



**Sportikone Roman Josi** «Mit 15 Jahren habe ich realisiert, dass Eishockey ein Riesengeschäft ist.» Seite 28

**Finanzratgeber** Ob beim Computer, Handy oder Geldautomaten – so schützen Sie sich am besten vor Betrug. Seite 18

# Pakete per Mausklick

Die Post bringt's – auch im Onlineshopping.

Seite 8

**DIE POST** 

# magazin

Was die Schweizerische Post bewegt  
Ausgabe November 2013

**Posträtzel**  
Gewinnen Sie attraktive Preise! Seite 31





**Nicht vergessen:** Einfach alles mit der PostFinance Card bezahlen. Auch unterwegs.

**PostFinance**   
Besser begleitet.



Emmanuelle Brossin  
Chefredaktorin

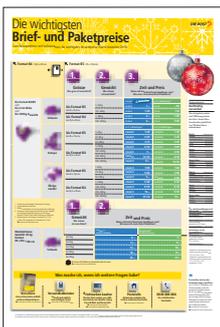
Editorial

# Liebe Leserin, lieber Leser

Versprochen, dieses Jahr werde ich meine Weihnachtseinkäufe via Internet erledigen. Mein Kollege Michael sah mich kürzlich ganz verdutzt an, als ich ihm sagte, dass ich keine Onlinekäufe tätige. Und zugegeben: Es ist schon sehr praktisch, im Internet die Produkte und Preise zu vergleichen – und sogar den Zeitpunkt und Ort für den Paketempfang frei wählen zu können. Immer mehr Schweizerinnen und Schweizer bestellen deshalb Bücher, Kleidung oder Lebensmittel online. Die Anzahl verschickter Pakete erreicht Rekordzahlen. Schnelle und zuverlässige Zustellung, Abwicklung über die gesamte Logistikkette hinweg – vom Aufbau eines Onlineshops über die Zahlung bis zur Lagerung von Waren: All diese Argumente haben zahlreiche Onlineanbieter davon überzeugt, mit der Post zusammenzuarbeiten (Seite 8).

Millionen von «Päckli» werden allein in der Adventszeit verschickt, darunter – so hoffe ich – auch viele Pakete für «2 x Weihnachten». Diese Aktion verhilft Menschen in Not zu einem besseren Alltag (Seite 24). Verschicken Sie doch ein Paket! Es ist einfach und kostenlos.

Ich wünsche Ihnen frohe Festtage!



## Das Preisplakat S.16



## Winterparadies Schlittelpausch auf der Grossen Scheidegg S.19

## Fan-Wettbewerb Jetzt steht der grösste Fan der Post fest: Es ist Ana Fernandes. S. 7



## Fensterplatz Unterwegs im Post- auto mit Antonio Cavallo S. 27

## Der Postbote Michael Williams, der singende Pöstler aus Affoltern am Albis S. 21



## Schwerpunkt Was die Post fürs Internetshopping tut S. 8

## 2 x Weihnachten Helfen Sie mit einem Paket, die Armut zu lindern! S. 24

### Aktuell

- 05 Die Briefmarke / News
- 06 Impressum
- 06 Kundenzufriedenheit
- 07 Der grösste Fan der Post
- 08 Schwerpunkt
- 13 Das historische Bild

### Service

- 15 E-Tools / News
- 16 Das Preisplakat
- 18 Finanzratgeber
- 19 Schlitteln mit PostAuto
- 21 Der Postbote

### Dialog

- 23 Die Zahl / News
- 24 Aktion 2 x Weihnachten
- 27 Fensterplatz
- 28 Roman Josi im Interview
- 29 Laufsportagenda
- 30 Leserreise Paris-Flandern





## Knoblauch Ein Wundermittel der Natur

Schon seit Jahren heisst es, dass wir unseren Körper möglichst viel Knoblauch zuführen sollen. Warum denn?

Vielleicht, weil wir heute wissen, dass Knoblauch tatsächlich die erstaunlichen Heilwirkungen besitzt, die ihm bereits vor Jahrtausenden zugeschrieben wurden. Vielleicht auch, weil diese wunderbare Pflanze eines der besten natürlichen Mittel gegen Bakterien und Viren ist, die uns heute bekannt sind.

Diese erstaunliche Pflanze liefert mehr als 200 Vitamine, Aminosäuren, Enzyme und Mineralstoffe darunter Kalzium, Magnesium, Kalium, Zink, Eisen und Vitamin C, die notwendig sind, um den Körper gesund und kräftig zu erhalten.

Im gesundheitsbewussten Japan wird Knoblauch offiziell als ein Mittel anerkannt, das wesentlich zur Senkung von zu hohem Blutdruck beiträgt.

In dem neuesten Werk von Bestseller-Autorin Emily Thacker finden Sie alles, was Sie über Knoblauch wissen sollten von seinen hunderten heilenden Kräften und seiner Anwendung als natürliches Antibiotikum.

### Eine Knoblauchzehe am Tag kann Ihnen den Gang zum Arzt ersparen!

Im Grossen Buch vom Knoblauch verfügen Sie über wirksame Heilmittel, die Sie für folgende Zwecke einsetzen können:

- Senkung des Cholesterinspiegels
- Bekämpfung von hohem Blutdruck
- Verbesserung der Durchblutung
- Vorbeugung von Geschwüren
- Bekämpfung von Stress
- Linderung bei Rheumaschmerzen
- Bekämpfung von Müdigkeit
- Mässigung des Appetits
- Heilung von Warzen
- Heilung von Hämorrhoiden

Ausserdem erfahren Sie, wie Knoblauch zur Verhütung von Herzinfarkten und Schlaganfällen beitragen kann.

Um Ihr persönliches Exemplar des Bestsellers „Das große Buch vom Knoblauch“ zu erhalten, füllen Sie einfach den Coupon rechts aus.

# Das gute alte Natron

## Eine kleine Dose mit 500 Hausrezepten

Unsere Grossmütter hatten stets eine Dose mit Natron griffbereit. Für sie war dieses Multitalent eine sichere und überaus wirkungsvolle „Haushaltshilfe“.

Das wertvolle weisse Pulver wurde verwendet, um Obst und Gemüse zu waschen, eine Prise davon half gegen Verdauungsstörungen oder Säurebeschwerden. Es galt als idealer Helfer für die Reinigung von Küche und Bad sowie für die Desinfektion von Babykleidung und -zubehör, zudem gab man auch ein wenig Natron in das Waschmaschinenwasser zur Kalkbekämpfung. Vicki Lansky, US-amerikanische Autorin zahlreicher praktischer Ratgeber, hat dem außergewöhnlichen und 100% umweltfreundlichen Produkt ein ganzes Werk gewidmet, in dem sie mehr als 500 Ratschläge und bewährte traditionelle Rezepte für Sie zusammengetragen hat. Es handelt sich um einfache Rezepte, die Ihnen vor Augen führen, wie Natron in Verbindung mit anderen Produkten des täglichen Gebrauchs wie Essig, Milch, Mehl, Asche usw. Schmerzen lindert, das Haus, die Wäsche, die Küche, das Badezimmer, die Garage, Haustiere und noch vieles mehr reinigt und angenehm duften lässt. Sie entdecken, dass etwas Natron mit einem Tropfen von dem und einem Teelöffel von jenem z.B.

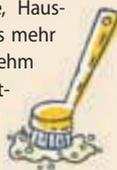
- unangenehme Gerüche bindet,
- die Zähne weisser macht,
- Sonnenbrand beruhigt,
- Säurebeschwerden lindert und die Verdauung fördert,
- Aphthen, Halsschmerzen und Insektenstiche abklingen lässt,
- Milchschorf entfernt,
- Rohrverstopfungen löst,
- Silberwaren reinigt,
- Schnittblumen länger blühen lässt.

