



Emil Steinberger:
«Ancora a 40 anni mia mamma
mi ripeteva che avrei fatto meglio
a restare in Posta» Pagina 30



Focus eHealth
La Posta pioniera
nella digitalizzazione
del settore sanitario. Pagina 8

Cruciverba
Vincete fantastici premi!
Pagina 29

Edizione agosto 2015

rivista

LA POSTA 

Dinamismo giallo.



Tü-ta-too

Ecco come nasce
l'inconfondibile
corno a tre suoni
degli autopostali
di montagna.

Pagina 20

Un pezzo di patria:

L'emblema delle Alpi Svizzere

Un sogno per ogni collezionista che solo pochi riescono ad esaudire!

Un saluto dalla patria – l'esclusivo coltello da collezione FALKNER "Cervino"!

Dedicato ad una delle meraviglie più eclatanti della Svizzera: Con i suoi 4.478 m di altezza il monte Cervino è la montagna più impressionante delle Alpi del Wallis. Inciso sulla lama satinata, il coltello da collezione esclusivo "Cervino" impressiona anche con la sua combinazione meravigliosa e variopinta dei colori nell'impugnatura, sulla quale si possono ammirare la bandiera nazionale e la montagna. La parete est, nord d ovest si trovano in territorio nazionale svizzero, la parete meridionale invece in territorio italiano. I suoi contorni inconfondibili e la dinamica storia delle sue scalate hanno reso il Cervino famoso in tutto il mondo. Si porti in casa un pezzo di patria e decida di acquistare questo prezioso pezzo da collezione di qualità scelta e di marca!

La fierezza di tutti gli Svizzeri

Non si faccia sfuggire le edizioni complete limitate a 3.333 pezzi dei coltelli da collezione FALKNER "Cervino": Una lavorazione speciale ed edizionale ambita tra i collezionisti per la sua rarità!



Gratis per Lei!

(Immagine: Modello esemplificativo)

- Lama satinata in acciaio inossidabile antiruggine C 420!
- Con motivo ricco di dettagli inciso sulla lama!
- Combinazione variopinta di colori del Cervino sull'impugnatura

GRATIS
per Lei!
Esclusiva
custodia
da collezione



Edizione limitatissima con sole
3.333 edizioni complete
disponibili in tutto
il mondo

Helvetisches Münzkontor®, un marchio di HMK GmbH
Leubernstrasse 6 · CH-8280 Kreuzlingen · Numero azienda: CHE-108.557.927



Bollettino d'ordine

Si, vorrei ordinare il coltello da collezione FALKNER "Cervino" (no. art. 527-300-1) secondo l'offerta, incluso il servizio per collezionisti per il prezzo vantaggioso attuale di soli 14,95 Fr. (invece di 99,95 Fr.) – **SENZA SPESE DI SPEDIZIONE**. Ordinando confermo di aver raggiunto l'età minima di 18 anni. Ho il diritto di restituire ogni fornitura entro 21 giorni dal ricevimento. Inoltre mi verranno offerte regolarmente le rarità* più richieste nell'ambito della mia edizione "Coltelli da collezione svizzeri" (*se non è desiderato si prega di cancellare). Queste mi verranno presentate in conto visione ca. ogni 4 settimane con il 10% di sconto rispetto all'acquisto singolo, naturalmente sempre con il diritto di restituzione garantito. Riceverò i miei molteplici accessori di valore nel corso degli invii mensili, il tutto senza addebiti aggiuntivi. Posso interrompere o terminare del tutto questo accordo in ogni momento – mediante una telefonata o un breve messaggio scritto.

Lei può opporsi in ogni momento all'impiego dei Suoi dati per scopi pubblicitari. Uffi cio responsabile: HMK GmbH, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen.



HELVETISCHES
MÜNZKONTOR®

I SUOI DATI:

Numero di prenotazione: **523 - 01**

Cognome / nome

Via / N.

Località

Si applicano le condizioni generali d'affari del Helvetisches Münzkontor. Queste si possono leggere o richiedere per iscritto sul seguente sito: www.muenzkontor.ch. Ho preso atto delle informazioni dettagliate riguardanti il servizio per collezionisti.

Data

Firma

Data di nascita

Da spedire con busta allegata a:

Helvetisches Münzkontor · Leubernstrasse 6 · 8280 Kreuzlingen
Tel.: 0840 / 20 40 80 · Fax: 0840 / 20 40 60 · info_ch@muenzkontor.ch



Claudia Iraoui
Caporedattrice

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,

la salute innanzitutto, dice la saggezza popolare. Un adagio tanto scontato quanto vero. Solamente quando siamo malati, ci rendiamo realmente conto di quanto è importante avere un sistema sanitario che funziona senza intoppi. A tal fine, è cruciale che tutti gli operatori abbiano accesso alle informazioni più attuali. L'interconnessione è la promessa della sanità elettronica, già largamente affermata nel Nord Europa, mentre in Svizzera, a causa delle peculiarità del sistema sanitario e amministrativo, fa più fatica a prendere piede. Avere una cartella del paziente elettronica che permette agli operatori della sanità, nella modalità da me decisa, e a me stessa di avere accesso in qualsiasi momento ai miei referti medici, alle analisi e alle prescrizioni: io la trovo un'idea allettante. Le informazioni raccolte nella cartella elettronica del paziente potrebbero un giorno addirittura salvarmi la vita!

Cos'è l'eHealth, quali vantaggi offre al paziente, perché la Posta opera su questo mercato e come garantire il trasferimento sicuro di dati sensibili ce lo spiega Claudia Pletscher, responsabile Sviluppo e innovazione nel nostro dossier a p. 10.



**Dossier sulla
sanità elettronica**
Il ruolo della Posta in
un sistema sanitario
interconnesso p.8



Il fattorino
Così Richard Stöckli
è diventato la figura
cult di uno spot
televisivo p. 13

Consigli finanziari
Acquisti con lo
smartphone? Aspetti
da considerare p. 18



Al finestrino
Scoprite il selvaggio
Locarnese in
autopostale p. 25

**Concorso
cartoline postali**

I vincitori
e le cartoline
più belle p.26

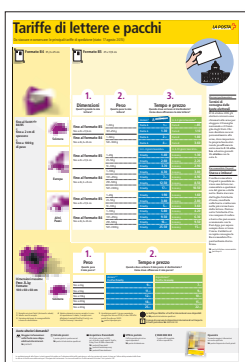
Indice

- 05 News
- 08 Focus: la sanità elettronica
- 13 Il fattorino
- 20 Reportage: il segreto dietro al corno postale
- 23 Foto storica
- 25 Al finestrino
- 26 Concorso per cartoline postali
- 28 Offerta per i lettori: viaggio a Norimberga
- 30 Intervista a Emil Steinberger

Servizi

- 15 Nuovo e pratico
- 16 Il prezzario
- 18 Consigli finanziari

Il prezzario
p. 16





A ogni
acquisto
incassare denaro
?



* PostFinance si riserva la facoltà di respingere una richiesta senza indicarne i motivi. Qualora la richiesta, regolarmente pervenuta a PostFinance entro il 13 settembre 2015, venga accolta, il richiedente riceverà la carta/le carte di credito di PostFinance richiesta/ricieste e per ciascuna carta due ingressi gratuiti a uno degli stabilimenti Aqua-Spa-Resorts.

Con le carte di credito di PostFinance a ogni acquisto riceverete un rimborso in denaro. In tutta semplicità.

Richiedete la vostra carta entro il 13 settembre 2015 e ricevete due ingressi gratuiti a uno degli stabilimenti Aqua-Spa-Resorts.*

PostFinance 

Accompagnati meglio.



Il francobollo

Agli albori del traffico motorizzato le automobili avevano sì pochi cavalli, ma tanto carattere. La Svizzera era un Paese di costruttori di automobili. I più facoltosi potevano scegliere tra circa 90 marchi automobilistici svizzeri. Il marchio ginevrino di prestigio Pic-Pic era ambito a livello internazionale, la Tribelhorn di Feldbach si era specializzata nei motori elettrici e la Fischer di Uster nelle automobili con motore a quattro cilindri raffreddato ad acqua. Quest'epoca si concluse nel 1934 con il fallimento della Martini di St. Blaise, la più grande e fiorente azienda automobilistica svizzera.



I francobolli speciali dedicati ai gioielli della produzione automobilistica elvetica saranno disponibili dal 3 settembre 2015 presso tutti gli uffici postali della Svizzera e su postshop.ch



Tennis

Teste di serie agli Swiss Indoors

Il 1° novembre 2015 Basilea sarà nuovamente teatro della finale dello Swiss Indoors. Per soli CHF 169.- potrete esserci anche voi. Il prezzo include il biglietto d'ingresso, il viaggio di andata e ritorno in autopostale e molto altro.

➔ autopostale.ch/myplus
➔ swissindoorsbasel.ch

Biglietti VIP in palio!

AutoPostale mette in palio 2x2 Premium-Lounge Package del valore unitario di CHF 1450.00 per la partita inaugurale del 26 ottobre 2015.

Termine d'iscrizione: 30.09.2015
➔ autopostale.ch/myplus

E-Post Office

La cassetta delle lettere intelligente

E-Post Office recapita la posta secondo i vostri desideri: in forma cartacea nella buca-lettere o in formato PDF per e-mail. Grazie alla nuova funzione di pagamento, dalla fine dell'anno sarà possibile pagare le fatture direttamente tramite la cassetta delle lettere intelligente.

➔ posta.ch/epostoffice

My Post 24

Il pacco? Alla stazione!

Dal 4 giugno alla stazione centrale di Zurigo c'è uno sportello automatico My Post 24. Ogni giorno in Svizzera circa 1,2 milioni di persone transitano nelle stazioni ferroviarie. Grazie agli sportelli automatici, ora possono spedire o ritirare i propri pacchi mentre si recano al lavoro. My Post 24 è una prestazione gratuita, si paga solo il prezzo del pacco. Nel medio termine è prevista l'installazione di sportelli automatici My Post 24 presso 40-50 stazioni in tutta la Svizzera. Gli sportelli costituiscono la base per un altro progetto che le FFS, Migros Zurigo e la Posta hanno in programma per l'autunno 2015: «Click & Collect». Il progetto pilota sarà avviato presso la stazione centrale di Zurigo e prevede che gli acquisti online vengano consegnati entro 30 minuti agli sportelli automatici My Post 24, dove potranno essere ritirati al vostro arrivo. Niente più ostacoli quindi agli acquisti effettuati al volo, comodamente seduti in treno!

➔ posta.ch/mypost24



Il numero

5 230 296

Il 18 ottobre 2015, i cinque milioni di elettori svizzeri eleggeranno il nuovo Parlamento.

La maggior parte dei comuni svizzeri ha introdotto il voto semplificato per corrispondenza all'inizio degli anni '90.

Nel 2014, la partecipazione al voto è stata del 52,4%, del 48,5% alle elezioni parlamentari del 2011 con circa 2,5 milioni di schede elettorali utilizzate.

Qualsiasi sia la partecipazione al voto per corrispondenza: questa volta la Posta avrà un bel mucchio di buste elettorali da recapitare ai comuni entro venerdì 16 ottobre 2015.

Finanze giovanili

Mai più mani bucate!

A gestire bene i soldi, si impara. Molti ragazzi esauriscono la paghetta ben prima della fine del mese. Con il nuovo gioco online MoneyFit di PostFinance, i bambini e i giovani tra i 9 e i 20 anni imparano come tenere sotto controllo le proprie finanze. MoneyFit è un'offerta gratuita per la scuola dell'obbligo delle scuole medie e medie superiori, che consente di verificare in modo ludico le conoscenze acquisite. Il conto in rosso a fine mese sarà un ricordo lontano!

➔ moneyfit.postfinance.ch/it



Scommettiamo che avete una biglietteria automatica in tasca?

Biglietti

Il biglietto in pochi clic

A chi non è mai capitato: il bus sta arrivando alla fermata e non abbiamo ancora comprato il biglietto. L'app di AutoPostale (per iPhone e Android) mette fine all'affannata ricerca di spiccioli: per acquistare comodamente i titoli di trasporto desiderati (biglietti singoli e carte giornaliere delle comunità tariffali A-Welle, Frimobil, Libero, Mobilis, Ostwind, Passepartout, TNW), basta scaricare l'app e registrarsi.

