyage à forfait



Tentez votre chance! Gagnez un forfait Bike PostaAlpina de 4 jours pour 2 personnes, valable jusqu'à fin 2014.

Talon-réponse voir p. 29.



Pratique: lorsque les forces déclinent, le car postal prend le relais.

Calendrier des courses



A vos marques, prêts, partez!

Course du Greifensee

Date 21 septembre 2013

Distances 10 à 21,1 km

➔ www.greifenseelauf.ch



La course du Greifensee fait partie des courses pédestres favorites des Suisses. Un parcours rapide, agréable et pittoresque, des participants d'exception et une organisation parfaite. Que demander de plus? www.poste.ch/course

Running View

poste.ch/course

Course du lac de Hallwil

Date 12 octobre 2013

Distances 8,6 à 21,1 km

➔ www.hallwilerseelauf.ch

Lausanne Marathon

Date 27 octobre 2013

Distances 10 à 42,195 km

➔ www.lausanne-marathon.ch

Corrida Bulloise

Date 16 novembre 2013

Distances 3 à 8 km

➔ www.corrida-bulloise.ch

Basler Stadtlauf

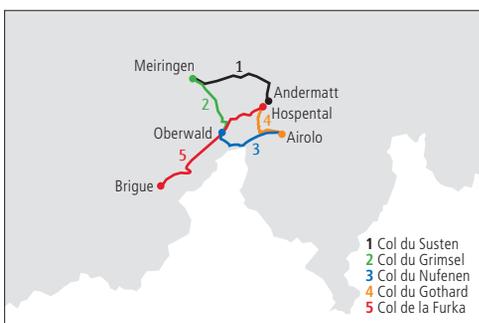
Date 30 novembre 2013

Distances 1 à 10 km

➔ www.baslerstadtlauf.ch



La Poste soutient les plus belles manifestations de course à pied et encourage ainsi le sport de masse le plus populaire de Suisse. ➔ www.poste.ch/course



L'itinéraire de Bike PostaAlpina passe par cinq cols des Alpes centrales. Il part d'Andermatt et s'achève à Brigue. Il peut être parcouru de juin jusqu'à octobre.

proposé par CarPostal en collaboration avec SwissTrails, spécialiste du sport en plein air, est un circuit de quatre jours par les cols du Susten, du Grimsel, du Nufenen, du Gothard et de la Furka. Le passage de tous ces cols s'effectue en car postal de ligne et les étapes à vélo peuvent être combinées à souhait. Il suffit de monter ou de descendre du car postal à n'importe quel arrêt. Détail pratique: les bagages prennent de l'avance et vous attendent chaque jour dans l'un des hôtels ou hospices pittoresques où la chambre est réservée.

Avec Bike PostaAlpina, il est possible d'organiser le trajet selon ses envies. Lorsque la pente devient trop raide et que le souffle se fait court, il suffit de monter dans un car. Si en cours de route, l'envie de profiter d'un endroit vous prend, libre à vous de descendre. Les matinaux jouiront d'un avantage particulier: après avoir passé la nuit au sommet, ils pourront s'attaquer à la périlleuse descente du col avant que le trafic n'arrive de la vallée.

La randonnée commence à Andermatt et se termine à Brigue. Elle peut être entreprise quotidiennement du 15 juin au 6 octobre 2013. Les vélos tout terrain ainsi que les vélos de course sont adaptés. Attention: le transport de vélos électriques n'est pas possible. Un petit effort est quand même à fournir. ■

Informations sur l'offre:

➔ www.carpostal.ch, web code: 10654

Réservations et contact:

SwissTrails GmbH, tél. 043 422 60 22,

E-mail info@swisstrails.ch

➔ www.swisstrails.ch

«Je suis un marginal»

Le réalisateur Xavier Koller présente sa nouvelle œuvre, «Die schwarzen Brüder» (Les Frères noirs) au Zurich Film Festival. Avec «magazine», il parle de films pour enfants, de sa relation à Hollywood et de la raison pour laquelle il n'importe plus de salami.