Sie erfahren, dass Natron eine überaus starke desodorierende Wirkung hat. Sie lernen ganz einfache Rezepte mit Natron und weiteren Zutaten des täglichen Gebrauchs kennen, mit denen Sie:

- einen angebrannten Topf wieder richtig sauber bekommen,
- die Kinder mit einem Mini-Vulkan begeistern,
- Rostflecken verschwinden lassen.

Sie lernen Natron als reines, wirkungsvolles und absolut umweltverträgliches Hausmittel kennen. Zudem ist es 100% natürlich. Und nicht zuletzt hilft es Ihnen auch noch beim Sparen! Das Buch „Die zahlreichen Wirkungsaspekte von Natron“ stellt Ihnen mehr als 500 Verwendungsarten von Natron vor, die Ihnen den Alltag auf unkomplizierte und günstige Weise erleichtern. Entdecken Sie, wie Sie:

- Kalkablagerungen entfernen,
- unangenehme Gerüche wie beispielsweise Rauch, Schweiß, Urin oder sogar erbrochenes beseitigen,
- lästige Insekten fernhalten,
- das Fleisch beim Garen ganz zart werden lassen,
- das Fell Ihres Hundes pflegen,
- strahlend saubere Wäsche erhalten,
- Knetmasse für Kinder herstellen,
- Insektenreste von der Autoscheibe und vom Lack entfernen,
- einen entspannenden Badezusatz herstellen,
- den pH-Wert Ihres Swimming Pools oder Whirlpools regulieren,
- Weinflecken entfernen,
- Flecken auf Holzmöbeln entfernen,
- Hautpilz zwischen den Zehen behandeln (Fußpilz),
- unschöne Pickel im Gesicht entfernen,
- Ein Getränk herstellen, das den Mineralstoffhaushalt nach einem Durchfall wiederherstellt,
- Ein organisches Pestizid herstellen.



- lästige Insekten fernhalten,
- das Fleisch beim Garen ganz zart werden lassen,
- das Fell Ihres Hundes pflegen,
- strahlend saubere Wäsche erhalten,
- Knetmasse für Kinder herstellen,
- Insektenreste von der Autoscheibe und vom Lack entfernen,
- einen entspannenden Badezusatz herstellen,
- den pH-Wert Ihres Swimming Pools oder Whirlpools regulieren,
- Weinflecken entfernen,
- Flecken auf Holzmöbeln entfernen,
- Hautpilz zwischen den Zehen behandeln (Fußpilz),
- unschöne Pickel im Gesicht entfernen,
- Ein Getränk herstellen, das den Mineralstoffhaushalt nach einem Durchfall wiederherstellt,
- Ein organisches Pestizid herstellen.

Nach der Lektüre dieses einzigartigen Werkes werden Sie sich fragen, **ob es überhaupt etwas gibt, was Natron nicht kann!**

Um Ihr persönliches Exemplar des Buches „Die zahlreichen Wirkungsaspekte von Natron“ zu erhalten, füllen Sie bitte den nachfolgenden Gutschein aus. Noch schneller geht es, wenn Sie telefonisch bestellen.

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

### Coupon-einsenden an Body Best GmbH

Postfach 2622 - 1260 Nyon 2 - TEL 044 552 00 87 - Fax 022 552 09 42  
service@bodybest.ch - www.bodybest.ch

#### Bitte senden Sie mir folgende Bücher:

\_\_\_\_\_ Exemplare/e des Werkes „Die zahlreichen Wirkungsaspekte von Natron“ zum Preis von Fr. 39.- für ein Exemplar (+ Fr. 6.95 für Porto und Versicherung)

\_\_\_\_\_ Exemplare/e des Werkes „Das grosse Buch vom Knoblauch“ zum Preis von Fr. 39.- für ein Exemplar (+ Fr. 6.95 für Porto und Versicherung)

**Sparen Sie Fr. 19.- !** Bestellen Sie zwei Exemplare Ihrer Wahl für nur Fr. 59.- (+ Fr. 6.95 für Porto und Versicherung).

Rückgaberecht innerhalb von 30 Tagen.

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

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

PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ Tel: \_\_\_\_\_

#### GRATIS GESCHENK

Wenn Sie innerhalb von 48 Stunden antworten erhalten Sie ausserdem den Ratgeber „Regenerierende Nahrung für Gehirn und Gesundheit“ Lieferung solange der Vorrat reicht. Bestellen Sie jetzt.

## Geschenktipp

## Jahrbuch



Im Jahrbuch der Briefmarken 2013 präsentiert sich der Goldvreneliblock aus echtem Gold zusammen mit 45 weiteren Originalbriefmarken inkl. Ausgabe-stempeln. Der von Hand bestückten Ausgabe ist ein exklusiver Schwarzdruck beige-fügt, der nirgends sonst erhältlich ist. Dieses Jahrbuch ist eine einzigartige Chronik der Schweizer Post- und Kulturgeschichte.

➔ [www.post.ch/philashop](http://www.post.ch/philashop)

## Einfach und sicher

## Swissquote nutzt SuisseID der Post

Swissquote Bank AG, die grösste Anbieterin von Online Trading Services in der Schweiz, setzt für ihr Benutzer-Login neu auf die SuisseID der Post. Swissquote erhält mit dem elektronischen Identitätsausweis der Post eine sichere und einfache Lösung.

➔ [www.post.ch/suisseid](http://www.post.ch/suisseid)

## Fahrplanwechsel

## App lotst Sie von Tür zu Tür

Postauto-Reisende aufgepasst: Der Fahrplan ändert dieses Jahr am Sonntag, 15. Dezember 2013. Für unsere Fahrgäste haben wir die PostAuto-App mit praktischen Funktionen erweitert: Mit dem Tür-zu-Tür-Fahrplan finden Sie gezielt Ihre ÖV-Verbindung von der Start- bis zur Zieladresse. Dank der Kalenderfunktion können Verbindungen direkt in den Kalender importiert werden. Und die «Take me to»-Funktion erlaubt es Ihnen, Ihre zehn Lieblingsorte zu speichern und auf Knopfdruck die Reiseverbindung zu einem dieser Orte abzurufen.

➔ [www.postauto.ch/mobile-app](http://www.postauto.ch/mobile-app)

➔ [www.postauto.ch/fahrplan](http://www.postauto.ch/fahrplan)

# Aktuell

## Die Briefmarke



Zauberhafte Weihnachtspost braucht Lichterglanz und Sternenstaub. Hier kommen die Sondermarken der Illustratorin Steffy Merz genau richtig. Noch mehr: Abseits von Trubel und Hektik zeigen uns die scheuen Waldbewohner, was eine «Stille Nacht» wirklich ist. Fuchs und Rehkitz zieren die Frankaturwerte für Standardbriefe innerhalb der Schweiz. Besinnliche Post an die Lieben im Ausland schmücken die Eule (Europa) oder das Eichhörnchen (alle übrigen Länder). Die Sujets Fuchs und Rehkitz sind auch als A6-Karte (inkl. Umschlag) im Set zu vier Stück erhältlich.



Weihnachtsbriefmarken und Karten ab sofort erhältlich auf

➔ [www.post.ch/philashop](http://www.post.ch/philashop)



## Fotovoltaik

## Solarkraftwerk in Daillens

Die Post hat auf dem Dach des Paketentrums in Daillens eine Fotovoltaikanlage installiert.

Mit über 8000 Quadratmetern Panelfläche gehört die Anlage zu den grössten in der Westschweiz. Sie wird ab Dezember Strom für rund 330 Durchschnittshaushalte produzieren.

Die Installation ist ein weiterer Meilenstein im Fotovoltaikengagement der Post und hilft, jährlich rund 160 Tonnen CO<sub>2</sub> einzusparen.