➔ autopostale.ch/tickets

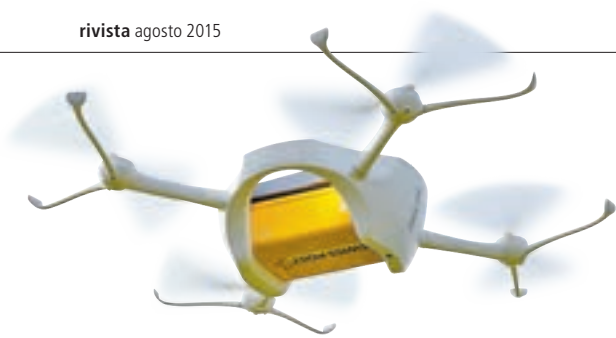


Apprendisti

La Posta punta sui giovani

La Posta, in qualità di membro dell'European Alliance for Apprenticeship, si è fissata come obiettivo strategico una percentuale minima di persone in formazione. Nel 2014 già il 5,5% degli impiegati erano persone in formazione. L'azienda aumenterà i posti di formazione soprattutto nelle unità con carenza di personale specializzato quali Logistica e Informatica. Ad agosto 2015 aprirà il campus ICT, un centro di formazione proprio di informatica e media-matica. La Posta offre ogni anno posti di tirocinio in 15 professioni per 800 giovani.

➔ posta.ch/apprendistato



Instantanea



Logistica al settimo cielo La Posta prende il volo: assieme a Swiss WorldCargo (l'unità per il trasporto aereo di Swiss) e alla start up californiana Matternet (specializzata nella logistica tramite droni), la Posta sta testando le possibilità tecniche dei droni. Perciò a luglio gli aeromobili di trasporto a pilotaggio remoto sono entrati in azione per la prima volta nel Cantone di Berna nell'ambito di uno studio di fattibilità. Per il momento i test si concentrano su servizi speciali: questi apparecchi potrebbero consegnare materiale

urgente (come farmaci) nelle aree periferiche, ad esempio quando a causa del maltempo un insediamento rimane isolato dal resto del mondo. Sono ipotizzabili anche trasporti urgenti in campo medico, ad esempio di campioni di laboratorio. I droni modello Matternet One volano autonomamente su rotte sicure e predefinite, sono estremamente leggeri e con una sola carica della batteria possono trasportare fino a 10 kg di peso su un percorso di 10 km.

Colophon

Editore La Posta Svizzera SA, Comunicazione, Wankdorfallee 4, Casella postale, 3030 Berna, posta.ch/rivista, rivista@posta.ch **Concezione** Arnold.KircherBurkhardt AG
Caporedazione Claudia Iraoui (CI) **Produzione** Michael Kroboth/Ammann, Brunner & Kroboth AG (MK) **Autori/trici** Hans-Ueli Friedli (HF), Monika Gurtner (MG), Ruth Hafen (RH), Annick Chevillot (AC) **Grafica e layout** arnold.kircherburkhardt.ch, Monika Häfliger, Claudia Veit, Nadia Bucher (gestione progetto) **Traduzione e rilettura** Servizio linguistico Posta
Litografia Marti Media SA, marti-media.ch **Inserzioni** Axel Springer Schweiz SA, Fachmedien, Pascal Bösiger, fachmedien.ch, n. tel.: 043 444 51 09 **Stampa** DZZ Druckzentrum Zürich SA, zeitungsdruk.ch **Lingue/Tiratura** Tedesco: 1 319 820, francese: 554 660, italiano: 105 925
Il vostro parere ci interessa! rivista@posta.ch

Avete domande o suggerimenti? Servizio clienti, da lunedì a venerdì: 7.30–18, sabato: 8–12, n. tel.: 0848 888 888, fax: 0844 888 888, servizioclienti@posta.ch

Seguitemi su: facebook.com/swisspost; twitter.com/postasvizzera; youtube.com/swisspost; instagram.com/swisspost, #swisspost; linkedin.com/company/swiss-post; xing.com/companies/dieschweizerischepost

© La Posta Svizzera SA. Ristampa previa autorizzazione scritta dell'unità Comunicazione della Posta Svizzera.



RICICLATO
 Carta prodotta da
 materiale riciclato
 FSC® C005019

«Queste informazioni possono salvare la vita al paziente!»

L'eHealth introduce la sanità pubblica nell'era digitale e mette tutti gli attori in rete. La Posta assume a questo riguardo un ruolo pionieristico con la piattaforma vivates. Il suo obiettivo è diffondere vivates come soluzione standard in tutta la Svizzera. Ma cosa significa eHealth? Quali sono i vantaggi per i pazienti? E perché la Posta se ne occupa? Risponde Claudia Pletscher, responsabile Sviluppo e innovazione presso la Posta.

Intervista: Annick Chevillot

La sanità elettronica, o eHealth, è un concetto ampio, difficile da definire e delimitare, i cui confini non sono netti.

Cos'è la sanità elettronica?

Il termine eHealth indica tutta la gamma di servizi sanitari elettronici: grazie ai mezzi elettronici, vengono migliorati i processi e collegati tra loro tutti gli attori del settore sanitario.

Ne sono interessati tutti gli ambiti del settore sanitario?

Sì. Pazienti, medici, terapisti, laboratori, farmacie, ospedali e personale infermieristico.

Uno di questi tool è la cartella informatizzata del paziente.

Quali vantaggi offre?

La cartella clinica informatizzata consente agli operatori, purché autorizzati dal paziente, e al paziente stesso di consultare in qualunque momento le informazioni sanita-

«Il paziente ha sempre sotto controllo chi ha accesso alle sue informazioni»

Claudia Pletscher, La Posta

rie rilevanti ai fini dei trattamenti. Il paziente sa sempre chi ha accesso alle informazioni del suo dossier.

Lei dice che è il paziente ad avere il controllo sui suoi dati. Ma cosa succede in casi di emergenza quando, ad esempio, il paziente non è cosciente?

In caso di emergenza, le informazioni contenute nella cartella informatizzata del paziente possono salvargli la vita! Per questo esiste una deroga per il medico di pronto intervento nel caso in cui il paziente non sia cosciente. Con la cartella informatizzata, in caso di emergenza i pazienti hanno la certezza della disponibilità di tutti i dati importanti. Poiché i medici curanti possono accedere a tutti i dati rilevanti, si riducono gli errori nei trattamenti e nelle terapie. Infine, nella fase post-terapia, i soggetti curanti, come personale sanitario o fisio- >

La cartella informatizzata del paziente

A giugno il Parlamento svizzero ha approvato la legge federale sulla cartella informatizzata del paziente. In futuro, tutti i residenti in Svizzera ne avranno una.



Esito di laboratorio

5.03.1997
Allergia alla penicillina
 Laboratorio
 dermatoistopatologico
 Ospedale universitario,
 Zurigo

Raggi X

15.12.2008
Frattura gomito
 Operazione
 Ospedale Mendrisio

Esito

3.04.2012
**Distorsione piede
 sinistro**
 Studio del medico di
 famiglia dott. Rossi,
 Pregassona

Ricetta, medicina

Dal 2002
Attacchi di emicrania
 Istituto Radiologico
 collegiata, Bellinzona

Valori, ricetta

dall'1.02.2014
**Pressione
 molto alta**
 Farmacia della
 Piazzetta, Lugano

Parere medico e richiesta
 di visita specialistica

6.06.2000
Strappo del menisco
 Studio del medico
 di famiglia
 Studio fisioterapico,
 Lugano



7.07.1977 (nascita)
Username, password
 Altezza: 165 cm, peso: 53 kg

La cartella informatizzata del paziente include i dati relativi alla salute dei pazienti (referti ospedalieri, medicinali, analisi).
 Medici, farmacisti o terapeuti possono consultare in qualunque momento e dovunque le informazioni rilevanti ai fini dei
 trattamenti. Il paziente decide autonomamente quali specialisti possono accedere ai suoi dati.

L'eHealth in Svizzera

Un mercato molto conteso

Il mercato dell'eHealth è enorme. In Svizzera, ad esempio, «comprende 300 milioni di documenti e 35 000 istituzioni, con costi che si aggirano intorno ai 68 miliardi di franchi», spiega Claudia Pletscher, responsabile Sviluppo e innovazione presso la Posta.

Ciò risveglia ovviamente l'interesse delle aziende in grado di offrire piattaforme informatiche affidabili e accessibili all'utente.

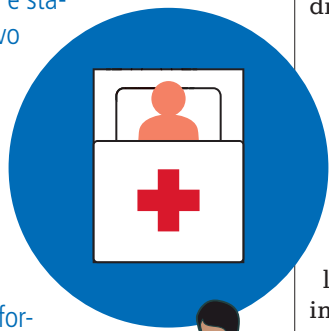
Tanti operatori sanitari, in particolare ospedali, reti di assistenza e assicurazioni, digitalizzano i dati da molti anni. Ma qual è la situazione dello scambio di dati tra i singoli fornitori di servizi? A questo proposito, dal 2009 la Posta e Swisscom sono partner competenti e affidabili, avendo sviluppato le loro piattaforme vivates ed Evita. Le offerte di entrambe le aziende svizzere sono concorrenti in certi aspetti, ma in realtà si integrano anche, perché non coprono le stesse esigenze. Evita è fortemente orientata al paziente, vivates al collegamento in rete dei singoli attori.

Negli ultimi sei anni lo sviluppo di diverse soluzioni di eHealth è stato difficile e il relativo traffico di dati è cresciuto molto lentamente.

Il 19 giugno 2015, tuttavia, il Parlamento ha approvato la legge federale sulla cartella informatizzata del paziente (LCIP), che velocizzerà con effetto immediato l'introduzione dell'eHealth a livello nazionale e, di conseguenza, contribuirà anche all'incremento dello scambio di dati.



di conseguenza, contribuirà anche all'incremento dello scambio di dati.



rapisti, possono rispondere in maniera più specifica alle esigenze dei pazienti.

In un ambito tanto sensibile, la protezione dei dati è cruciale. Quanto è sicura la trasmissione dei dati da parte della Posta?

La gestione dei dati relativi alla salute è un mercato sensibile che impone ai suoi attori di rispettare certe disposizioni e di integrarsi in strutture date. A causa dell'elevata sensibilità dei nostri dati personali relativi alla salute, soprattutto le specifiche di sicurezza e riservatezza impongono uno standard altissimo. I pazienti si aspettano a ragione che i loro dati siano trasmessi in modo sicuro e riservato. Noi trasportiamo ogni giorno milioni di lettere in tutta sicurezza e questo è il nostro pane quotidiano. E questo anche dal punto di vista tecnico, infatti per la Posta la gestione di dati riservati è ordinaria amministrazione.

Con la soluzione vivates, la Posta soddisfa già oggi il 100% delle disposizioni dell'Integrating the Healthcare Enterprise IHE Suisse, che anche in futuro assicurerà la continuità tra l'eHealth svizzero con la sanità internazionale. Inoltre, già oggi soddisfiamo le disposizioni della legge federale sulla cartella informatizzata del paziente (LCIP) e dell'organo di coordinamento eHealth Suisse.

Qual è la situazione giuridica?

Esiste un quadro giuridico?

Il 19 giugno 2015 il Consiglio nazionale e il Consiglio degli Stati hanno approvato la legge federale sulla cartella informatizzata del paziente (LCIP), che pone basi vincolanti e unitarie per lo scambio elettronico di dati.

Perché la Posta si impegna in questo mercato? Intende diventare un ulteriore attore del settore sanitario?

La Posta non vuole essere un altro attore del settore sanitario. Il trasporto affidabile e sicuro di informazioni sensibili rientra fra le competenze di base della Posta. Sin dagli albori della digitalizzazione la Posta ha assunto un importante ruolo di interfaccia tra mondo fisico e digitale. Nel settore della gestione documenti, con Swiss Post Solutions facciamo parte degli operatori leader a livello mondiale. E vantiamo un grande know how quanto a sicurezza nella trasmissione digitale.