Texte: Ruth Hafen

Xavier Koller, quel est le premier film que vous avez vu au cinéma?
C'est le conte «Le Voleur de Bagdad», à Brunnen. J'avais à peu près quatre ans et, à l'époque, aller au cinéma était encore un événement. Parfois, des films pour enfants passaient dans le cadre d'un événement promotionnel pour une marque de lessive.

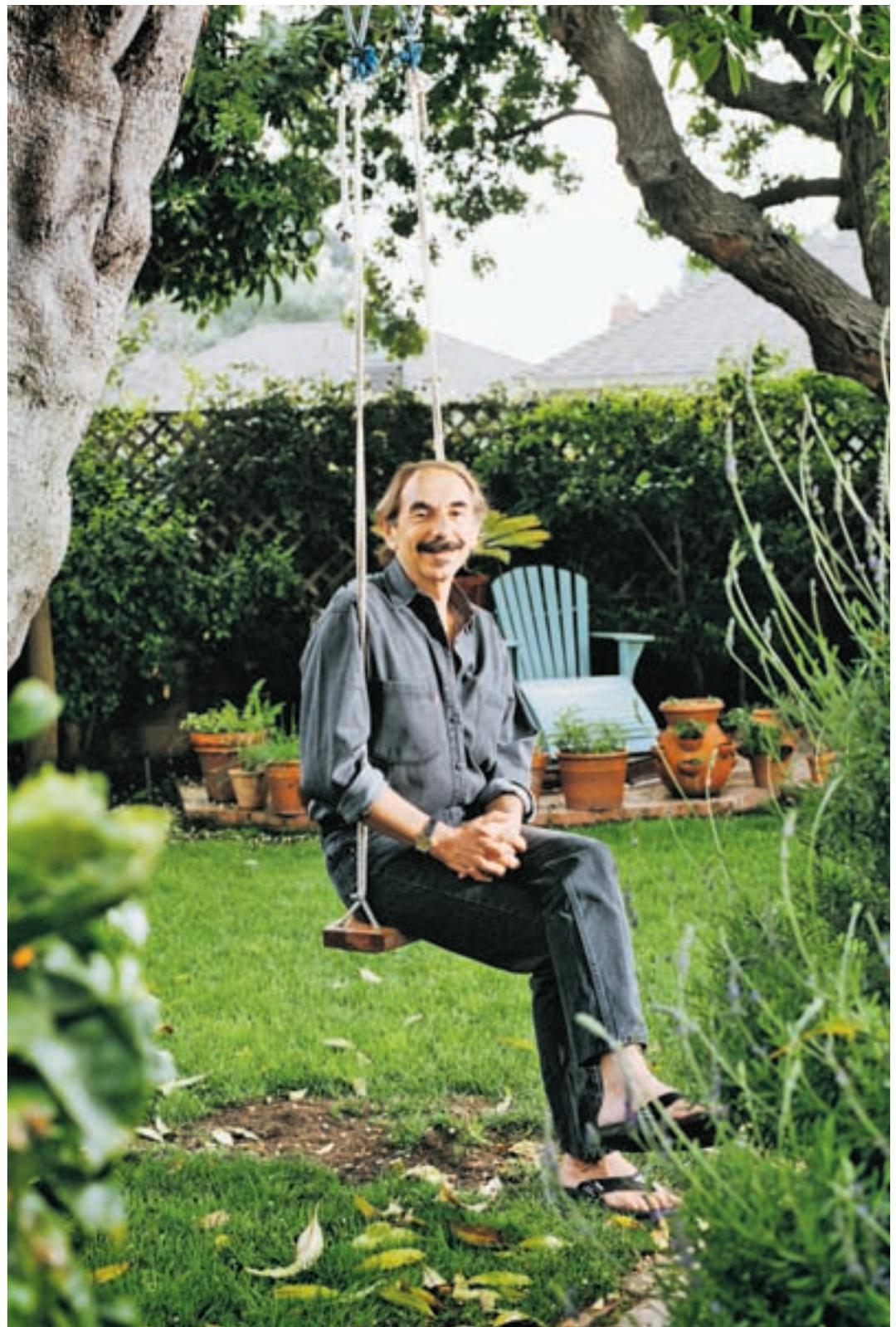
Aujourd'hui, c'est vous qui présentez un film pour enfants au Zurich Film Festival. Qu'est-ce qui vous a fasciné dans l'adaptation à l'écran du classique «Die schwarzen Brüder»?