**Impressum**

**Herausgeberin**  
Die Schweizerische Post AG  
Kommunikation, Viktoriastrasse 21  
Postfach, 3030 Bern  
www.post.ch/magazin  
magazin@post.ch

**Konzept**  
Arnold.KircherBurkhardt AG

**Chefredaktion**  
Emmanuelle Brossin (EB)  
Claudia Iraoui (CI)

**Produzent**  
Michael Krobath (MK)

**Autorinnen/Autoren**  
Annina Flaig (AF)  
Hans-Ueli Friedli (HF)  
Monika Gurtner (MG)  
Ruth Hafen (RH)  
Jacqueline Schwander (JS)

**Gestaltung und Layout**  
www.arnold.kircherburkhardt.ch  
Doris Oberneder, Petra Feusi (Projektmanagement)

**Übersetzung und Korrektur**  
Sprachdienst Post

**Lithografie**  
Marti Media AG, www.marti-media.ch

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

**Druck**  
DZZ Druckzentrum Zürich AG  
www.zeitungsdruck.ch

**Sprachen/Auflage**  
Deutsch: 1367 074  
Französisch: 575 068  
Italienisch: 108 854

©  
Die Schweizerische Post AG. Nachdruck  
mit schriftlicher Erlaubnis der Kommunikation  
der Post gestattet.

**Kundendienst**  
Montag bis Freitag 7.30–18 Uhr  
Samstag 8–12 Uhr  
  
Telefon: 0848 888 888  
Fax: 0844 888 888  
kundendienst@post.ch

# Die Post erhält gute Noten

Die laufenden Verbesserungen der Produkte und Dienstleistungen kommen bei den Kunden gut an: Mit 80 von 100 Punkten legt der Kundenzufriedenheitsindex im Vergleich zum Vorjahr um einen Punkt zu. Ein Wert ab 80 Punkten steht für eine sehr hohe Zufriedenheit. Wichtig für die 15 000 bzw. 9000 befragten Privat- und Geschäftskunden sind dabei die Qualität der Dienstleistungen und die persönliche Beratung. In den letzten zwei Jahren hat sich zudem die Zufriedenheit der Privatkunden mit den Postagenturen und dem Hausservice deutlich verbessert.

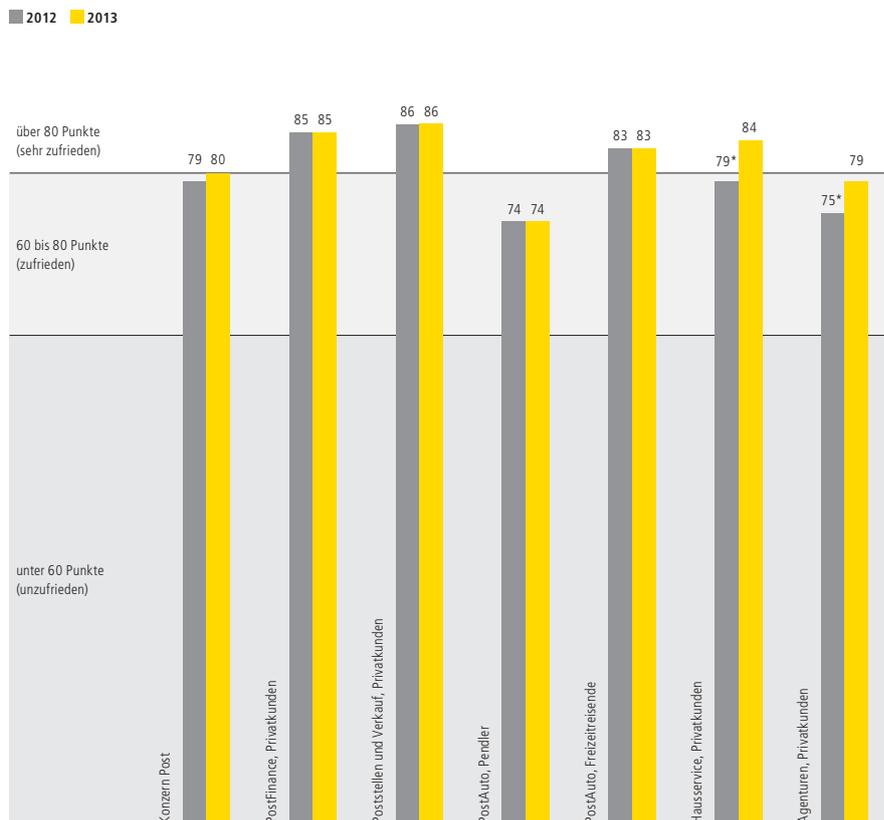
In einer separaten Befragung von 13 200 Empfängerkunden in der ganzen Schweiz erhält die Zustellqualität der Post wie be-

reits im Vorjahr hervorragende 92 Punkte. Bereits zum sechsten Mal in Folge liegt der erreichte Wert über 90 Punkten.

**Grosses Lob an das Zustellpersonal**  
Besonders zufrieden sind die Kunden mit der Fachkompetenz und Freundlichkeit des Zustellpersonals, wobei ihre Freundlichkeit mit 96 Punkten die beste Note erhält. In der repräsentativen Studie haben die Befragten neben dem Zustellpersonal auch die Qualität der Zustellung in den Briefkasten und in das Postfach bewertet, sowie die Zufriedenheit mit den Postfachanlagen (z. B. betreffend Sauberkeit und Sicherheit). Auch hier erhielt die Post sehr gute Bewertungen zwischen 90 und 93 Punkten. js

## Konstant hohe Kundenzufriedenheit

Auch 2013 zeigen sich die Kundinnen und Kunden nahezu aller Postbereiche ebenso zufrieden oder noch zufriedener als im Vorjahr. Am deutlichsten gestiegen ist die Zufriedenheit der Privatkunden mit den Dienstleistungen der Postagenturen und Hausservices.



\*werden nur alle zwei Jahre erhoben; Werte von 2011



## Der grösste Fan der Post

Ana Fernandes (39) aus Payerne ist die Gewinnerin des Facebook-Wettbewerbs der Post. Ihr Foto wird demnächst auf einem Postlastwagen in der ganzen Schweiz unterwegs sein.

Foto: Michaël Ottenwaelter/mozworks.ch



Das Foto von Ana auf dem Briefkasten.

### 1. Wie haben Sie so viele Punkte gesammelt?

Mein Ehemann und ich haben an den Wochenenden und abends die ganze Schweiz durchkreuzt. Er fuhr und ich bin immer wieder aus dem Auto gehüpft und habe insgesamt 1242 Briefkästen gescannt. Oft haben mich die Leute komisch angeschaut. Die dachten wohl, ich sei verrückt.

### 2. Welches Erlebnis werden Sie nicht vergessen?

Am Bahnhof in Yverdon hat mich jemand angesprochen: «Ich ken-

ne dich. Du bist auf dem Briefkasten!» Ich habe auch wunderschöne Regionen wie etwa den Jura entdeckt. Da würde ich gerne wohnen.

### 3. Ihr Bild fährt demnächst als Riesenposter auf einem Postlastwagen quer durchs Land. Ein seltsames Gefühl?

Ein wunderbares Gefühl. Meine Kinder sind sehr stolz auf mich, und die ganze Schweiz wird mein Gesicht sehen. Ich hoffe, das hilft mir, eine Vollzeitstelle zu finden. ■

### Der Wettbewerb

Auf der Facebook-Seite der Post konnten die Teilnehmenden ein Video von sich selbst drehen. Danach wurden 50 Finalisten ausgelost, deren Fotos auf 15 000 Briefkästen in der ganzen Schweiz angebracht wurden.

Um Punkte zu gewinnen, mussten die 50 Finalisten die Briefkästen mit einer speziellen App scannen. Die Porträts der Gewinnerinnen und Gewinner werden auf einem Lastwagen, einem Postauto oder auf allen Postomaten in der Schweiz zu sehen sein.

➔ [www.facebook.com/swisspost](http://www.facebook.com/swisspost)

**Denner**

**Produkt:** Wein

**Dienstleistung der Post:** Auftragserfassung und Erstellen der Versanddokumente, Auslieferung VinoLog-Sendungen und Stückgutbestellungen, Debitorenmanagement, Zahlungen, Unterstützung im Konsumentendienst.