Prima ha menzionato la piattaforma vivates. Che cos'è?

vivates è una piattaforma digitale che offre soluzioni per far confluire tutti i dati medici del settore sanitario. Collega in rete gli operatori sanitari tra di loro e con i pazienti. vivates consente uno scambio efficiente dei dati dei pazienti e una collaborazione più semplice tra medici curanti, specialisti e personale infermieristico. I dati medici sensibili sono archiviati decentralmente in modo sicuro presso i fornitori di prestazioni e giungono pertanto rapidamente ai destina-

«Perché la Posta si impegna nel settore eHealth? Perché il trasporto affidabile e sicuro di informazioni sensibili rientra fra le nostre tradizionali competenze di base»

Claudia Pletscher, La Posta

tari giusti. **vivates** è un esempio convincente di soluzione di sistema della Posta che semplifica la quotidianità dei clienti, accelera i complessi flussi di informazioni nel settore sanitario e crea sinergie.

Come funziona esattamente?

Può farci degli esempi concreti?

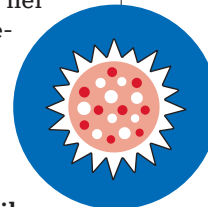
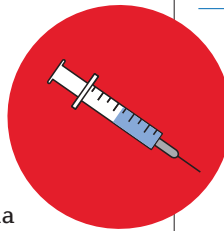
vivates funziona come una piattaforma: raccoglie informazioni ben definite, le codifica e le trasporta in modo sicuro agli interessati lungo il percorso clinico. Medici curanti, specialisti e personale infermieristico possono accedere esclusivamente ai dati specifici e nel momento desiderato. Grazie alla struttura modulare, **vivates** permette diverse soluzioni di eHealth a seconda delle varie esigenze: così lavora sempre la «piattaforma» giusta (il modulo adatto) tra gli operatori sanitari. Tutti i moduli **vivates** sono combinabili illimitatamente; sono le esigenze dei clienti a determinare di volta in volta la composizione e, dunque, il prodotto finale. Decisivo è anche che tutti i moduli **vivates** sono sicuri, efficienti ed economici, oltre a

contribuire ad aumentare la qualità dei servizi medici.

Chi usa già vivates in Svizzera?

Al momento siamo attivi con sei progetti: negli ospedali cantonali di Aarau e Baden con l'Assegnazione elettronica; nel Cantone di Ginevra, da tempo si sono affermati la cartella informatizzata del paziente «MonDossier-Medical» e il Piano di cura; a San Gallo si lavora al progetto della CTI Ricovero ospedaliero; in Ticino con reTIsan si utilizza la cartella per pazienti oncologici; nel Cantone di Vaud, Trasmissione referti e Terapia farmacologica; e nel Cantone di Zurigo, infine, il programma include eSUK, il dossier cantonale degli studenti.

Di vivates fanno parte anche alcuni servizi sanitari, come il Passaporto delle allergie elettronico. A cosa serve?



App per la salute

«Passaporto delle allergie» sullo smartphone

È il pendant digitale del passaporto delle allergie cartaceo e può essere scaricato gratis nell'iTunes Store o nel Google Play Store. Oltre ai dati del paziente, il passaporto elettronico delle allergie fornisce informazioni specialistiche e aggiornamenti su allergie e intolleranze. Il principale vantaggio è l'accesso rapido a tutti i dati medici che sono stati convalidati dal medico curante. A renderlo possibile è **vivates**, la piattaforma di eHealth della Posta. ➔ aha.ch

La piattaforma eHealth della Posta

vivates è una piattaforma modulare che collega in modo digitale gli operatori sanitari ponendo al centro il paziente e consente uno scambio sicuro dei dati.

Il modulo **vivates Ricovero ospedaliero** semplifica la comunicazione tra ospedali e medici privati. È così possibile coordinare meglio gli appuntamenti e pianificare le risorse con maggiore efficienza.

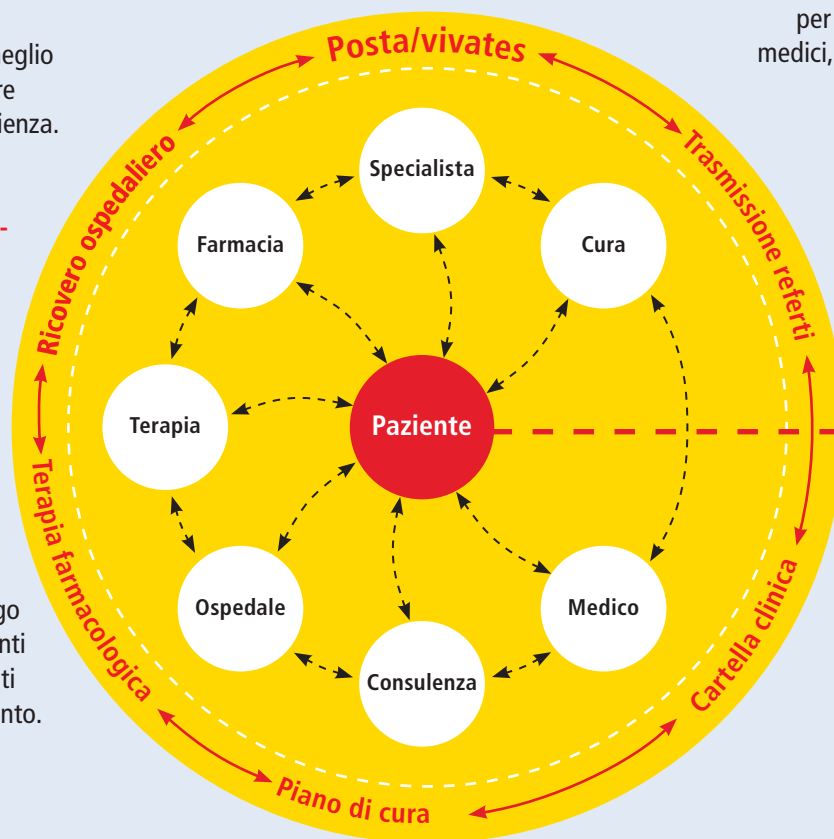
Con **vivates Terapia farmacologica** medici, farmacie, personale infermieristico e ospedali hanno una panoramica completa della terapia dei pazienti.

Con **vivates Piano di cura** è possibile coordinare tra i diversi professionisti tutte le misure di assistenza a lungo termine. Tutti i soggetti curanti sono costantemente informati circa i progressi del trattamento.

Il **vivates Trasmissione referti** offre un'alternativa sicura e semplice per la trasmissione dei documenti medici, che finora sono inviati via fax, lettera o e-mail.

Nel **vivates Cartella del paziente** sono archiviati tutti i dati relativi alla salute, che, quando necessario, possono essere consultati in modo mirato.

Autodeterminazione
Sono i pazienti stessi a decidere chi può visualizzare la cartella e quali dati possono essere consultati.



Soluzione di eHealth intelligente: tutti i moduli **vivates** sono combinabili illimitatamente, a seconda delle esigenze del cliente. Si sono già affermati in diversi Cantoni e sono stati valutati e premiati da eHealth Suisse.

La tecnologia alla base di vivates è molto flessibile. Ci permette non solo di riprodurre i processi tra i fornitori di prestazioni, come ospedali e medici, ma anche di creare applicazioni per i clienti finali. Insieme ad aha! Centro Allergie Svizzera e alla Società Svizzera di Allergologia e Immunologia, la Posta ha sviluppato il passaporto elettronico delle allergie, che gli utenti possono aggiornare autonomamente sullo smartphone.

Quali sono le prossime fasi?

Vogliamo aiutare vivates ad affermarsi come soluzione standard in tutta la Svizzera. Le partnership con Ofac, Health Info Net (HIN), ELCA e HINT ci aiuteranno a portare avanti l'eHealth in Svizzera, creando così un vero valore aggiunto per i fornitori di prestazioni e la popolazione. In Svizzera, il nostro know how e i successi nella creazione di associazioni e comunità nell'ambito dell'eHealth sono unici, e tale esperienza ci torna utile per i progetti futuri. ■

Uno sguardo all'estero



eHealth in Europa: la Danimarca mostra la rotta

In diversi Paesi europei l'eHealth è progredito più che in Svizzera. Secondo un sondaggio dell'UE, negli ospedali per casi acuti e negli studi di medicina generale d'Europa, l'uso degli strumenti di eHealth è aumentato, toccando il 60% nel 2013, contro il 50% del 2007. In testa vi è la Danimarca (66%), seguita da Estonia (63%), e da Svezia e Finlandia (62%). In Danimarca circa l'80% delle anamnesi è già digitalizzato, tutti gli ospedali e i medici curanti intrattengono scambi via e-mail con pazienti, farmacie o casse malati.

Come piattaforma centrale per lo scambio di informazioni, dal 2003 è attivo il portale online sundhed.dk (in italiano: salute), su cui medici e altri specialisti della salute possono consultare i documenti dei pazienti, le loro analisi o le liste di attesa degli ospedali. Allo stesso tempo, il portale è un aiuto per il paziente. Tramite un login, ogni cittadino danese accede a una pagina personale,

dove visualizza la storia dei propri trattamenti, può fissare appuntamenti con il medico di famiglia, rinnovare le ricette per i farmaci, controllare le fatturazioni e definire la propria dichiarazione anticipata. Le disposizioni sulla protezione dei dati vengono rispettate attraverso misure di sicurezza e alla voce «My log» i danesi vedono quali specialisti della salute hanno consultato i loro dati personali. Inoltre, sundhed.dk fornisce informazioni sulla qualità e sui prezzi dei trattamenti, nozioni di base e di prevenzione nonché autotest. I forum integrati consentono lo scambio diretto con altri pazienti.

A differenza di quello svizzero, il settore sanitario danese è fortemente centralizzato e regolamentato. Esiste solo un'unica cassa malati statale. La grande maggioranza dei danesi è assicurata secondo il modello con il medico di famiglia, pertanto è tenuta a recarsi dal medico di famiglia prima di consultare uno specialista. Le prestazioni vengono finanziate con l'imposta sul reddito. La franchigia è tra il 13 e il 15%. Il settore ospedaliero è stato fortemente regolamentato e soggetto a tagli, causando talvolta lunghe attese per le operazioni. Stanno ora nascendo 16 cosiddetti superospedali, dove si intende realizzare un trattamento migliore e più efficiente impiegando soluzioni IT.



Claudia Pletscher (41) è dal 2014 responsabile Sviluppo e innovazione presso la Posta. Questa unità si concentra sull'organizzazione di nuovi modelli di business e soluzioni che fungano da congiunzione tra mondo fisico e digitale. Laureata in giurisprudenza e in possesso di un MBA, occupava in precedenza un ruolo dirigenziale presso IBM.

Il collaboratore recapito



**AMBASCIATORI
DI GIOIA CERCASI!**
(100% O PART TIME)
DIVENTA ANCHE TU
FATTORINO DEI PACCHI PRESSO
POSTLOGISTICS.
CANDIDATURA ONLINE:
ambasciatori-di-gioia.ch

Tre anni fa un autocarro non ha rispettato la precedenza e ha aperto il mio furgone come se fosse una scatola per conserve. Me la sono cavata con uno shock, ma il mio collega è stato ferito. Un anno dopo un veicolo per l'edilizia non mi ha visto e facendo retromarcia ha sbattuto contro il mio furgone. Per fortuna sono rimasto illeso.

5. Il boom dei pacchi legato al commercio online si ripercuote sul suo lavoro?

Eccome! Il volume è aumentato in modo esponenziale, ad alcuni clienti recapito un pacco quasi ogni giorno. In media oggi recapito 250 pacchi al giorno. Da 280 i tempi diventano critici, per cui mi aiutano i colleghi.

6. Quale cliente non dimenticherà mai?

L'imprenditrice di fama nazionale che mi ha messo in mano una banconota da 200 franchi come mancia natalizia. E anche il cliente che mi voleva baciare dalla contentezza per aver ricevuto in tempo il proprio pacco il giorno di Natale.

7. Lei è conosciuto anche come il fattorino volante nei popolari spot televisivi della ditta Digi-tec. Come è iniziata la cosa?

Ho recapitato per anni i pacchi alla Digi-tec e sei anni fa mi hanno proposto di partecipare agli spot. Mi sono lasciato convincere e nel frattempo ne abbiamo già girati 27. È un diversivo piacevole, ma più faticoso di quanto si pensi.

8. Come hanno reagito i suoi clienti postali alla sua carriera in TV?

Il primo anno in modo estremo: siccome tutti volevano scambiare due parole con me, ci mettevo un'ora in più a concludere il giro. Anche le mie cartoline autografate sono molto richieste: ne ho già firmate 2000.