Il faut raconter aux jeunes des histoires qui ont de la substance et auxquelles ils peuvent s'identifier. Ils sont très gâtés avec la technologie actuelle, ne serait-ce qu'avec les nombreux accroche-regard. Mais je voulais raconter une histoire qui fonctionne d'un point de vue visuel, émotionnel et intellectuel. Elle traite d'une situation marginale, dans laquelle des enfants se rebellent contre l'injustice dont ils sont victimes. C'est un sujet qui est quelque part ancré en moi. Mes films racontent toujours l'histoire de marginaux.

Vous considérez-vous comme un marginal?

En faisant ce métier, on est forcément en marge. Certes, il y a aujourd'hui beaucoup plus de gens qui exercent la profession de réalisateur, mais lorsque j'ai commencé, peu avaient ce privilège. Je suis un marginal dans la mesure où j'observe la société de l'extérieur, les yeux grands ouverts, sans préjugé.

.....
Xavier Koller, né à Ibach (SZ) en 1944, a gagné en 1991 l'Oscar du meilleur film en langue étrangère avec «Voyage vers l'espoir» (Reise der Hoffnung); ce drame raconte l'histoire d'une famille de réfugiés turcs, dont le fils meurt de froid sur le col du Splügen. L'œuvre de Koller explore les profondeurs de l'âme humaine et raconte souvent l'histoire de marginaux. Depuis le milieu des années 90, le réalisateur vit à Los Angeles avec sa famille.
.....



«La passion est plus importante que l'ambition»: Xavier Koller, réalisateur oscarisé.

Vous vivez à Los Angeles depuis plus de vingt ans. La distance vous aide-t-elle dans votre travail?

Lorsque vous grandissez dans un petit pays comme la Suisse, il faut essayer de dépasser les frontières, de voir plus loin. Cela ouvre l'esprit. Si vous restez toujours dans le même lieu, vous courez le risque que vos idées restent également figées. J'ai toujours été quelqu'un de curieux, à la recherche d'aventure et de risques. J'aime la Suisse, j'y ai passé une grande partie de ma vie et j'y retourne encore trois à quatre fois par année, pour travailler et entretenir mes relations amicales.

Aucun mal du pays, alors?

Non, je n'en ai d'ailleurs jamais souffert, même lorsque j'étais jeune! J'étais toujours bien là où je me trouvais et j'ai toujours essayé de me faire des amis. Ce sont les gens qui font la patrie, pas les paysages.

N'y a-t-il donc rien qui vous manque?

Vous voulez dire, des choses comme les röstis? (rire) Avant, il y avait plus de spécialités culinaires qui me manquaient, mais maintenant, je trouve tout ce qu'il me faut aussi en Californie. Il m'arrivait de passer la frontière

Cela ne m'intéresse pas – par ailleurs, je ne sais pas faire la conversation. Heureusement, nous avons des amis qui aiment cuisiner et bien manger, comme nous.

Est-ce agaçant qu'on vous parle toujours de l'Oscar?

Non, pas du tout, il existe bel et bien. La question est ce qu'on en fait, si ça nous monte à la tête ou pas. Je suis aujourd'hui le même qu'avant l'Oscar. Mais, bien entendu, je suis fier de l'avoir gagné.

Le Zurich Film Festival s'engage en faveur des jeunes talents. Quel conseil donneriez-vous aux nouveaux réalisateurs?

Je dis toujours: bénissez les erreurs que vous faites, vous apprendrez davantage d'elles que de vos succès! Il est plus difficile de répéter une réussite que de corriger les erreurs que vous avez faites et d'en apprendre quelque chose. Et, bien sûr: travailler, travailler et travailler encore. La priorité ne devrait pas aller à l'ambition, mais à la passion. Il y a beaucoup de jeunes talentueux en Suisse, et je me réjouis de voir ce qui passera sur les écrans dans quelques années.

Quelles erreurs avez-vous commises?