**Petra Gayko, Leiterin Marketingkommunikation:**

«Denner und die Post kooperieren seit drei Jahren erfolgreich. Denner hat einen professionellen Partner an der Seite und kann das Business mit sehr geringen internen Ressourcen betreiben.»  
↳ [www.denner-wineshop.ch](http://www.denner-wineshop.ch)





# Pakete per Mausclick

Einkaufen im Internet boomt – auch dank der Post. Sie hat ihr E-Commerce-Angebot massiv ausgebaut und sorgt dafür, dass die Pakete noch bequemer und schneller ans Ziel kommen.

*Text: Emmanuelle Brossin; Fotos: Martin Mischkulnig*

**W**eihnachtsdekoration, Bücher, Lächerli oder eine gute Flasche Wein: Im Internet kann man (fast) alles kaufen. Ein Kunde aus dem Lötschental kann an seinem Computer Tausende von Artikeln miteinander vergleichen und sich am nächsten Tag die Socken von Rohner, die ihm gefallen, schicken lassen. Passen sie nicht, sendet er sie wieder zurück.

Wie in vielen anderen Ländern erledigen auch in der Schweiz immer mehr Leute ihre Einkäufe online. Rund um die Uhr, an sieben Tagen in der Woche kann eingekauft, Preise verglichen oder Artikel in Ruhe zu Hause anprobiert werden. Das sind die meistgenannten Vorteile.

Der Onlinehandel boomt. Die zunehmende Nutzung von Mobiltelefonen und Tablets fördert das Onlineshopping zusätzlich. Im Jahr 2012 belief sich das Marktvolumen im Online- und Versandhandel in der Schweiz auf 5,7 Milliarden Franken. Am meisten verkauft werden Elektrogeräte, Textilien und Lebensmittel. Es überrascht daher nicht, dass gemäss einer Studie des EHI Retail Institute die Unternehmen Digitec (IT-Produkte), Amazon (Bücher), Nespresso (Kaffee), Zalando (Kleidung) und LeShop (Lebens- >

## E-Commerce – der Komplettservice der Post

Die Post bietet ihren Geschäftskunden komplette Lösungen vom Aufbau und Betrieb des Onlineshops mit integrierter Zahlungslösung über das Direct Marketing und die Lagerung bis hin zur Zustellung an den Endkunden, die Retourenverarbeitung und den Kundendienst.

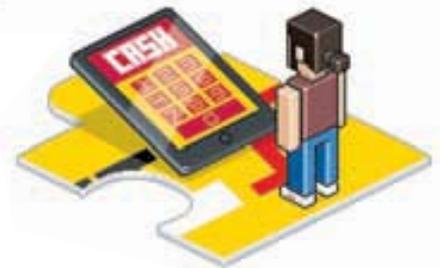
**1 Kundenmarketing** Versand physischer Werbung (Broschüren, Kataloge) und Onlinemarketing (E-Newsletters, Suchmaschinenmarketing). Kundenbindungsprogramm. Kundenadressmanagement.



**2 Onlineauftritt** Konzeption, Entwicklung und Management des Onlineverkaufskanals. Bereitstellung eines sicheren Bestellsystems. Verarbeitung von Bestellungen via Telefon, E-Mail, Fax und Bestellkarten.



**Lagerlogistik und Lieferung** Lagerung von Gütern, Verpackung, Paketzustellung an Werktagen, am Abend und am Samstag, in Paketautomaten sowie Retourenmanagement.



**5 Kundenbetreuung** Kundenbetreuung am Telefon, per Brief, Fax oder E-Mail. Rückvergütungen.



**Zahlungslösungen** Integrierte Zahlungslösungen (Kredit- und Debitkarten, Einzahlungsscheine). Rechnungs- und Debitorenmanagement.

### Victorinox

**Produkt:** Parfum

**Dienstleistung der Post:** Logistik und Lieferung, Lagerung in der Schweiz und im Ausland, Kundensupport, integrierte Managementplattform

### Katrien Verhassel, E-Commerce-Managerin:

«Mit ihrem ausgezeichneten Transport- und Zustellservice unterstützt uns die Post dabei, den Vertrieb unserer Parfums in der Schweiz und in allen EU-Ländern aufzubauen.»

➔ [www.victorinox.com](http://www.victorinox.com)



> mittel) die fünf Hauptakteure auf dem Schweizer E-Commerce-Markt sind.

### Neuer Rekord

Da die Post einen Grossteil der bestellten Produkte zustellt, profitiert auch sie vom Wachstum des Onlinehandels. In den letzten Jahren ist das verarbeitete Paketvolumen stetig gestiegen. 2012 war ein Rekordjahr: Die Post transportierte 111 Millionen Pakete (4,1 Prozent mehr als im Vorjahr). Interessant: Trotz des starken Wachstums bei den elektronischen Bestellungen sind die physischen Mailings als Werbeinstrument nach wie vor sehr wichtig für den Kaufimpuls. Auch hier ist eine zuverlässige Zustellung – eine der Kernkompetenzen der Post – wichtig.

Die hohen Wachstumsraten im Bereich E-Commerce – 4,5 bis 7,5 Prozent pro Jahr – wecken das Interesse vieler Unternehmen. Aber nicht alle können einen Onlineshop führen. Eine der grössten Herausforderungen liegt darin, eine schnelle und zuverlässige Zustellung sicherzustellen. «Im E-Com-


**Jacob Rohner**
**Produkt:** Socken

**Dienstleistung der Post:** Inlandpaketversand, Organisation des Transports für Webshopbestellungen ins Ausland (inklusive Verzollung der Sendungen)

**Filippo Fancelli, CEO:** «Mit grossem Interesse verfolgen wir die Innovationen der Post, wobei uns insbesondere die neuen empfangenorientierten Leistungen im In- und Ausland aufgefallen sind. So werden wir beispielsweise PickPost im Rahmen einer der nächsten Ausbauschritte in unseren Webshop integrieren.»

➔ [www.rohner-socks.com](http://www.rohner-socks.com)

merce und speziell im Bereich Geschenke ist die rasche und termintreue Zustellung entscheidend», betont Lukas Thoma, Mitgründer von geschenkparadies.ch.

Die Post bietet ihren Geschäftskunden komplette Lösungen vom Aufbau und Betrieb des Onlineshops mit integrierter Zahlungslösung über das Direct Marketing und die Lagerung bis hin zur Zustellung an den Endkunden und die Retourenverarbeitung. So können sich die Unternehmen auf ihr Kerngeschäft konzentrieren, und die Post übernimmt den Rest.

Das hat auch den Detailhändler Denner überzeugt. «Die Post ist seit dem Start unseres Webshops unser E-Commerce-Partner und übernimmt die meisten Prozesse ab dem Zeitpunkt der Bestellung: Debitorenmanagement, Zahlungen, Auslieferung der VinoLog-Sendungen und Stückgutbestellungen. Zudem unterstützt sie uns im Konsumentendienst», erklärt Petra Gayko, Leiterin Marketingkommunikation von Denner. «So hilft uns die Post, die Bedürfnisse unserer

Kunden zu decken und wettbewerbsfähig zu bleiben.»

Das deutlich grössere Paketvolumen, das die Post verarbeitet, verlangt auch neue Logistiklösungen. YellowCube ist eine davon. «Mit YellowCube wird die Post die Waren von Versandhändlern künftig nicht mehr nur ausliefern und an sie retournieren», erläutert Dieter Bambauer, Leiter PostLogistics. Sie wird die Waren auch lagern, kommissionieren, verpacken und die Retouren verarbeiten – all dies in Rekordzeit.