9. Che cosa fa per prima cosa quando torna a casa dal lavoro?

Faccio uno spuntino e mi dedico al mio orto. La sera mia moglie ed io facciamo volentieri una partita a ramino.

10. Se non fosse fattorino, cosa sarebbe?

Mi piace il contatto con i clienti e lavoro volentieri autonomamente. La Posta è perfetta per me. MK

Dieci domande a Richard Stöckli 8050 Zurigo



Domicilio: Zurigo-Affoltern

Età: 49

Hobby: la famiglia, il giardino

Lavora alla Posta: da 24 anni

1. Come è diventato collaboratore della Posta?

Per motivi di salute ho dovuto lasciare il mestiere di panettiere e pasticciere che avevo studiato. Mio padre che lavorava già alla Posta mi disse: «Vieni a lavorare da noi».

2. La sua sveglia suona ogni mattina alle quattro. Una tortura?

Mi alzo senza problemi, è qualcosa che mi è rimasto dentro dall'apprendistato come panettiere. Bevo un caffè, leggo le notizie su

internet e cammino a piedi dieci minuti per andare al lavoro. Alle cinque e mezza inizio a spartire i pacchi.

3. Il suo giro passa per il quartiere trafficato di Oerlikon. Resta imbottigliato nel traffico ogni giorno?

Quasi mai, se c'è coda cambio il mio giro. Conosco ogni scorciatoia.

4. Percorre venti chilometri al giorno. Ha mai avuto incidenti?

Scopra 2 rimedi "MIRACOLOSI"...

che potrà conservare nel Suo frigorifero. Potrebbero alleviare molti disturbi e Le faranno risparmiare parecchi soldi. Prima di comprare dei medicinali chimici (che possono avere degli effetti collaterali sgradevoli) a prezzi elevati, si conceda un minuto per leggere quanto segue...

LO ZENZERO

Lo zenzero è una spezia molto diffusa che si rivela super efficace contro vari disturbi; è un rimedio incredibile e non costa quasi niente.

Lo zenzero, già usato nell'antica medicina cinese, viene impiegato sia nella medicina tradizionale che in quella ayurvedica. È un rimedio molto potente contro numerosi disturbi frequenti nella vita di tutti i giorni. Non è una formula magica tratta da un libro per fattucchiere, ma un rimedio che è stato studiato e testato e i cui effetti sono stati provati scientificamente.

Lo zenzero è ricco di minerali, di vitamina B6 e soprattutto di antiossidanti estremamente potenti. Nessun altro frutto o spezia è così efficace contro tanti disturbi diversi. Nel suo nuovo libro "Zenzero, un tesoro dimenticato", Sandra Bierstedt ci svela tutti i segreti dell'antichissima pianta. Per esempio:

- come alleviare o bloccare le crisi di emicrania senza effetti collaterali e con risultati migliori rispetto al rimedio chimico
- come eliminare il mal di mare, di macchina e le nausea
- qual è il segreto di Angelina Jolie che ha perso 11 chili in qualche settimana appena
- qual è la ricetta per alleviare i dolori alle articolazioni, per i gonfiori e le infiammazioni
- come risolvere problemi di indigestione, dolori allo stomaco e aerofagia in appena mezz'ora
- qual è la semplice ricetta, più efficace dei medicinali chimici, contro i bruciori di stomaco
- come preparare uno spray efficace contro l'acne



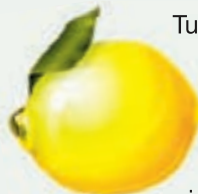
- come mettere fuori gioco un'eccessiva freddolosità e un ciclo mestruale doloroso
- per quanto concerne la sessualità: rivela l'arma assoluta da secoli contro l'impotenza o la mancanza di libidine
- come farla finita con i disturbi del sonno....
- qual è la ricetta per preparare una bevanda afrodisiaca
- qual è l'alternativa efficace contro artrosi, artrite e reumatismi
- come preparare un bagno contro la cellulite e per ringiovanire la pelle
- come bloccare l'acidificazione del corpo che è pericolosa quanto il consumo eccessivo di alcol e tabacco
- come combattere i postumi della sbornia
- come far funzionare il sistema immunitario a pieno regime e non lasciare alcuna chance alle influenze
- come preparare un astuccio di emergenza con rimedi a base di zenzero

Il libro "Zenzero, un tesoro dimenticato" Le farà scoprire decine di rimedi e ricette per curare numerosi problemi di salute grazie alle straordinarie virtù dello zenzero. Il grande vantaggio dello zenzero è che è in vendita in tutti i supermercati. Economico, efficace e senza effetti collaterali. **Il Suo farmacista gliene ha già parlato?**

Ordini urgenti
Tel 091 252 00 98
Fax 022 552 09 42
service@bodybest.ch

IL LIMONE

Se pensava di conoscere tutto sul limone, sarà sorpreso di scoprire che questo frutto solare è ben di più di un concentrato di vitamina C.



Tutti conoscono le proprietà benefiche degli agrumi. E, per la maggior parte di noi, il limone è spesso sinonimo di vitamina C. Nel libro "Molto più che vitamina C" imparerà a conoscere i numerosi benefici sconosciuti di questo agrume straordinario che arriva dal sud, le sue numerose virtù e come preparare delle ricette estremamente efficaci e semplici da usare.

Il limone può attenuare disturbi e problemi più inaspettati. Dall'herpes labiale ai postumi di un'ubriacatura, senza dimenticare l'acne, i problemi di prostata, l'arteriosclerosi, la disintossicazione e la perdita di peso... solo per citarne alcuni.

C'è acido e...acido

Il nostro attuale modo di vivere porta all'acidificazione del corpo (acidosi) che si accompagna, tra l'altro, all'apatia, all'invecchiamento precoce, all'aumento del colesterolo, alla perdita dei capelli e all'esaurimento nervoso. Malgrado il suo gusto acido, il succo di limone è alcalino (antiacido), quindi ha l'effetto opposto. Ciò lo rende una delle armi più temibili per combattere contro numerose malattie.

E molto di più ancora

Il libro è una fonte inesauribile di trucchi e astuzie pratiche come per esempio • come eliminare le lentiggini • avere delle belle unghie bianche • far sparire la forfora • tagliare le cipolle senza piangere • lenire gli effetti dannosi sulla pelle provocati dall'esposizione al sole • respingere i moscerini, ecc.

Il libro La soprenderà e si rivelerà un punto di riferimento ogni qual volta avrà un piccolo problema da risolvere. **Un libro indispensabile in ogni biblioteca!**

Buono di lettura da rispedire a Body Best

Casella postale 2622-1260 Nyon 2 - Tel 091 252 00 98-Fax 022 552 09 42
service@bodybest.ch - www.bodybest.ch

Per favore inviatemi il (i) libro(i) seguente (i)

___ copia(e) di « **Zenzero, un tesoro dimenticato** »
al prezzo di Fr. 39,- per 1 copia

___ copia(e) di « **Molto più che vitamina C!** » al prezzo di Fr. 39,- per 1 copia

Partecipazione alle spese di porto e imballaggio Fr. 6,95

Risparmio di Fr. 19.- ordinando 2 copie al prezzo offerta di Fr. 59,-.
Diritto di recesso 30 giorni

Nome/Cognome _____

Indirizzo _____

Cap./Località _____

Tel. _____ Data di nascita _____

GCIP010

Nuovo portale

Tutto in un solo login

Dal 1° giugno 2015, basta un solo login per accedere alle prestazioni della Posta su internet.

Sul nuovo portale della Posta i clienti possono impartire procure singole, richiedere la presa in consegna di pacchi a casa, definire un ordine per le vacanze e molto altro ancora. È possibile accedervi tramite computer, tablet o smartphone: la visualizzazione del portale si adegua all'apparecchio terminale utilizzato.

➔ posta.ch



Insieme è meglio

Rete di car pooling PubliRide

La Svizzera è considerata il Paese natale del car sharing. Il primo servizio privato di condivisione dell'automobile (SEFAGE) nacque infatti a Zurigo nel 1948. In uno studio del 2012 dell'University of California di Berkeley, la Svizzera, con 12 996 condivisori di automobili per milione di abitanti, risultava al top della classifica mondiale del car sharing. Ben altra è la situazione a livello di ridesharing (condivisione di tragitti). In Svizzera in media viaggiano solo 1,6 persone per auto. La creazione di car pooling può migliorare nettamente lo sfruttamento dei veicoli. Con PubliRide, AutoPostale offre la collaudata piattaforma di prenotazione dei passaggi flinc, combinandola con collegamenti del trasporto pubblico. Attualmente il nuovo servizio viene testato a Baden (AG), Blauen (BL) e nei comuni del Vallese Ayent, Arbaz, Savièse, Grimisuat e Vionnaz.

➔ publiride.ch

Crowdfunding

Realizzare i propri sogni



Attualmente il crowdfunding è uno strumento popolare per finanziare idee di vario genere. La piattaforma ibelieveinyou.ch si concentra sui progetti sportivi in Svizzera. In qualità di partner principale, PostFinance sostiene tutti i progetti finanziati con successo mettendo a disposizione fino a 200 franchi.

➔ ibelieveinyou.ch

Cercasi visionari







Hackathon a Berna

Il 25 e 26 settembre avrà luogo il secondo Hackathon PostFinance nell'Energie Lounge della PostFinance Arena a Berna. Nel corso di 24 ore, i giovani partecipanti (massimo 100), svilupperanno idee su come potrebbero configurarsi i servizi finanziari del futuro. Si svolgeranno inoltre workshop su augmented reality, gamification, blockchain e big context.

Iscrizione e ulteriori informazioni su ➔ postfinance.ch/hackathon

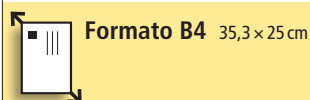
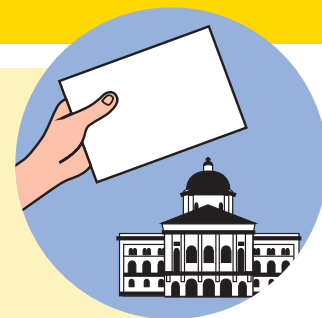


Follow us on social media

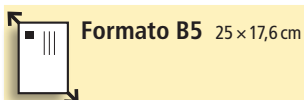
-  facebook.com/swisspost
-  twitter.com/postasvizzera
-  youtube.com/swisspost
-  instagram.com/swisspost, #swisspost
-  linkedin.com/company/swiss-post
-  xing.com/companies/dieschweizerischepost

Tariffe di lettere e pacchi

Da staccare e conservare: le principali tariffe di spedizione (stato: 17 agosto 2015)



Formato B4 35,3 x 25 cm



Formato B5 25 x 17,6 cm



fino al formato B4/B5 e fino a 2 cm di spessore e fino a 1000g di peso



Svizzera



Europa



Altri Paesi

1.

Dimensioni
Quant'è grande la mia lettera?

2.

Peso
Quanto pesa la mia lettera?

3.

Tempo e prezzo
Quando deve arrivare al destinatario? Come devo affrancare la mia lettera?

Dimensioni	Peso	Tempo e prezzo	
		domani ¹ 	in 2-3 giorni lavorativi ²
fino al formato B5 fino a 25 x 17,6 cm	1-100g	Posta A 1.-	Posta B -0,85
	101-250g	Posta A 1.30	Posta B 1.10
fino al formato B4 fino a 35,3 x 25 cm	1-500g	Posta A 2.-	Posta B 1.80
	501-1000g	Posta A 4.-	Posta B 3.60
fino al formato B5 fino a 25 x 17,6 cm	1-20g	in 2-4 giorni lavorativi ³ Priority 1.40	in 4-10 giorni lavorativi ³ Economy 1.30
	21-50g	Priority 2.60	Economy 2.20
	51-100g	Priority 3.70	Economy 2.90
fino al formato B4 fino a 35,3 x 25 cm	1-100g	Priority 4.30	Economy 3.80
	101-250g	Priority 7.-	Economy 4.90
	251-500g	Priority 12.50	Economy 8.50
fino al formato B5 fino a 25 x 17,6 cm	1-20g	Priority 1.90	Economy 1.60
	21-50g	Priority 3.80	Economy 2.80
	51-100g	Priority 5.-	Economy 3.60
fino al formato B4 fino a 35,3 x 25 cm	1-100g	Priority 5.80	Economy 4.20
	101-250g	Priority 9.50	Economy 6.30
	251-500g	Priority 16.-	Economy 9.50
fino al formato B4 fino a 35,3 x 25 cm	501-1000g	Priority 25.50	Economy 15.-

Elezioni parlamentari

Termini di consegna delle buste elettorali

Il 18 ottobre 2015 gli elettori svizzeri sono chiamati alle urne per eleggere il Consiglio nazionale e il Consiglio degli Stati. Chi non desidera recarsi personalmente alle urne, deve impostare la propria busta elettorale preaffrancata entro martedì 13 ottobre ed entro giovedì 15 ottobre con la Posta A.