Beaucoup! Je n'ai pas fréquenté d'école de cinéma, mais j'ai tout appris sur le tas. J'ai une formation de mécanicien de précision, puis j'ai suivi l'école d'art dramatique. Le plus important est de pouvoir se pardonner ses erreurs. J'ai dû apprendre à présenter mes idées à l'écran de manière à ce que le public les comprenne. Lorsque cela ne fonctionne pas, tout le monde se demande: «Que voulait-il dire?» Mon film «Hannibal» a été mon école de cinéma, j'ai appris avec lui qu'une communication doit avoir lieu. C'est exactement comme à la Poste: lorsqu'une lettre est envoyée mais qu'elle n'arrive pas, c'est qu'il y a un problème!

A propos de la Poste: avez-vous un souvenir particulier concernant la Poste suisse?

Non, rien de particulier, sauf qu'elle fonctionne très bien. En Amérique, ce n'est malheureusement pas le cas. Pas que la Poste, mais aussi les chemins de fer et l'ensemble des transports publics – tout fonctionne très bien en Suisse et je l'apprécie beaucoup! ■

Tirage au sort

Gagnez 10 x 2 entrées de cinéma pour les premières suisses et internationales du Zurich Film Festival. Voir le coupon ci-contre

avec du salami et du fromage, mais à présent je ne prends plus que du Sbrinz, mon fromage préféré, que je ne trouve pas ici.

Enfant, vous vouliez travailler au cirque. Vous vivez aujourd'hui à L.A., près de Hollywood. Qu'est-ce que cela vous fait?

Je ne suis plus un fêtard. Ici, à la mer, nous sommes bien loin de Hollywood. Aujourd'hui, j'aime plutôt la vie de famille et voir grandir ma fille. Lorsque je rencontre des gens, c'est en général pour travailler, je ne vais pas aux manifestations pour être vu.

Xavier Koller au Zurich Film Festival



Du 26 septembre au 6 octobre 2013, le 9^e Zurich Film Festival proposera plus de 60 avant-premières de films suisses et internationaux. Le 29 septembre 2013, Xavier Koller présentera à Zurich «Die schwarzen Brüder». La Poste est partenaire principale du festival du film de Zurich depuis 2010.

En outre, elle soutient des festivals de film dans toutes les régions du pays, comme les Journées de Soleure, les Visions du Réel à Nyon et le Festival international du film de Locarno. ➔ www.zurichfilmfestival.org ➔ www.poste.ch/sponsoring



Bike Posta Alpina Page 26

1 x forfait de 4 jours pour deux personnes via les cols du Susten, du Grimsel, du Nufenen, du Gothard et de la Furka, trois nuitées incluses

Nom

Prénom

Rue

NPA/Localité

SMS Envoyez le code POM7 au 919 (CHF 1.–/SMS)

Date limite de participation: 20.09.2013

Zurich Film Festival Page 28

10 x 2 entrées pour le festival du film dans les cinémas zurichois (du 26 septembre au 6 octobre 2013)

Nom

Prénom

Rue

NPA/Localité

SMS Envoyez le code POM8 au 919 (CHF 1.–/SMS)

Date limite de participation: 20.09.2013

Orchestre Symphonique Suisse des Jeunes Page 25

2 x 2 billets pour chaque lieu

Schaffhouse, Kirche St. Johann, 25.10.2013, 19h30
Zurich, Tonhalle, 01.11.2013, 19h30
Berne, Kultur-Casino, 02.11.2013, 19h30
La Chaux-de-Fonds, Temple Farel, 03.11.2013, 17h00
Bâle, Stadt-Casino, 10.11.2013, 11h00
Muttenz, Mittenza, 10.11.2013, 17h00
Soleure, Konzertsaal, 15.11.2013, 19h30

Nom

Prénom

Rue

NPA/Localité

SMS Envoyez le code POM9 et le lieu souhaité au 919 (CHF 1.–/SMS). Exemple: «POM9 Berne»

Date limite de participation: 20.09.2013

Envoyer le coupon à:
La Poste Suisse SA
Mot clé «magazine», 3024 Berne

Conditions de participation: Les gagnants seront informés par écrit. Les prix ne seront pas convertis en espèces. Aucune correspondance ne sera échangée au sujet du concours. La participation par SMS ou par coupon donne les mêmes chances de gagner. Tout recours juridique est exclu.