**Zu jeder Zeit und an jedem Ort**

Im Onlinehandel spielt neben der Schnelligkeit auch die Flexibilität eine wichtige Rolle. Heute haben die Kundinnen und Kunden ein einfaches Ziel. Sie möchten jederzeit und von überall aus bei ihrem bevorzugten Händler bestellen können. Aber nicht nur das: Sie möchten ihre Pakete auch zu jeder Zeit und an jedem beliebigen Ort in Empfang nehmen können. Um diesen neuen Bedürfnissen nachzukommen, hat die Post die-


**Nespresso**
**Produkt:** Kaffee

**Dienstleistung der Post:** Abholung von Paketen im Lager in Avenches und Versand, Abholung von gebrauchten Kapseln bei den Kunden

**Pascal Hottinger, CEO:** «Die Post hilft uns, einen wichtigen ökologischen Beitrag zu leisten. Sie liefert die neuen Grand-Cru-Kapseln pünktlich und in tadellosem Zustand. Zudem holt sie die gebrauchten Aluminiumkapseln auch gleich wieder ab und führt sie unserem Nespresso-Recycling-System zu. Unser Service Recycling at home ist eine Dienstleistung, die in dieser Art absolut einzigartig ist.»

➔ [www.nespresso.ch](http://www.nespresso.ch)



**Läckerli Huus**

**Produkt:** Biscuits

**Dienstleistung der Post:** Werbesendungen und Paketversand Inland und International, Versand der Transaktionssendungen (Rechnungen, Mahnungen usw.)

**Jakob Lanz, Leiter Marketing und Verkauf:** «Die Post hat immer wieder neue Ideen, um den Kundenservice zu verbessern, wie etwa die PickPost-Stellen. Somit können wir dem Kunden attraktive Angebote unterbreiten, indem eine flexiblere Anlieferung/ Abholmöglichkeit geboten wird. Die Post als unkomplizierter Geschäftspartner ist stets bemüht, für den Kunden das Beste herauszuholen, was auch im Sinne vom Läckerli Huus ist.»  
 ➔ [www.laeckerli-huus.ch](http://www.laeckerli-huus.ch)

> ses Jahr verschiedene Dienstleistungen eingeführt. Seit Kurzem können die Kundinnen und Kunden online steuern, wann und wo sie verpasste Sendungen in Empfang nehmen möchten. Auf der Homepage der Post können sie die Abholfrist verlängern, eine zweite Zustellung verlangen oder die Sendung an eine andere Adresse, an eine andere Poststelle oder an eine der 700 PickPost-Stellen weiterleiten lassen. Natürlich können verpasste Sendungen auch weiterhin wie gewohnt in der Poststelle abgeholt werden.

Um von den neuen Dienstleistungen profitieren zu können, müssen die Kundinnen und Kunden lediglich die Nummer ihrer Abholungseinladung auf der Homepage der Post eingeben. Mit einem Smartphone gehts sogar noch einfacher: Mit der kostenlos erhältlichen Post-App kann der QR-Code auf der Abholungseinladung gescannt werden. Weiter bietet die Post in Zusammenarbeit mit den Versandhändlern die Zustellung am Abend und am Samstag an. Wer die online

bestellte Ware zurücksenden will, kann die Retourensending bei sich zu Hause oder an einer anderen Adresse durch den Postboten abholen lassen (pick@home). Schliesslich will die Post bis Ende 2014 etwa 40 Paketautomaten einführen, die es erlauben, die Pakete zu jeder Tages- und Nachtzeit aufzugeben und abzuholen.

Die Post investiert mehrere Millionen Franken in die Weiterentwicklung ihres Angebots im Bereich E-Commerce. Auf diese Weise will sie zusammen mit den Partnerunternehmen ihren Kunden auch weiterhin einen einwandfreien und modernen Service bieten und in der gesamten Schweiz als Bindeglied zwischen physischer und digitaler Welt auftreten. ■

So schützen Sie sich vor Betrug (siehe Seite 18).

**Wie einfach die neuen Dienstleistungen funktionieren, zeigen Ihnen unsere Animationsfilme:**

➔ [www.post.ch/paket-welt](http://www.post.ch/paket-welt)



**Geschenkaradies.ch**

**Produkt:** Geschenke

**Dienstleistung der Post:** Versand (PRIORITY)

**Lukas Thoma, Mitgründer:** «Im Bereich Geschenke ist die rasche und termintreue Zustellung entscheidend. Bei Bestellungen bis 16 Uhr können wir eine Zustellung am nächsten Arbeitstag garantieren. Die Samstag- und die Abendzustellung werden uns erlauben, unsere Dienstleistungsqualität weiter zu erhöhen und für den Unterschied zum Mitbewerber zu sorgen.»  
 ➔ [www.geschenkaradies.ch](http://www.geschenkaradies.ch)

## Das historische Bild

# 1955



### Wenn sich wieder die Paketberge türmen ...

In keinem Land werden pro Kopf so viele Pakete versandt wie in der Schweiz – nicht nur in der Vorweihnachtszeit. 111 Millionen waren es letztes Jahr. Mit dem Onlineversandhandel steigt die Paketmenge nach einem Rückgang seit Jahren wieder kontinuierlich. 85 Millionen «Päckli» lieferte die Post schon 1955 aus. Anfang der 1990er-Jahre wurden jährlich mehr als 220 Millionen Pakete verarbeitet. Trotz erster mechanischer Sortieranlagen in grösseren Städten erfolgte die Abarbeitung der Paketberge in den 1950er-Jahren noch weitgehend von Hand. Entsprechend personalintensiv war die Arbeit. Heerscharen von Aushelfern, vorwiegend Studenten, unterstützten die Pöstler in den Wochen und Tagen vor Weihnachten nach Kräften, damit jedes Paket rechtzeitig unter den Weihnachtsbaum zu liegen kam. Sei es, wie auf dem Bild, in der Sortierung im Bahnpostamt Bern, sei es beim Verlad auf den Perrons der Bahnhöfe oder gar bei den Paketboten auf dem Zustellgang: Überall im Paketdienst brauchte es im Dezember zusätzliche Helfer. HF

Foto: Museum für Kommunikation, Bern

**Glückspilze gesucht!**  
Gewinnen Sie attraktive Preise!

#### Schlittelplausch Seite 19

**10 × 1 Tageskarte** von PostAuto für den Schlittelplausch auf die Grosse Scheidegg

Name .....

Vorname .....

Strasse .....

PLZ/Ort .....

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

**Teilnahmeschluss: 20.12.2013**

#### Eishockey Seite 28

**3 × 2 Sitzplatztickets** für ein Spiel der Eishockey-Nationalmannschaft in der Schweiz

Name .....

Vorname .....

Strasse .....

PLZ/Ort .....

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

**Teilnahmeschluss: 20.12.2013**

Talon einsenden an:

**Die Schweizerische Post AG, Stichwort «magazin», 3024 Bern**

**Wettbewerbsbedingungen:** Die Gewinnerinnen und Gewinner der Wettbewerbspreise werden schriftlich benachrichtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Gleiche Gewinnchancen bei Teilnahme via SMS oder Talon. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

# Am 15.12.2013 ist Fahrplanwechsel. Infos unter [www.postauto.ch/fahrplan](http://www.postauto.ch/fahrplan)

**Gewinnen Sie Preise im Wert von über  
CHF 16 000.–, jetzt mitmachen!**

Die gratis PostAuto-App  
[www.postauto.ch/mobile-app](http://www.postauto.ch/mobile-app)

**Aktuell informiert:** PostAuto-App mit Tür-zu-Tür-Fahrplan,  
«Take me to ...»- und Kalenderfunktion herunterladen  
und testen.