Raccomandata Prepaid

Stacca e imbuca!

Con Raccomandata Prepaid è possibile inviare una lettera raccomandata a qualsiasi ora del giorno e della notte. Basta staccare dal foglio l'etichetta d'invio, incollarla sulla busta e imbuicare nella buca delle lettere più vicina. Pratico: sotto l'etichetta d'invio compare il codice a barre che può essere scansionato con la Post-App, per sapere sempre dove si trova l'invio. L'addetto al recapito consegna la Raccomandata Prepaid soltanto dietro firma.

➔ posta.ch/lettere-raccomandata
➔ postshop.ch



Dimensioni massime
Peso: 30 kg
Formato:
100 x 60 x 60 cm



Svizzera

1.

Peso
Quanto pesa il mio pacco?

2.

Tempo e prezzo
Quando deve arrivare il mio pacco al destinatario? Come devo affrancare il mio pacco?

Dimensioni	Tempo e prezzo	
	domani ^{4,5} PostPac Priority	dopodomani ⁴ PostPac Economy
fino a 2 kg	9.-	7.-
fino a 5 kg	11.-	9.-
fino a 10 kg	12.-	10.-
fino a 20 kg	18.-	15.-
fino a 30 kg	25.-	22.-

1 Recapito nei giorni feriali (da lunedì a sabato)
2 Sabato: nessun recapito
3 Variazione dei tempi di consegna effettivi in base alla destinazione

4 Sabato e domenica: nessun recapito. In caso di impostazione il sabato, il recapito sarà effettuato il martedì (PostPac Priority), con PostPac Economy il mercoledì.

5 Accettazione pacchi: il giorno precedente, di regola fino alle ore 12; in oltre 200 uffici postali fino alle ore 16.
➔ posta.ch/postpac-prio

Le tariffe per MiniPac e PostPac International sono disponibili su ➔ posta.ch/calcolatrice-spedizioni

! Si prega di osservare le disposizioni internazionali sul trasporto di merci pericolose ➔ 0800 888 100

Avete ulteriori domande?

 **Maggiori informazioni sulla Posta sono disponibili sul sito internet.**
➔ posta.ch

 **Calcolo prezzi**
Il prezzo giusto in poche mosse!
➔ posta.ch/calcolatrice-spedizioni

 **Acquistare francobolli**
Alla Posta, online, via SMS, nei «kiosk», negli esercizi Naville, Relay, Press & Web e Newscafé.
➔ posta.ch/francobolli
➔ posta.ch/webstamp-easy
➔ posta.ch/francobollosms

 **Ufficio postale**
L'ufficio postale più vicino saprà rispondervi.
➔ posta.ch/ubicazione

0848 888 888
Il vostro ufficio postale all'altro capo del filo.

Opuscolo

Troverete maggiori informazioni nel nostro opuscolo.
➔ posta.ch/opuscolo-clienti-privati



L'esperto consiglia

Shopping con lo smartphone in tutta sicurezza

Fare acquisti e pagare con lo smartphone è semplice, veloce e anche divertente. Ma è sicuro? Seguendo i nostri suggerimenti non avrete nulla da temere!



Smartphone e tablet guadagnano terreno nel campo dell'e-banking e dell'e-commerce. Per effettuare acquisti e operazioni bancarie tramite l'accesso mobile a internet dobbiamo immettere informazioni sensibili come indirizzo, dati personali, coordinate bancarie o password. Per evitare abusi, è perciò opportuno attenersi ad alcune semplici regole di comportamento.

– Consiglio 1 –

Attenzione alla sicurezza dei collegamenti!

Utilizzate solamente reti senza fili (WLAN) conosciute e cifrate con protocollo WPA2. Evitate l'uso di reti WiFi aperte. Prima di immettere dati sensibili in uno shop o su una pagina di login, assicuratevi che il collegamento sia protetto: l'indirizzo visualizzato nel browser inizia con <https://>, compare un lucchetto e spesso la riga dell'indirizzo ha sfondo verde. Cliccando sul simbolo del lucchetto potete prendere visione dei dati d'identificazione del sito web.

– Consiglio 2 –

Scaricare le app solamente dagli store dei produttori

I produttori delle comuni piattaforme per smartphone offrono anche appositi store per le app (iOS: App Store; Android: Google Play; Windows Mobile: App+Game Store). In tal modo impediscono la diffusione di app dannose. Scaricate le app esclusivamente da questi store.

– Consiglio 3 –

Se possibile preferire l'app al browser

Le app sono dotate di funzioni di sicurezza che non vengono offerte nel browser. Perciò spesso è preferibile usare l'app di un produttore anziché il suo sito web. Per esempio la PostFinance App: dato che non è necessario immettere l'indirizzo web, l'app previene errori di battitura, può verificare automaticamente in background il collegamento sicuro (<https://>) e offre pratiche funzioni supplementari come Scan + Pay e l'accesso rapido.

– Consiglio 4 –

In caso di dubbio agire con prudenza

Siate prudenti se non siete sicuri di potervi fidare di un sito web, di un'app o di una rete WiFi. Ciò vale in particolare se vi viene richiesta l'immissione di dati personali. Se avete immesso accidentalmente dati di accesso o altri dati personali attraverso una rete che non sembra affidabile o in un sito web sospetto, notificate al relativo provider, che può bloccare il vostro account per evitare abusi e fornirvi nuovi dati di accesso.

Informazioni dettagliate sono disponibili qui:

➔ postfinance.ch/sicurezzaonline



Sylvie Meyer
Responsabile Distribuzione,
PostFinance SA



Telefono 0848 85 8000
www.posta.ch/apprendistato
postajob@post.ch



15 professioni e 830 posti di tirocinio – Inizio dell'apprendistato 2016

Dinamismo giallo. **LA POSTA** 

**ACQUISTATE
 SUBITO
 I VOSTRI BIGLIETTI
 SU WWW.TICKETCORNER.CH**

turismo storia
 teatro concerti

NINFEA

performance
 incontri gastronomia
 e molto altro ancora

Salite a bordo di questa esclusiva scultura galleggiante sul Lago dei Quattro Cantoni!

Flüelen (UR), imbarcadero SGV, dal 27 agosto al 13 settembre
Vitznau (LU), Park Hotel, dal 17 settembre al 4 ottobre



Informazioni e programma dettagliato su www.gaestival.ch

Biglietti e viaggio per la Ninfea

Un progetto della NPR

Partner del progetto Ninfea

Altri partner del progetto

Partner media

gästival
 unsere Gäste – unsere Freunde

Da sempre è un simbolo degli autopostali e una delle sonorità dell'identità culturale svizzera. Il corno postale a tre suoni è prodotto ancora oggi manualmente dalla ditta Moser-Baer, nell'Emmental.

Testo: Michael Kroboth



«Tü-ta-too!» Quando, in prossimità di punti particolarmente tortuosi delle strade di montagna, il conducente dell'autopostale suona il clacson, nessuno resta indifferente.

I turisti asiatici seduti nel bus vanno in visibilo. Ai passeggeri indigeni la melodia strappa un sorriso come per magia, riportando alla memoria le gite scolastiche in gioventù o qualche bella escursione.

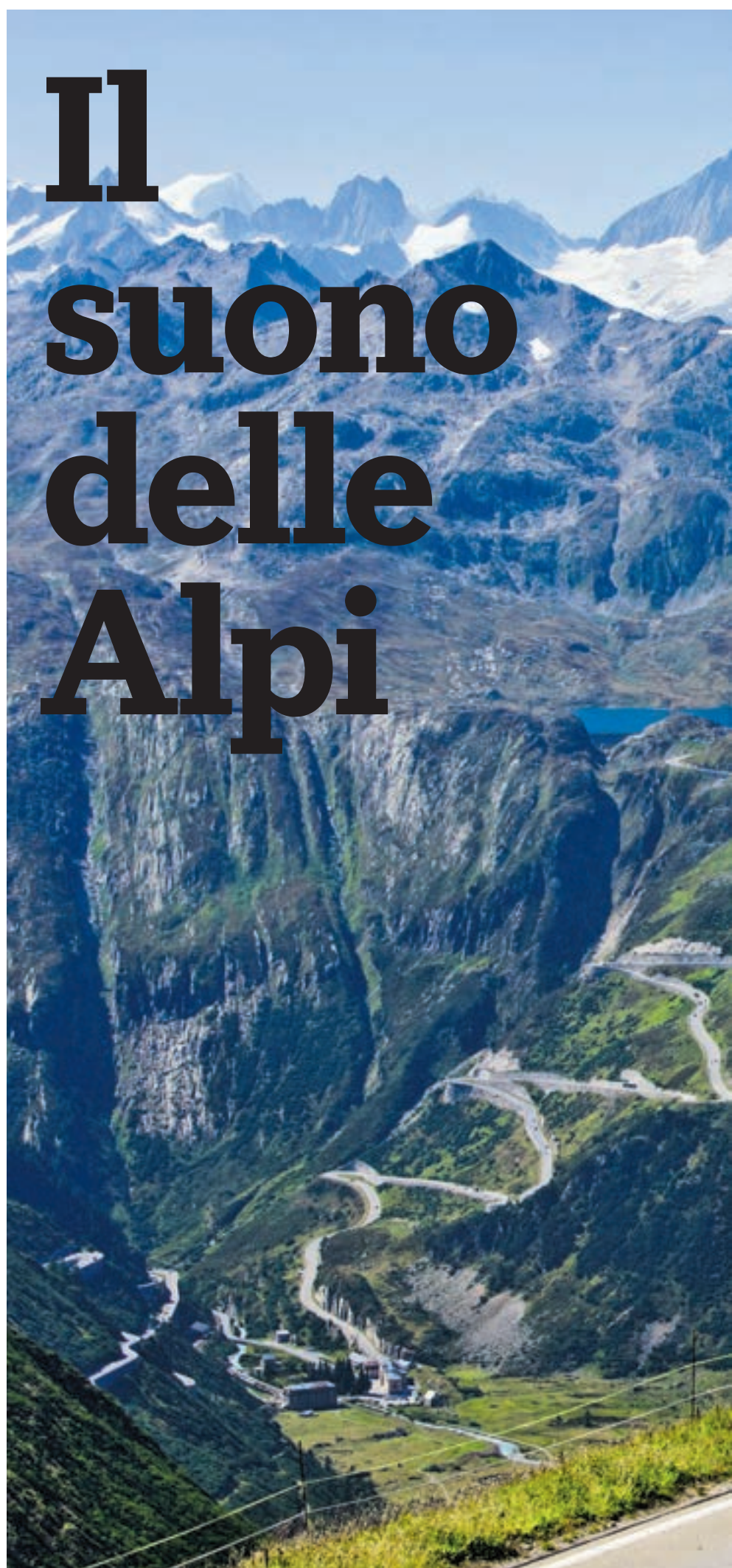
Il famoso corno a tre suoni è molto più di un semplice segnalatore acustico per veicoli: insieme al tipico colore giallo postale, è un simbolo degli autopostali. Senza contare che è il suono delle Alpi, in grado di toccare il cuore di ogni svizzero. Degno di nota è il fatto che anche nell'epoca digitale dell'autopostale dotato di internet gratis e schermi, i tre suoni non provengono da altoparlanti hightech, bensì dal caro vecchio corno postale.