Voyage de lecteurs

Du 29 novembre
au 1^{er} décembre 2013

Marché de Noël de Heidelberg

Fête féerique du château

Prix par personne dès

CHF 360.–

Accompagnez-nous au marché de Noël de Heidelberg, l'un des plus beaux d'Allemagne, avec ses places pleines de vie.

1^{er} jour

Après un voyage agréable à travers des paysages de Noël, arrivée l'après-midi à Heidelberg et installation à l'hôtel. La soirée est libre, ce qui vous permettra de découvrir le centre-ville historique de Heidelberg ou de vous plonger dans une fête des sens, au milieu des senteurs épicées, des gourmandises de Noël et des cadeaux de qualité.

2^e jour

Après le petit-déjeuner, vous disposez librement de votre journée. Dans la vieille ville, de nombreuses attractions vous attendent, en plus

des offres artisanales et gastronomiques. Les senteurs de marrons chauds, de cannelle et de clous de girofle traversent la ville historique sur les rives du Neckar. Un cocktail international de langues résonne dans les ruelles et une activité colorée règne dans les rues et commerces décorés et éclairés pour Noël. Savourez une tasse de vin chaud et quelques douceurs au riche marché de Noël, flânez dans une ambiance historique et profitez de la vue sur l'une des ruines les plus célèbres du monde, le château de Heidelberg.

3^e jour

Petit-déjeuner à l'hôtel, après quoi il nous reste assez de temps pour profiter une dernière fois de l'ambiance idyllique de Heidelberg, avant de repartir pour la Suisse en début d'après-midi.

Prix par personne

- En chambre double **CHF 360.–**
- Supplément chambre simple **CHF 150.–**

Inclus dans le prix:

- Voyage à bord d'un car**** de CarPostal
- 2 nuitées avec petit-déjeuner au NH Hotel Heidelberg****
- Taxes

Ne sont pas comprises:

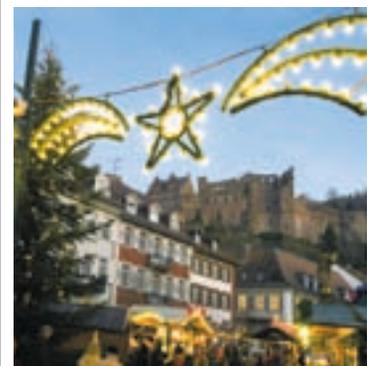
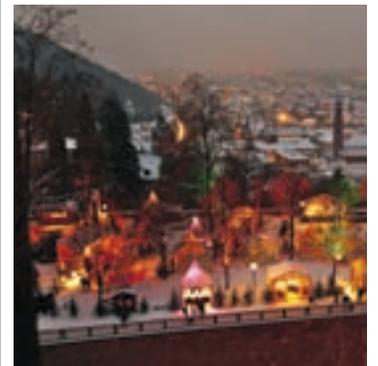
- Boissons
- Assurance frais d'annulation et assistance SOS à partir de CHF 20.–

Lieux de départ

Lausanne, Yverdon, Neuchâtel, Bienne

Informations et réservations

- ➔ 058 448 53 53
- ➔ www.carpostal.ch/ideesvoyages
- ➔ vacanze@autopostale.ch
- ➔ Web code 10605



Ambiance féerique: le marché de Noël dans le centre historique de Heidelberg.

Un voyage avec CarPostal



L'énigme de la Poste

Jouez et gagnez des prix alléchants!



- 1^{er} prix**
Un bon d'une valeur de CHF 1500.–
- 2^e prix**
Un bon d'une valeur de CHF 1000.–
- du 3^e au 5^e prix**
Un bon d'une valeur de CHF 500.–
- du 6^e au 200^e prix**
Un bon d'une valeur de CHF 100.–

magistrat romain	adresse	colère	détendre	entravé	seiche	erbium (symb. ch.)	filles d'Inachos	abrég.: Sa Sainteté	partie d'une négation	pays d'Amérique (abrév. angl.)	interjection de surprise	quantité	suffixe diminutif	bases de la balle (golf)
				chocs émotifs			8			loi grecque				
bigaradier			5						sans voix				9	
	7			défunte		instrument d'optique			usées	mammifère carnivore	savant astrologue		époque	
fille de la soeur		fondation		partie coupante d'une lame	1						4			
supporte une estrade									manier adroitement	faire du tort		faire tort	pension	
				animal						2				
tragédie de Shakespeare	adolescent (abrév.)		petit enfant						gras nuage				succéda à la S.D.N.	
né le premier				conjonction		rigide, solide		adjectif possessif (pl.)	divertissement	première note de la gamme	sensation auditive			
particule nobiliaire			... ou rien			partie de l'oeil			pressant					6
graminée		3		chance				série			voie de circulation			