**PostAuto**   
Die gelbe Klasse.



## Die Waldtiere sind jetzt auf der Post.

Dieses Sujet und viele weitere Briefmarken passend  
zu jedem Anlass finden Sie auf [post.ch/philashop](http://post.ch/philashop)

**DIE POST** 

# Service

## E-Tools

Haben Sie gerade keine Briefmarke zur Hand? Kein Problem, denn seit September bietet die Post die SMS-Briefmarke für A-Post-Standardbriefe bis Format B5 (25 × 17,6 cm), 100 g und 2 cm Dicke an. Die Post testet die digitale Frankatur in einem einjährigen Pilot zusammen mit Swisscom und Sunrise. Die SMS-Briefmarke ist auch via Smartphone-App erhältlich und kostet CHF 1.– zuzüglich CHF 0.20/SMS inkl. MWST. Der Betrag wird direkt über das Mobile-Abonnement abgebucht bzw. dem Prepaidguthaben belastet. Und so funktioniert:



- 1 SMS mit dem Text «MARKE» an die Nummer 414 senden.
- 2 Erhaltenen Code oben rechts auf den Umschlag schreiben.
- 3 Brief einwerfen – und ab die Post!



Infos zum Thema finden Sie hier

➔ [www.post.ch/smsbriefmarke](http://www.post.ch/smsbriefmarke)



Jugend

## 365 Tage gute Laune

Wenn es um günstige Angebote rund um Musik und Freizeit geht, lautet das Motto von PostFinance 365 Tage gute Laune. Junge Kunden erhalten nämlich das ganze Jahr über neue und attraktive Angebote.

➔ [www.postfinance.ch/jugend](http://www.postfinance.ch/jugend)

### Neue Angebote

#### Änderungen bei einzelnen Dienstleistungen der Post

Per 1. Januar 2014 ändern einzelne Angebote und Preise. So heisst der MaxiBrief Ausland neu MiniPac International. Eingeschriebene Briefe ins Ausland gibt es nur noch als A-Post. Mit WebStamp frankierte Pakete kosten neu gleich viel wie am Schalter bezahlte Pakete. Weitere Änderungen betreffen wenig genutzte Dienstleistungen. Siehe auch S.16/17.



Geld sparen

## Virtuelles Münzkässeli

Haben Sie ein Münzkässeli, mit dem Sie für Ihre Ferien sparen? Bei PostFinance geht das auch online mit dem E-Kässeli. Beim Bezahlen mit der PostFinance Card können Sie den Betrag aufrunden. Der Rundungsbetrag wird Ihrem E-Kässeli gutgeschrieben.

➔ [www.postfinance.ch/e-kaesseli](http://www.postfinance.ch/e-kaesseli)

### Einmalvollmacht

## Kostenloser Service

Die Post hat die kostenlose Einmalvollmacht eingeführt. Kunden können damit einzelne Sendungen am Postschalter durch Dritte abholen lassen. Für die Dauervollmacht wird bei der Eröffnung einmalig bezahlt.

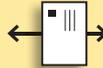
# Die wichtigsten Brief- und Paketpreise



Zum Herausnehmen und Aufbewahren: die wichtigsten Versandpreise (Stand November 2013)



## Format B4 35,3 x 25 cm



## Format B5 25 x 17,6 cm

bis Format B4/B5  
und bis 2 cm Dicke  
und bis 1000 g Gewicht



Schweiz



Europa



Übrige Länder

1. Zustellung an Werktagen (Montag bis Samstag)
2. Samstags keine Zustellung
3. Effektive Laufzeiten sind von der Destination abhängig
4. Samstags und sonntags keine Zustellung. Bei Aufgabe am Samstag erfolgt die Zustellung am Dienstag (PostPac Priority), bei PostPac Economy am Mittwoch.
5. Paketannahme: am Vortag in der Regel bis 12 Uhr, in über 200 ausgewählten Poststellen bis 16 Uhr  
[www.post.ch/postpac-prio](http://www.post.ch/postpac-prio)

Maximalmasse  
Gewicht: 30 kg  
Format:  
100 x 60 x 60 cm



Schweiz

<b>1.</b>	<b>2.</b>	<b>3.</b>
<b>Grösse</b> Wie gross ist mein Brief?	<b>Gewicht</b> Wie schwer ist mein Brief?	<b>Zeit und Preis</b> Wann soll mein Brief beim Empfänger sein? Wie muss ich meinen Brief frankieren?

Format	Gewicht	Service	Preis	Reichweite
bis Format B5 bis 25 x 17,6 cm	1-100 g	A-Post	1.-	B-Post -85
	101-250 g	A-Post	1.30	B-Post 1.10
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	1-500 g	A-Post	2.-	B-Post 1.80
	501-1000 g	A-Post	4.-	B-Post 3.60
bis Format B5 bis 25 x 17,6 cm	1-20 g	Priority	1.40	Economy 1.30
	21-50 g	Priority	2.60	Economy 2.20
	51-100 g	Priority	3.70	Economy 2.90
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	1-100 g	Priority	4.30	Economy 3.80
	101-250 g	Priority	7.-	Economy 4.90
	251-500 g	Priority	12.50	Economy 8.50
bis Format B5 bis 25 x 17,6 cm	1-20 g	Priority	1.90	Economy 1.60
	21-50 g	Priority	3.80	Economy 2.80
	51-100 g	Priority	5.-	Economy 3.60
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	1-100 g	Priority	5.80	Economy 4.20
	101-250 g	Priority	9.50	Economy 6.30
	251-500 g	Priority	16.-	Economy 9.50
bis Format B4 bis 35,3 x 25 cm	501-1000 g	Priority	17.-	Economy 10.50
	501-1000 g	Priority	25.50	Economy 15.-

<b>1.</b>	<b>2.</b>
<b>Gewicht</b> Wie schwer ist mein Paket?	<b>Zeit und Preis</b> Wann soll mein Paket beim Empfänger sein? Wie muss ich mein Paket frankieren?

Gewicht	Service	Preis	Reichweite
bis 2 kg	morgen <sup>1,5</sup> PostPac Priority	9.-	übermorgen <sup>4</sup> PostPac Economy
bis 5 kg		11.-	
bis 10 kg		12.-	
bis 20 kg		18.-	
bis 30 kg		25.-	

Die Preise für Pakete ins Ausland finden Sie unter [www.post.ch/versandkalkulator](http://www.post.ch/versandkalkulator)

### Weihnachtspost

**Rechtzeitig versenden**  
Die Aufgabetermine und Öffnungszeiten der Post damit Ihre Geschenke pünktlich vor Weihnachten ankommen.

Briefe	Aufgabetermin
<b>Schweiz</b>	
Swiss-Express «Mond»	23.12.2013 <sup>1</sup>
A-Post	21.12.2013
B-Post	19.12.2013

Europa	Aufgabetermin
Urgent	20.12.2013
Priority	16.12.2013
Economy	9.12.2013

Übrige Länder	Aufgabetermin
Urgent	19.12.2013
Priority	9.12.2013
Economy	2.12.2013

Pakete	Aufgabetermin
<b>Schweiz</b>	
Swiss-Express «Mond»	23.12.2013 <sup>1</sup>
PostPac Priority	21.12.2013 <sup>2</sup>
PostPac Economy	20.12.2013

Europa	Aufgabetermin
Urgent	19.12.2013
Priority	10.12.2013
Economy	3.12.2013

Übrige Länder	Aufgabetermin
Urgent	18.12.2013
Priority	3.12.2013
Economy	26.11.2013

**Ein- und Auszahlungen auf Jahresende**  
Zahlungstermin  
**Zahlungsverkehr**  
Am Postschalter 27.12.2013  
Zahlungsaufträge auf Papier bei PostFinance 26.12.2013  
Zahlungsaufträge elektronisch im E-Finance bis 24 Uhr freigeben 29.12.2013

**Einzahlungen auf das Vorsorgekonto 3a**  
Am Postschalter 27.12.2013  
Die Aufträge müssen spätestens am Freitag, 27.12.2013 bei PostFinance vorliegen.