Omaggio a Rossini

Da 75 anni, il corno è prodotto esclusivamente dalla ditta Moser-Baer di Sumiswald. Il principale campo di attività di questa ditta con 300 collaboratori in tutto il mondo include strumenti di misurazione del tempo (in particolare i noti orologi da stazione) e strumenti medici. Ogni tre o quattro anni, tuttavia, AutoPostale ordina alla ditta dell'Emmental una nuova serie di 100 corni. «Siamo molto orgogliosi di questo compito carico di valori simbolici», afferma il direttore Reto Reist in occasione della visita nell'Emmental bernese mentre srotola un vecchio schizzo del corno postale. «La produzione richiede tuttora innumerevoli fasi operative, per le quali sono necessari un accurato lavoro artigianale e tanta pratica», spiega. «Dei cinque collaboratori coinvolti nella produzione di un corno postale, alcuni vantano già oltre 20 anni di esperienza».

La prima fase deriva dalla classica costruzione degli ottoni. Su una lamiera di ottone piatta viene stampato un pezzo a forma di tromba, poi laminato e, come si dice nel gergo specialistico, «pressato» nella forma rotonda desiderata. Successivamente, all'estremità anteriore, viene saldata un'apertura a imbuto; è così finita la prima delle tre campane. Perché ne serve una per ogni suono. Infine, la sabbiatura e la nichelatura impermeabilizzano le campane. Ciò è indispensabile, spiega Reto Reist, poiché il corno postale viene collocato nel sottoscocca dell'autopostale, dove è esposto a umidità e a grandi oscillazioni di temperatura.

A questo punto, le campane vengono fissate alla parte meccanica sotto il pianale. La piccola cassetta di metallo funge da una sorta di trasformatore, dove l'aria in entrata viene spinta attraverso le membrane e, da lì, oltre, fin dentro le tre campane. Alla fine, il corno postale viene accordato. Il motivetto è ripreso dall'andante dell'ouverture >





«Tü-ta-too»: ancora oggi, un terzo dei 2200 autopostali delle tratte montane sono dotati di un corno postale.

Dalla lamiera al corno postale: costruzione artigianale da Moser-Baer



1 Dalla lamiera sono ritagliati i pezzi a forma di tromba.



2 L'ottone viene laminato e saldato.



3 La campana viene «pressata» sul banco da lavoro.



4 La nichelatura impermeabilizza tutti i pezzi.



5 Realizzazione dell'alloggiamento.



6 Solo per mani esperte: il montaggio dei singoli pezzi.



7 Alla fine, il corno postale viene accordato. Non a orecchio, ma misurando le frequenze.



Reto Reist, CEO

«Siamo fieri di questo incarico di grande rilevanza simbolica»

#tütatoo

Il concorso video

Cantate o mettete in musica la famosa melodia caratteristica dell'autopostale e postate il vostro video su Instagram con l'hashtag #tütatoo. Potete vincere una corsa speciale di una giornata sull'autopostale, per voi e i vostri amici.

Condizioni di partecipazione via codice QR.



dell'opera «Guglielmo Tell» di Gioacchino Rossini e comprende la sequenza di note do diesis-mi-la, in la maggiore. «È richiesta una precisione assoluta», specifica Reto Reist «per questo non accordiamo a orecchio, ma misuriamo le frequenze». Una pratica assordante. Il livello sonoro del corno postale è di 100 decibel nel raggio di dieci metri, corrispondente a quello di un martello pneumatico. Sebbene la fase finale avvenga nel piano interrato della fabbrica, anche il vicinato sa quando realizziamo un nuovo corno postale.

In uso dal 1923

La storia del corno postale è lunga quanto quella della Posta stessa. Già i postiglioni delle carrozze della posta a cavallo soffiavano in un corno per annunciare il loro arrivo e la partenza. A poco a poco, il corno postale fu sostituito da telefono e telegrafo, e solo con l'avvento della posta alpina a motore, dal 1919, tornò a essere usato. Inizialmente si costruivano clacson azionati a mano, la cui portata era tuttavia troppo limitata, infatti, nei tornanti stretti capitavano continuamente incidenti.

In seguito, la Posta ha commissionato la costruzione di un corno a tre suoni con compressore elettrico e finalmente, nel 1923, un autopostale ha lasciato echeggiare per la prima volta il motivo rossiniano tra i monti. Le prime campane sono state prodotte in Svizzera dalla fabbrica di strumenti a fiato Hirsbrunner, incaricando altri per la meccanica. Nel 1940, l'incarico è passato alla ditta Moser-Baer, in grado di garantire tutte le fasi di fabbricazione.

Sono già più di 90 anni che i conducenti degli autopostali si annunciano sulle strade con il loro breve tormentone. Questo segnale di avvertimento è un segnale stradale ufficiale ed è usato conformemente alla prescrizione di servizio: «Il corno a tre suoni deve essere azionato sulle strade postali di montagna e su altre strade dalle condizioni difficili. È vietato usarlo nei centri abitati». Dal 1963, tutte le strade postali di montagna sono segnalate da un cartello recante un corno postale su fondo blu.

Un articolo che non passa di moda

Nel corso del tempo, anche in montagna sempre più strade sono state ampliate, agevolando l'incrocio tra veicoli. Tuttavia, fino a oggi i corni postali non sono passati di moda. Circa un terzo dei circa 2200 autopostali sono dotati di corni postali, installati su 20-40 nuovi veicoli ogni anno.

Il corno è da tempo un oggetto di culto.

Moser-Baer riceve regolarmente richieste di acquisto da aziende di trasporto su strada e da privati. «Uno svizzero nostalgico ci ha contattati perfino dall'Australia», riferisce il CEO Reto Reist «ma rispondiamo sempre negativamente». Perché il «Tü-ta-too» deve restare quel che è: il simbolo acustico degli autopostali svizzeri – e il corno a tre suoni dei luoghi di origine.

Foto storica

1982

**Le PTT – un pezzo di storia svizzera**

Sono passati ormai 17 anni da quando hanno cambiato nome, ma ancora oggi le persone più anziane parlano di PTT quando vogliono indicare la Posta. Le vecchie PTT sono per loro un pezzo di storia svizzera e parte della loro quotidianità. Chi vuole immergersi in questo mondo può visitare il sito dell'archivio delle PTT che raccoglie i racconti di ex impiegati: dalla coppia di buralisti di un paesino, al conducente di autopostali che al mattino consegnava al postino il sacco postale e i pacchi, o all'ambulantista che di sera alla stazione prendeva in consegna le lettere e i pacchi per la spartizione e la spedizione. E anche i personaggi sul manifesto raccontano i propri aneddoti. Si ricordano ancora come le PTT, allora in possesso di monopolio, facessero fatica a reclutare il personale necessario. Potete sentire queste e altre storie dell'epoca delle PTT alla pagina

➔ oralhistory-pttarchiv.ch HF



Trofei: il diploma e il cubo d'oro per la «rivista».

Premio alla «rivista»

Medaglia d'argento

Ebbene sì, la rivista che vi informa sul mondo della Posta ha ricevuto un riconoscimento. E l'ambito in cui si è distinta è quello del corporate publishing, tutto dedicato alle pubblicazioni destinate alla clientela. Una volta all'anno i professionisti del settore si affrontano nel Best of Corporate Publishing, una grande manifestazione che premia le migliori pubblicazioni aziendali dell'area linguistica germanofona nelle 28 categorie a concorso. Nel 2012 la «rivista» si è aggiudicata la medaglia d'oro nella categoria B2C (Commercio) e lo scorso giugno è salita di nuovo sul podio con il conferimento della medaglia d'argento. Un buon motivo per essere fieri.

GIACCA FUNZIONALE DANFE

unisex:



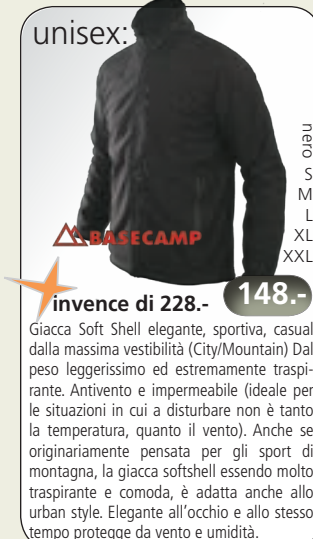
Giacca highend function con sistema di chiusura a cerniera per attaccare con la zip e senza cuciture la parte in pile. Con il suo sistema traspirante (passaggio del vapore acqueo) di 6.000g/m2/25h e una colonna d'acqua di 20.000 mm compete nella categoria delle giacche highend function. Cappuccio contro le intemperie, compatibile con l'elmetto, cerniera a due direzioni con coprimento (frontale), cuciture impermeabili, fascette regolabili sulle maniche (con velcro), cordoncino elastico in vita, ecc. Inclusa la calda e comoda giacca interna in pile (270 g/m2), estraibile grazie il sistema a cerniere, può essere utilizzata anche da sola. Dispone di due tasche laterali e due pratici taschini interni. Così avrete sempre spazio sufficiente per portare tutto quello che vi serve.



Set invence di 399.-
198.-

SOFTSHELL MAYUR

unisex:



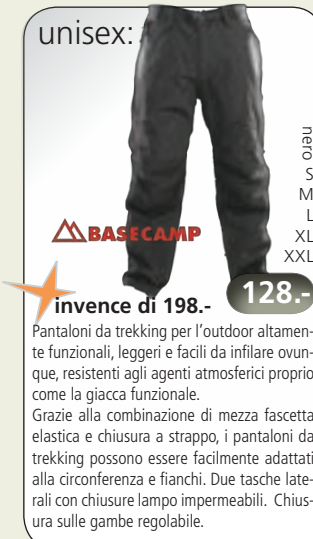
nero S M L XL XXL

invence di 228.- **148.-**

Giacca Soft Shell elegante, sportiva, casual dalla massima vestibilità (City/Mountain) Dal peso leggerissimo ed estremamente traspirante. Antivento e impermeabile (ideale per le situazioni in cui a disturbare non è tanto la temperatura, quanto il vento). Anche se originariamente pensata per gli sport di montagna, la giacca softshell essendo molto traspirante e comoda, è adatta anche allo urban style. Elegante all'occhio e allo stesso tempo protegge da vento e umidità.

PANTALONE DA TREKKING

unisex:



nero S M L XL XXL

invence di 198.- **128.-**

Pantaloni da trekking per l'outdoor altamente funzionali, leggeri e facili da infilare ovunque, resistenti agli agenti atmosferici proprio come la giacca funzionale. Grazie alla combinazione di mezza fascetta elastica e chiusura a strappo, i pantaloni da trekking possono essere facilmente adattati alla circonferenza e fianchi. Due tasche laterali con chiusure lampo impermeabili. Chiusura sulle gambe regolabile.

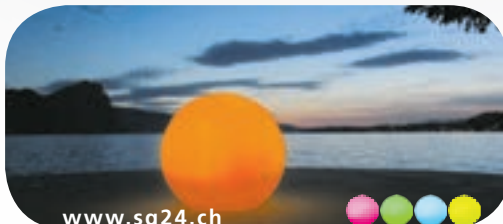
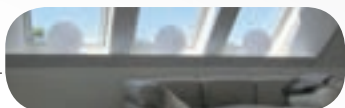
LED AMBIENT DECO LIGHT BALL

NOVITÀ - alla moda e trendy! Sfera luminosa LED per interni ed esterni

LED Ambient Deco Light Ball, con la sua luce colorata e delicata, permette di creare scenari di particolare impatto visivo e un ambiente rilassato. Le variazioni di colore, che possono essere scelte in modo automatico, incantano con suggestive sequenze colorate, diffondendo nell'ambiente circostante emozioni rilassanti e calde. Non importa se posizionata all'esterno in giardino, sulla terrazza o all'interno, questa sfera colorata può essere impiegata in modo vario ed è sempre una delizia per gli occhi.

- Diametro 30 cm. A tenuta stagna per l'uso all'interno e all'esterno (senza fili).
- Molto decorativo per salotto, camera, giardino, in piscina o sulla terrazza...
- Durante il giorno una bella e moderna sfera bianca e la sera un'impressionante illuminazione.
- Batterie con autonomia di oltre 8 h o funzionamento continuo con caricatore (per uso interno).
- Tecnica LED duratura e a risparmio energetico. Durata LED > 50.000 h.
- Con il telecomando potete impostare colori e/o programmi da ca. 6-8 m di distanza il tutto in un attimo • Dimmer luce, regolatore di velocità.