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

Solution de la dernière énigme
Appenzell

Les gagnants sont sur
www.poste.ch/magazine

Chez Beliani®, vous trouverez tout ce dont vous avez besoin pour votre intérieur ou votre jardin. Si vous êtes intéressé(e) par nos meubles de jardin en bois ou en rotin, nos sofas, nos lits, nos jacuzzis, nos tables de salle à manger ou encore nos coussins, passez votre commande en ligne en toute simplicité et profitez ainsi de nos rabais. En l'espace de quelques jours, vos articles vous seront livrés directement à la maison depuis l'usine. Pour de plus amples informations ou pour découvrir tous nos produits: www.beliani.ch



Enigme de la Poste

Solution

Nom _____

Prénom _____

Rue _____

NPA/Localité _____

SMS Envoyez le code POM6 avec le mot de la solution au 919 (p. ex. POM6 pomme)
Téléphone 0901 919 030 (CHF 1.–/SMS ou appel depuis un poste fixe)
Courrier La Poste Suisse SA, Mot clé «magazine», 3024 Berne

Conditions de participation: Les gagnants seront informés par écrit. Les prix ne seront pas convertis en espèces. Aucune correspondance ne sera échangée au sujet du concours. Tous les participants ont les mêmes chances, qu'ils répondent par SMS, par téléphone ou par écrit. Tout recours juridique est exclu.

Date limite de participation: 20 septembre 2013

Zürich

Le dernier vol Swissair

São Paulo

Un précieux hommage à la légende de l'aviation ! La montre «SR145- Le Dernier Vol»

Elle était «l'ambassadrice» de notre pays, et plus d'un pense encore aujourd'hui avec nostalgie au temps où l'on voyait resplendir son nom et la croix suisse sur les aéroports du monde entier et partout dans le ciel: la Swissair!

Elle représentait un petit morceau du pays natal et symbolisait la Suisse à la fois moderne au point de vue technique et en même temps fondamentalement sérieuse. Lorsque les appareils Swissair durent rester au sol le 2 Octobre 2001, cela brisa le cœur de la plupart des gens. Voilà plus de 10 ans, le 1er avril 2002, le lundi de Pâques, le dernier vol de ligne Swissair atterrissait à Zürich: le SR145 en provenance de Sao Paulo.

Tirage limité: 4990 exemplaires seulement

Avec la montre «SR145 – Le Dernier Vol» au tirage limité pour le monde entier à 4990 exemplaire, nous rendons hommage à ce dernier vol Swissair, revenant au pays natal. Réservez tout de suite ce précieux souvenir!

Prix du produit: Fr. 154.95
ou 3 mensualités de Fr. 51.65
(+ Fr. 11.90 Expédition et Service)



BON DE COMMANDE EXCLUSIF
Répondez avant le 30 septembre 2013

52099

Oui, je réserve la montre
"SR145 – Le Dernier Vol"

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



Gravure au dos



Avec écrin de belle qualité

- Tirage limité pour le monde entier à 4990 exemplaires
- Mouvement horloger suisse à quartz
- Gravure au dos
- Boîtier et bracelet en acier affiné
- Étanche jusqu'à 30 mètres
- Garantie de reprise de 120 jours
- Disponible uniquement chez Bradford
- Dimension: 32 mm

Pour commander en ligne, veuillez saisir le n° de référence: 52099
Téléphone: 041 768 58 58

www.bradford.ch

A retourner à: **The Bradford Exchange, Ltd.**
Jöchlerweg 2 • 6340 Baar
Tél. 041 768 58 58 • Fax 041 768 59 90
e-mail: kundendienst@bradford.ch • Internet: www.bradford.ch