**Weitere Infos unter**  
[www.postfinance.ch/jahresende](http://www.postfinance.ch/jahresende)

<sup>1</sup> Aufgabe bis Annahmeschluss am Abend; garantierte Zustellung am 24.12.2013 bis 11 Uhr  
<sup>2</sup> Aufgabe bis 12 Uhr

## Was mache ich, wenn ich weitere Fragen habe?



**Broschüre**  
Unsere Broschüre enthält weitere Informationen.  
[www.post.ch/alles-von-der-post](http://www.post.ch/alles-von-der-post)



**Versandkalkulator**  
Schnell und einfach zum richtigen Preis!  
[www.post.ch/versandkalkulator](http://www.post.ch/versandkalkulator)



**Briefmarken kaufen**  
Bei der Post, online, per SMS am kiosk, bei Naville, Relay, Press & Web und Newscafé  
[www.post.ch/briefmarken](http://www.post.ch/briefmarken)  
[www.post.ch/webstamp-easy](http://www.post.ch/webstamp-easy)



**Poststelle**  
Antworten erhalten Sie in Ihrer nächsten Poststelle.  
[www.post.ch/standorte](http://www.post.ch/standorte)



**0848 888 888**  
Ihre telefonische Poststelle.



**Poststellen sind an den Festtagen länger geöffnet**  
Am 24. und 31. Dezember sind die Postschalter in den 80 grössten Poststellen jeweils bis 16 Uhr geöffnet. Die detaillierten Öffnungszeiten über die Festtage sind ab Anfang Dezember bei jeder Poststelle angeschlagen oder können hier abgefragt werden.  
[www.post.ch/standorte](http://www.post.ch/standorte)  
[www.post.ch/weihnachtspost](http://www.post.ch/weihnachtspost)

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Post und die dazugehörigen Verkaufsbroschüren inklusive Preisangaben bilden in ihrer jeweils gültigen Fassung die Grundlage für das Dienstleistungsangebot der Post. Die Angebote und Preise gelten auch für das Fürstentum Liechtenstein. Änderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten. Preise Inland inklusive Mehrwertsteuer. Alle Preise in CHF.

# Wie schütze ich mich am besten vor Betrug?

## Sicherheit für Ihren Computer

1. Sichern Sie Ihre Daten regelmässig auf einer externen Festplatte. Versuchen Sie hin und wieder, alte Daten wiederherzustellen – ein Backup ist nur dann nützlich, wenn Sie es auch verwenden können.
2. Schützen Sie Ihre Geräte mit einem Virenschutzprogramm, das sich automatisch aktualisiert.
3. Überwachen Sie Ihren Computer mit einer Firewall.
4. Beugen Sie vor mit regelmässigen Updates für Betriebssystem, Programme und Virens Scanner.
5. Achten Sie darauf, dass Passwörter aus Zahlen und Buchstaben kombiniert sind und geheim bleiben.
6. Lassen Sie den gesunden Menschenverstand und Vorsicht walten. Angebote, die zu gut erscheinen, um wahr zu sein, sind das möglicherweise auch.

## Sicherheit für Ihr Handy

1. Halten Sie das Betriebssystem aktuell. Die meisten Geräte benachrichtigen Sie automatisch, wenn Updates verfügbar sind.
2. Nutzen Sie die Bildschirmsperre Ihres Handys.
3. Wenn Sie ein Android-Gerät haben: Antivirensoftware installieren.
4. Speichern Sie keine Sicherheitselemente auf dem Handy.
5. Öffnen Sie keine Mails oder Dateien von unbekanntem Absender.

## Phishing: So verhalten Sie sich richtig

Beim Phishing (Fischen nach Passwörtern) versuchen Angreifer, über gefälschte Internetseiten, E-Mails und Telefonanrufe an persönliche Daten zu gelangen. Deshalb wird PostFinance Sie nie per E-Mail dazu auffordern, sich einzuloggen oder auf eine Login-Seite zu klicken, und fragt Sie auch nie per E-Mail nach sensiblen Kontodaten. Klicken Sie bei verdächtigen E-Mails nie auf Links, öffnen Sie keine angehängten Dateien und löschen Sie solche E-Mails sofort.

## Skimming: Vorbeugen mit Geoblocking

Bei Skimming wird an manipulierten Geldausgabegeräten die Magnetspur der Karte gelesen und die eingegebene PIN ausgespäht. Mit diesen Daten können Betrüger abschliessend missbräuchliche Bezüge im Ausland tätigen. Mit dem Service Geoblocking können Sie den Einsatz Ihrer PostFinance Card geografisch einschränken.



Alles zu Geoblocking finden Sie unter  
[postfinance.ch/geoblocking](https://postfinance.ch/geoblocking)



**Peter Lacher**  
 Leiter Operations und Mitglied der  
 PostFinance-Geschäftsleitung

Viren, Missbrauchsversuche und Angriffe gegen elektronische Geräte gehören heute leider zum Alltag. Darum ist es entscheidend, sich gut zu schützen. PostFinance hat rundum sichere Applikationen: Hinter E-Finance und der PostFinance App sorgt zum Beispiel ein mehrstufiges Verschlüsselungs- und Identifikationsverfahren dafür, dass nur Berechtigte auf Ihr Konto zugreifen können.

- E-Finance und unsere Webseiten verwenden eine sichere Verbindung. Diese erkennen Sie daran, dass die Adresse mit *https://* beginnt und in der Adresszeile *PostFinance AG* auf grünem Grund erscheint.
- PostFinance wird Sie nie nach Ihren Sicherheitsmerkmalen wie Passwort, PIN oder ähnlichen Daten fragen. Weder über Social-Media-Kanäle noch per E-Mail oder Telefon.
- Schützen Sie Ihr Smartphone mit einer Bildschirmsperre. So sind Ihre Daten auch dann geschützt, wenn das Gerät unbeaufsichtigt auf einem Tisch liegt oder verloren geht.

Nebenstehend ein paar Tipps zum sicheren Umgang mit Ihrem Computer und Ihrem Handy und dafür, wie Sie Phishing und Skimming erkennen und vermeiden. Unter [postfinance.ch/sicherheit](https://postfinance.ch/sicherheit) finden Sie weitere Tipps, wie Sie sich sicher im Internet bewegen, Ihren Computer schützen und Ihre Kreditkarte sicher einsetzen.



Geeignet für Gross und Klein: über fünfeinhalb Kilometer Schlittelpass.

# Schlitteln auf der Schwarzwaldalp

PostAuto bringt Winterausflügler auf die schöne Schwarzwaldalp im Berner Oberland. Ein Geheimtipp.

Die Strecke ist atemberaubend schön und eine der anspruchsvollsten Bergpoststrassen der Welt. Von Meiringen führt das schmale Strässchen durchs malerische Reichenbachtal hinauf auf die Schwarzwaldalp und weiter bis auf die Grosse Scheidegg auf knapp 2000 Meter über Meer. Hier oben auf der Passhöhe hat man einen wunderbaren Blick auf das majestätische Wetterhorn sowie auf die Kleine Scheidegg vor der Jungfrau. Ein Fleck wenig berührter Natur, abseits der bevölkerten Touristengebiete des Berner Oberlands.

Diese grossartige und eindrückliche Landschaft wurde schon früh von Reisenden



Passhöhe Grosse Scheidegg: eine der anspruchsvollsten Bergpoststrassen der Welt.

entdeckt. Als einer der ersten Prominenten überquerte Goethe im Oktober 1779 die Grosse Scheidegg. Schriftsteller Conan Doyle war von der Gegend so angetan, dass er seinen Romanhelden Sherlock Holmes kurzerhand im Reichenbachfall sterben liess.

Lange Zeit war das Gebiet nur im Sommer erschlossen, doch seit 2004 führt PostAuto hier auch einen Winterkurs. Betrieben wird der Fahrdienst von der Grindelwald Bus AG: «Wir wollen keinen Rummel», sagt der Geschäftsführer Peter Balmer, «sondern

bieten ein kleines, aber feines Wintersportgebiet an.»