Scegliete il colore desiderato con il telecomando in dotazione. Potete inoltre variare l'intensità, quindi toni pastello o colori forti, oppure ancora lasciar partire i programmi automatici, per es. per un passaggio di colori senza soluzioni di continuità.



www.sq24.ch



invence di 168.-/pz.
98.-
a partire da 3 pezzo
CHF 89.-/pz.

I colori rappresentano una fonte infinita di energia, che influisce su di noi sotto forma di onde colorate e luminose. Un intenso tramonto ci porta automaticamente a sentirsi più tranquilli e rilassati. Così come un mare dal profondo blu, il colorato spettacolo dei fuochi d'artificio o di un temporale imminente provocano in noi forti vibrazioni e ci fanno vivere intense emozioni. Con l'illuminazione colorata, non solo abbellite l'ambiente in cui vivete, ma allo stesso tempo contribuite a creare un'atmosfera piacevole e rilassante.

SEDILE MOBILE PER MASSAGGI (SHIATSU) 4 IN 1

Concedetevi il vostro massaggiatore personale!



Rende ogni poltrona una perfetta poltrona per massaggi

Muscoli irrigiditi e mal di schiena? Massaggio impastante, rullante, vibrante e ora anche SWING in un unico apparecchio. Telecomando semplice e comodo. Massaggio su tutta la schiena o mirato su una determinata zona, si adatta a qualunque sedile, sistema di fissaggio antiscivolo. Combina una tecnica modernissima e il sapere tradizionale. Ci crederete solo dopo averlo provato: "Massaggia proprio come le mani vere!". Il massaggio impastante Shiatsu agisce in profondità stimolando e rafforzando la muscolatura della schiena. Il massaggio rullante, estremamente delicato, riattiva la circolazione e funge da drenaggio linfatico. Il massaggio vibrante ha un'azione rilassante sui muscoli favorendo anche il relax psichico. Grazie al massaggio swing potete attivare e armonizzare il vostro flusso del Chi. Da 15 a 20 min. al giorno e viene attivato il flusso energetico, agendo sui muscoli e producendo un piacevole rilassamento.



Teste massaggianti appositamente studiate simulano le mani e le dita di un massaggiatore professionale. Grazie a una tecnologia e a programmi modernissimi è possibile eseguire e combinare le più svariate tecniche di massaggio.

SMARTQ

invence di 448.-
249.-



• **Massaggio impastante Shiatsu:** Massaggio impastante che agisce in profondità su tutta l'area della schiena e in modo mirato sulle spalle e sulla zona lombare. Massaggio spot in qualsiasi punto si desidera.

• **Massaggio rullante:** con questa tecnica di massaggio estremamente dolce e piacevole è possibile regolare la distribuzione della pressione lungo la colonna vertebrale grazie alla possibilità di regolare la larghezza in modo variabile esattamente secondo le proprie esigenze.

• **Massaggio swing:** La modalità swing consente di attivare e armonizzare il vostro flusso del Chi (grazie a un movimento ondulatorio).

• **Massaggio vibrante:** Il massaggio vibrante, con 3 livelli di intensità impostabili in modo personalizzato, ha un'azione rilassante sui muscoli e favorisce anche il relax psichico.



con calore a infrarossi

Incl. l'adattatore a 12V per l'auto



A CASA

UFFICIO

MASSAGGIATORE MANUALE POWER SPOT

Siete voi a decidere la posizione, la pressione e l'intensità del massaggio. Adatto soprattutto al trattamento mirato di contratture localizzate. - Già dopo un breve trattamento aumenta notevolmente il flusso sanguigno verso la zona trattata.

invence di 149.- **89.-**



MASSAGGIO DE ZONE RIFLESSOGENE DEL PIEDE

Questo efficace apparecchio per il massaggio delle zone riflessogene del piede stimola in modo energico e preciso le zone riflessogene. L'energica e calda stimolazione delle singole zone riflessogene del piede produce così una reazione ottimale nelle rispettive parti del corpo.

invence di 269.- **129.-**



Offerte speciali per le clienti e i clienti della Posta Svizzera

Quantità:	Articolo	Colore:	Taglie:
	14-00x-37 Giacca funzionale (incl.pile&cap) a 198.-/set		
	14-104-37 Pantalone funzionale da trekking a 128.-/pz	nero	
	14-404-37 Giacca Softshell MAYUR für 148.-/pz	nero	
	21-015-37 Sedile mobile massaggiante a 249.-/pz.		
	21-065-37 Massaggio de zone riflessogene del piede a 129.-/pz		
	21-061-37 Massaggiatore manuale Pow.Spot a 89.-/pz.		
	12-300-37 LED Ambient Deco Light Ball a 98.-/pz.	bianco	Ø 30 cm
	12-330-37 LED Amb.Deco Light Ball a partire da 3 pezzo a 89.-/pz	bianco	Ø 30 cm

Ordinazioni a: **SwissQualified AG, Postfach, 9029 St. Gallen**

Tel.: 0848 000 201 Fax.:0848 000 202 www.sq24.ch

Cognome/Nome:

S02-IP0-02

Via/Nr.:

NPA / Località:

Tel. / E-Mail:

Data / Firma:

La vostra ordinazione include il diritto di restituzione entro 8 giorni. - Restano riservati errori di stampa. Prezzi incl. IVA, più spese d'invio (forfait 8.50). Consegna fino ad esaurimento delle scorte.

Al finestrino

Locarno–Golino–Intragna–Russo–Spruga In viaggio con Andrea Terribilini



Andrea Terribilini (44) è conducente di autopostali dal 2009. Vive con la sua famiglia a Berzona.

Tra Locarno e Spruga vi è un dislivello di 900 metri. Non parliamo poi delle curve: una volta o l'altra dovrei contarle! La maggior parte dei miei passeggeri scende la mattina per recarsi al lavoro e torna su la sera. Altri prendono l'autopostale per andare a far la spesa. I turisti ci sono soprattutto d'estate, molti hanno una casa per le vacanze in questa zona. Altri vengono per andare in bicicletta. Lo capisco, è anche il mio hobby, ma i numerosi ciclisti rendono davvero difficile la guida su questa strada stretta. Spesso vediamo animali selvatici, soprattutto caprioli, qualche volta un tasso. Per molti è una cosa inusuale che suscita grande entusiasmo. Per me è normale, da noi a casa i caprioli vengono a mangiare addirittura in giardino. RH



Linea 62.324

Locarno–Golino–Intragna–Russo–Spruga



Maggiori informazioni

sulla linea 62.324

sono disponibili su

➔ autopostale.ch, codice

web 10096 o tramite

codice QR (Al finestrino

in formato video)

Scoprite il nostro video di questa tratta!



Locarno Contare le nuvole sulla Piazza Grande...



Ascona ... o rilassarsi in riva al lago.



Loco Nel suo mulino, Marco Morgantini macina mais ticinese per produrre farina da polenta a grana finissima.



Russo L'idilliaco paesino sospeso tra cielo e terra sembra giacere sul dorso di un gigante addormentato.



Ponte Oscuro L'imponente viadotto sorretto da altissimi piloni consente di raggiungere la Valle di Vergeletto e l'alta Valle Onsernone.



Comolengo La chiesa custodisce preziose tovaglie d'altare risalenti al 1773.



Corbella Una scultura lignea ricorda i numerosi emigranti della valle.

Concorso per cartoline postali: i vincitori

Nell'edizione di aprile abbiamo lanciato il grande concorso «Giallo vincente!». Circa 1000 lettrici e lettori da ogni parte della Svizzera hanno partecipato, inviandoci le proprie cartoline tramite la PostCard Creator App. Paesaggi e fiori sono stati i soggetti più gettonati. Tra tutte le cartoline pervenute, una giuria della redazione ha scelto e premiato queste undici foto.

Primo
premio:
Un iPhone 6





Monika Huber
Heiden



Andrea Häfliger
Zell

2°-11° premio
Un buono da CHF 50.-
per l'applicazione
online
PostCard Creator
→ posta.ch/postcardcreator



Ruedi Mischler
Ipsach



André Oberhänsli
Oberengstringen



Alexia Noverraz
Obernau



Corinne Manser (27),
Impiegata di commercio, Gossau (SG)

La foto vincitrice

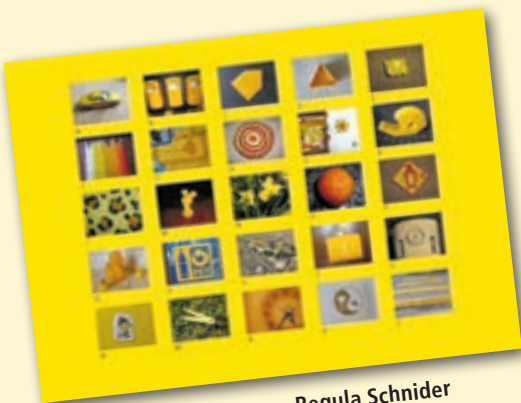
«Questa foto che mi ritrae con Elio, il mio ragazzo, è un autoscatto realizzato tre anni fa a Herisau. Non potevo non farla, quando mai capita che una coppia abbia la stessa identica auto? La PostCard Creator App è divertente. La uso soprattutto per inviare saluti dalle vacanze o auguri di buon compleanno. A proposito: nel frattempo Elio ha venduto la sua macchina, ma stiamo ancora insieme!»



Valeria Mella
Bonstetten



Agnes Kuhlmann
Walenstadt



Regula Schnider
Schüpfheim



Agnes Oertli
Prilly



Karin Honegger
Flums

Offerta per i lettori

Dal 27 al 29 novembre 2015

Mercatino di Natale di Norimberga

Il mercatino di Natale più celebre della Germania



e il Reiterlesmarkt a Rothenburg ob der Tauber
CHF 385.–

Avete già pensato di andare alla scoperta di Norimberga, città dello shopping, e bighellonare tra i mercatini di Natale della Media Franconia? Vi accompagniamo con piacere.

Partenza dal Ticino in direzione di Norimberga. Nel pomeriggio arrivo in città e tempo a disposizione per la visita al più famoso e uno dei più antichi mercatini di Natale della Germania. Cena libera e pernottamento in albergo.

Dopo la prima colazione in albergo, intera giornata dedicata alla visita individuale del mercatino natalizio. Le 180 bancarelle propongono prodotti tradizionali della gastronomia locale, quali le omonime salsicce, il pan pepato, i famosi «omini di prugne di Norimberga», i pani di frutta e i dolci. Alle delizie dal palato si affiancano i

prodotti natalizi artigianali e commerciali, come ad esempio le decorazioni per l'albero di Natale, le candele, i giocattoli in legno e i presepi. Pranzo e cena liberi. Pernottamento in albergo a Norimberga

Dopo la prima colazione in albergo, partenza per Rothenburg ob der Tauber. Breve tempo a disposizione per vivere la magica atmosfera natalizia nel caratteristico centro storico, attorniato da antiche mura ancora ben conservate. A seguire, rientro in Ticino con pranzo libero lungo il percorso. L'arrivo è previsto in tarda serata.

Un viaggio con AutoPostale



Prezzi per persona

- In camera doppia CHF 385.00
- Supplemento camera singola CHF 75.00

Compreso nel prezzo

- Viaggio in confortevole torpedone da granturismo****
- Sistemazione in albergo 4* con trattamento di pernottamento e prima colazione
- Tasse e commissioni

Non inclusi

- Bevande
- Assicurazione annullamento e assistenza SOS CHF 21.00

Documenti di viaggio

Per i cittadini svizzeri è indispensabile la carta d'identità o il passaporto in corso di validità

Il vostro hotel

Maritim Hotel Nürnberg**** a Norimberga
Bagno con doccia/vasca, toilette, asciugacapelli, specchio cosmetico, TV, telefono, radio, WLAN, cassaforte, minibar, aria condizionata

Località di partenza

- 06.00 Chiasso FFS
- 06.10 Mendrisio FFS
- 06.30 Lugano FFS (lato buffet)
- 06.30 Locarno FFS
- 07.00 Bellinzona FFS

Programma con riserva di modifica

Informazioni e prenotazione

- ➔ 058 448 37 53
- ➔ www.autopostale.ch/offerteviaggio
- ➔ vacanze@autopostale.ch
- ➔ Codice Web 10731



Un po' di storia: il mercatino di Natale di Norimberga è uno dei più antichi al mondo ed è famoso per il panpepato, specialità di questa regione sin dal medioevo.

Altri viaggi nazionali per lettori
➔ www.autopostale.ch/offerteviaggio

Il cruciverba della Posta

Partecipate e vincete fantastici premi!

1° premio

Buono del valore di CHF 600.-

2°-5° premio

Buono del valore di CHF 300.-

6°-20° premio

Buono del valore di CHF 150.-



Etiichetta pubblicitaria collante	Coniungimento Antico locandiere	Piastrina per circuiti integrati	Dio egizio Medesimo	Il bismuto per il chimico	Il platino per il chimico	Antico copricapo ottomano	Altro nome del porcellino d'India	Quasi unica La città dei Grimaldi	Un galleggiante Periodo del Mesozoico
Personaggio di Cervantes							È oggetto d'affetto Alleanza asiatica		
		Giorni ... romani Filosofo fr. (t)		BELIANI.ch					
Assunto							Stabilizza la nave Penisola egiziana		Serie di reti realizzate
Un calciatore									
Mammifero dalle abitudini notturne			La terza nota Vi arde il fuoco					Argovia, sigla Non è più junior	
La Bolivia sulle targhe	Un tasto del PC Coniglio (fr.)			Viene dopo l'ottavo			Ritmo del jazzista	Egli, se è un animale Ordine del Giorno	
		Animale domestico Successivamente					Un frutto secco Rupia indiana		I vestiboli delle case romane
Nome italiano di Mickey Mouse	Il primo uomo L'onda... allo stadio			Il grido nell'arena			Un amore di Zeus Un esame clinico		
				Lira egiziana L'erbio per il chimico	Spasmo nervoso Segue la effe	Gruppo rock italiano Prep. art.			
		Affittare un mezzo di trasporto						Titolo nobiliare britannico	
Un pezzo del bikini				Strumenti per lavorare la terra			Grandissima fama		
Un elettrodo									1721462

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

Soluzione del numero precedente
 PostCard Creator
I nomi dei vincitori alla pagina
 → posta.ch/rivista

BELIANI.ch
 Designer-Möbel für kein Geld

Beliani rinuncia a costosi spazi espositivi e all'intermediazione commerciale. Solo Beliani consegna direttamente la merce dal produttore a casa vostra. Ordinate già oggi comodamente nel nostro shop online o per telefono e testate i nostri mobili tra le vostre amate quattro mura beneficiando di un diritto di recesso di 100 giorni. Su richiesta consegniamo anche il giorno stesso.

Cruciverba della Posta

Soluzione

Cognome

Nome

Via

NPA/Località

SMS Inviare la sigla POM11 e la soluzione al 919 (ad es. POM11 melà)

Telefono 0901 919 099 (CHF 1.-/SMS o chiamata da rete fissa)

Indirizzo La Posta, parola chiave «rivista», 3024 Berna

Condizioni del concorso: i vincitori saranno informati per iscritto e i loro nomi saranno pubblicati sul sito posta.ch/rivista. I premi non possono essere corrisposti in contanti. Non si tiene alcuna corrispondenza sul concorso. Le possibilità di vincita sono identiche per tutte le modalità di partecipazione: SMS, telefono o tagliando. È escluso il ricorso alle vie legali.

Termine ultimo di partecipazione: 11 ottobre 2015

Emil Steinberger: «Già a scuola facevo il pagliaccio durante la ricreazione».



«Vuole sapere la verità? Non so neanche una barzioletta»

A 82 anni Emil Steinberger torna sulle scene. Intervista al maestro del cabaret svizzero che ci parla del concetto di «politicamente corretto», di vecchiaia e del suo passato di impiegato postale.

Intervista: Michael Kroboth

Signor Steinberger, lei non è soltanto il comico, ma anche il postino più famoso della Svizzera ...

Un momento: in realtà non ho mai fatto il portalettere. Mi sono diplomato come impiegato postale e ho lavorato prevalentemente allo sportello.

Il lavoro alla Posta che cosa le ha insegnato per la vita?

Molte cose utili per il mio lavoro di comico: il francese, l'italiano, l'affidabilità, la concentrazione, la contabilità, la geografia. Lavorando allo sportello bisognava conoscere a memoria un'infinità di prescrizioni e ovviamente tutti i 3 000 uffici postali, visto che allora non c'erano ancora i numeri postali d'avviamento. Me li ricordo ancora oggi. Appena sento il nome Müllheim, dico: aha, Müllheim-Wigoltingen, stazione doppia.

Quando è stata l'ultima volta che è entrato in un ufficio postale?

Ci vado quasi ogni giorno per svuotare la casella postale e spedire libri. Oltre al cabaret, io e mia moglie abbiamo una casa editrice. Vengo proprio ora dalla Posta, guardi! (Estrae dalla borsa un mazzo di lettere)

Tutte lettere dei suoi fan?

Qualche volta c'è anche della posta dei fan, ma oggi i selfie sono molto più amati degli autografi. A me sta benissimo, uno scatto richiede meno tempo di una firma.

A 82 anni ritorna in tournée con «Emil – no einisch!». Che cosa la spinge nuovamente sul palco?

La paura del vuoto?

Non ho mai avuto questa paura. Anche fuori dal palcoscenico, la mia vita è sempre stata più che piena. In passato ho gestito un teatro e un cinema, oggi ho una casa editrice con mia moglie. Non ho mai considerato il cabaret un lavoro, ma piuttosto una vocazione.

Si definirebbe workaholic?

Qualche volta forse sì. Ma spesso non ho altra scelta. Mi sento come l'apprendista stregone: inizio qualcosa ma presto ne perdo il controllo. Se faccio una piccola lettura in una libreria, improvvisamente si presentano 600 persone e poco dopo mi ritrovo in giro con un nuovo programma.

Le servono gli applausi per vivere?

No. E non voglio nemmeno migliorare il mondo e tanto meno ho una vocazione missionaria. Il mio motore è fare ridere.

Quando si è accorto di essere divertente?

Già a scuola facevo il pagliaccio durante la ricreazione, finché la gente ha iniziato a dire ai miei: «Emil ha del talento». Ma a casa non ne abbiamo mai parlato. Teatro e cabaret non valevano nulla. Nel dopoguerra, la sicurezza era tutto e un lavoro alle PTT era il massimo che si potesse desiderare. A 40 anni mia mamma continuava a ripetermi che avrei fatto meglio a restare alla Posta...

Per la prima volta dal 1987 riporta «Emil» sul palcoscenico. Perché?

Su insistente richiesta del pubblico. Con il mio ritiro dalle scene i più giovani conoscono «Emil» solo dai dischi. Non hanno mai



Emil Steinberger (82) è stato impiegato postale fino a 27 anni, prima di diventare famoso negli anni '70 nell'area germanofona con i programmi di cabaret «Geschichten, die das Leben schrieb» e «E wie Emil». Originario di Lucerna, nel 1978 recitò nel film di successo «Die Schweizermacher». Oggi gestisce con la seconda moglie Niccel la casa editrice Edition E e vive a Basilea.

avuto l'occasione di assistere a uno spettacolo dal vivo. Il programma è un mix di vecchi e nuovi numeri.

Le vecchie gag funzionano ancora?

Sì, e me ne sorprende anch'io. Quando smisi nel 1987 pensai: bene, addio. Ma nonostante tutte le rivoluzioni tecnologiche, l'essere umano non cambia. Le mie storie sembrano essere senza tempo.

Lei porta i suoi spettacoli in diversi Cantoni e in Germania. Ci sono differenze regionali a livello di humor?

No, per niente. Ho sempre tradotto i miei programmi il più fedelmente possibile. Perfino in Germania e nella Svizzera romanda il pubblico ride negli stessi passaggi.

Diversamente dal passato, oggi c'è la questione del «politicamente corretto».

Una minaccia per l'umorismo?

Mi sono sempre autoimposto dei limiti evitando di trattare certi temi come ad esempio la sessualità o la religione. Sono troppo personali. Non ho mai voluto che qualcuno si sentisse ferito dalle mie battute. O questioni militari. Troppo meschino secondo me. Non ho mai sguainato indiscriminatamente l'arma dell'umorismo. A me interessa la vita di tutti i giorni. Il pubblico accetta le mie sottili frecciate. Forse è questo il vero motivo del mio successo.

Nemmeno la politica sale con lei sul palco.

Il cabaret politico non ha niente a che fare con il mio «umorismo di tutti i giorni» come lo chiamo io. Quando il mio amico cabaretista Alfred Rasser entrò nel Consiglio nazionale con «L'Anello degli Indipendenti» alcuni dissero che non sarebbero mai più andati ai suoi spettacoli. Anche il mio pubblico non avrebbe accettato l'adesione a un partito. Ho sempre fatto delle nette distinzioni. Nella

vita privata mi interessa molto di politica, leggo tanto e mi informo su ciò che succede nel mondo.

Il mondo è migliorato rispetto a quando era piccolo lei?

Oggi ci sono più motivi per ridere?

Al contrario. Alla luce dell'attuale situazione politica con i numerosi conflitti e i flussi migratori bisogna piuttosto dire che il mondo è sempre più matto. Regna un grandissimo caos. Sempre in lotta per il potere e ora anche a causa della religione. Nel complesso il mondo è cupo. Non avrei mai pensato di dire una cosa del genere.

Cosa si può fare?

L'impotenza della politica è evidente. Da un lato si dice che bisognerebbe intervenire duramente, dall'altro ciò è in contrasto con le nostre leggi e i diritti umani. Non saprei come si può correggere la rotta. Probabilmente non servono grandi idee ma si dovrebbe iniziare dalle persone, dall'educazione dei bambini. Basta guardare cosa si trova nei negozi di giocattoli: armi, soldati, carri armati, il conflitto è dappertutto.

«Non ho mai voluto che qualcuno si sentisse ferito dalle mie battute»

Una volta qualcuno ha detto:

«Chi dice che invecchiare è bello, non l'ha mai provato sulla propria pelle». È d'accordo?

La vecchiaia è un grande tema. Improvvisamente si è in pensione, non si ha nulla da fare, nessun hobby, nessun interesse. Recentemente il mio medico ha detto: «Emil, a 65 anni inizia il declino dell'uomo». Dovremmo imparare a invecchiare, iniziare a preparare le persone già a partire dai 55 anni. L'ideale sarebbe una transizione soft, lavorare un po' meno ogni anno e imparare a gestire il proprio tempo libero. Ho il grande privilegio di poter lavorare e di essere felicemente sposato. Forse è la ricetta migliore per una vecchiaia felice.

Per concludere, ci racconta la sua barzelletta preferita.

Vuole sapere la verità? Non ne so neanche una. Io racconto storie. ■

«Emil. Die Ausstellung» è la prima mostra retrospettiva con la quale il Museo di Lucerna (Historisches Museum) rende omaggio al grande cabaretista. Fino al 6 settembre.

Tutte le informazioni sulla tournée

«Emil – no einisch!» su:

➔ emil.ch

Calendario gare podistiche



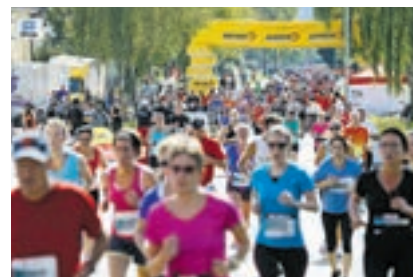
Pronti, partenza, via!

Greifenseelauf

Data 19 settembre 2015

Distanze da 1,2 a 21,1 km

➔ greifenseelauf.ch



La Greifenseelauf è una delle corse amatoriali più apprezzate e affascinanti della Svizzera con un percorso bello e avvincente.

Hallwilerseelauf

Data 10 ottobre 2015

Distanze da 2,6 a 42,195 km

➔ hallwilerseelauf.ch

Maratona di Losanna

Data 24/25 ottobre 2015

Distanze da 2,6 a 42,195 km

➔ lausanne-marathon.ch

Corrida Bulloise

Data 21 novembre 2015

Distanze da 0,75 a 8,15 km

➔ corrida-bulloise.ch



Ulteriori informazioni

La Posta sponsorizza le più belle manifestazioni podistiche promuovendo così lo sport popolare più diffuso in Svizzera.

➔ posta.ch/corsa