Legendär ist die fünfeinhalb Kilometer lange Schlittelpiste von der Grosse Scheidegg auf die Schwarzwaldalp. Sie führt durch verschneite Waldstücke, weist keine extremen Gefälle auf und ist für Anfänger wie Köhner gleichermaßen geeignet. Lassen es die Schneeverhältnisse zu, kann sogar bis nach Meiringen gerodelt werden.

## Schöne Winterwanderungen

Die Postautos bringen die Schlittler mehrmals täglich von der Schwarzwaldalp auf die Grosse Scheidegg. Wer keinen Schlitten dabei hat, kann im Chalet-Hotel Schwarzwaldalp einen mieten. Dort ist auch richtig, wer sich zwischendurch aufwärmen und mit lokalen Spezialitäten kulinarisch verwöhnen lassen will. Doch das Gebiet bietet mehr als nur eine tolle Schlittelpiste. Hier gibt es einen schönen Winterwanderweg für Fussgänger, und für die Schneeschuhwanderer sind verschieden lange Trails von zwei bis vier Stunden angelegt. Da das ganze Gebiet im Jagdbann liegt, sind die zum Schutz der Wildtiere aufgestellten Hinweistafeln zu beachten.

Die Schwarzwaldalp-Region ist ein Geheimtipp für den perfekten Winterausflug mit der ganzen Familie. Planen Sie diesen schon jetzt! Denn die Schlittelbusse auf die Grosse Scheidegg verkehren nur gerade sechs Wochen pro Saison. MK



**Verlosung** Machen Sie mit und gewinnen Sie von PostAuto zehn Tageskarten für den Schlittelpausch auf der Schwarzwaldalp im Berner Oberland. Anmeldungstalon auf Seite 13.

## Termine, Preise, Tipps



**Schlittelbetrieb 2013/14:** Je nach Schneeverhältnissen verkehren die Kurse vom 26. Dezember bis 5. Januar sowie vom 8. Februar bis 9. März.

**Fahrplan:** Täglich fünf Kurse von der Schwarzwaldalp zur Grosse Scheidegg. Abfahrtszeiten unter:

➔ [www.grindelwaldbus.ch](http://www.grindelwaldbus.ch)

**Preise:** Einzelfahrten oder unbegrenzter Schlittelpass mit der Tageskarte (Erwachsene 50 Franken/ Kinder 25 Franken). Nur Spezialbillette gültig. Kauf direkt beim Fahrpersonal.

**Gruppen:** Anmeldung ab zehn Personen erforderlich. 033 854 16 16 oder [info@grindelwaldbus.ch](mailto:info@grindelwaldbus.ch)

**Schlittenvermietung und Verpflegung:** Chalet-Hotel Schwarzwaldalp: 033 971 35 15



Weitere Infos unter

➔ [www.postauto.ch](http://www.postauto.ch), Webcode 10432

# Elektro-Speicher-Flach-Heizung

**30%**

Sichern Sie sich **jetzt** unseren neuesten Farb-Katalog.

Das Energiespargeheimnis

• Nur 9 cm tief!



## SAUBER, BEQUEM und SPARSAM HEIZEN

Diese Heizung mit dem wärmespeichernden Schamottekern schafft Ihnen ein wohlig warmes Zuhause bei wirtschaftlichem Stromverbrauch. Das Heizsystem ist von den anerkannten europäischen Prüfstellen zugelassen. Unser Werk übernimmt dafür eine langjährige Garantie.

### SPARSAM

- Elektrisch regelbare Temperatur
- Hochentwickelte Technik hilft Energie sparen
- Langes Nachheizen ohne Strom, kein Gebläse
- Günstige Heizstromtarife

### SAUBER

- Wohlbefinden durch gesundes Raumklima
- Kein Russ, kein Staub
- Einfache Montage ohne Stemm- und Mauerarbeiten
- Umweltfreundlich und schadstofffrei

### BEQUEM

- Angenehme Wärme
- Steckdose genügt, einfach einzuschalten
- Bei Umzug leicht mitzunehmen
- Wartungsfrei
- Bedienkomfort durch Thermostat

### Für Einzelräume, als Voll-, Zusatz- und Übergangs-Heizung

Ein entscheidendes Kapitel bei Neubau- oder Altbau-Wohnungen/-Häusern ist die zweckentsprechende Lösung der Heizungsfrage. Da es 6 Monate im Jahr **zu kalt** und weitere 3 Monate **zu ungemütlich** ist, müssen zumindest Wohnräume mit einer guten und sparsamen Heizungsanlage ausgestattet sein. Vielen Dank für Ihr Vertrauen, das Sie uns entgegenbringen.

## Der neue Katalog ist da! Sofort kostenlos anfordern!

Senden Sie noch heute diesen **COUPON** an unser Werk!

Lieferung direkt ab Fabrik

## SONDER-KATALOG WIBO-WERK

Postfach • 8099 Zürich

Katalogservice:

Tel. 044/214 63 63 • Fax 044/214 65 19

E-Mail: [katalog@wibo.com](mailto:katalog@wibo.com)

Coupon ausschneiden, aufkleben und mit Ihrer Anschrift einsenden ✂

KATALOG-  
GUTSCHEIN

T  
30 CH1162

Senden Sie diesen Coupon noch heute ohne Briefmarke ab. Sie erhalten unverbindlich und kostenlos unseren neuesten Katalog über Flächen-Heizungen und Teilzahlung.

Portofrei  
absenden  
oder gleich  
faxen  
044/214 65 19

Name, Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Tel.:

Wenn gewünscht ankreuzen  
 Das ganze Angebot zum Energiesparen und Preissenkungen vom Hersteller

Antwort

**WIBO-WERK**  
Postfach  
8099 ZÜRICH

## Der Postbote



In meinen Anfängen stellte ich in Adliswil die Briefe zu. Eines Tages fragte mich eine alte Frau, warum ich bei der Arbeit immer singe. Meine Antwort: «Die Post ist mein Leben, die Musik ist meine Liebe.» Da gab sie mir diesen Namen.

### 5. Anfang des Jahres traten Sie in der TV-Show «The Voice of Switzerland» auf. Wie hat das Ihr Leben verändert?

Vor der Show kannte mich die halbe Schweiz, jetzt kennt mich die ganze. Manche glauben, ich sei jetzt ein Superstar. So ein Unsinn. Ich bin der Gleiche wie früher: ein ganz normaler Mensch, ein einfacher Briefträger.

### 6. Vermissen Sie das Rampenlicht?

Keine Sekunde. Kameras sind nicht die Realität. Was mich erfüllt, ist der Kontakt zum Publikum – und davon gibt es genug. Seit «The Voice» kriege ich noch mehr Anfragen. Kürzlich habe ich an der 457. Hochzeit gesungen.

### 7. Schon bald ist wieder Adventszeit und damit Hochsaison für die Post. An Spitzentagen bewältigt sie bis zu 20 Millionen Briefsendungen. Wie wirkt sich das auf Ihre Arbeit aus?

Wenn die vielen Briefe versendet werden, kriege ich nicht alles in meinen Anhängern. Dann fahre ich eben noch ein zweites oder drittes Mal, und die Arbeit dauert ein wenig länger. Das Wichtigste ist, dass jeder Weihnachtsgruss rechtzeitig ankommt.

### 8. Wie feiern Sie persönlich Weihnachten?

Am liebsten alleine. Es ist für mich eine Zeit der Ruhe und Einkehr. In meiner Kindheit feierten wir mit der ganzen Familie. Wir waren arme Leute und lebten von der Wohlfahrt. Für Geschenke fehlte das Geld. Dafür gab es richtig viel zu essen und meine Eltern hatten Zeit für mich. Das war das Schönste.

### 9. Was tun Sie jeweils nach Beendigung Ihrer Arbeit?

Wenn keine Musikprobe ansteht, gehe ich nach Hause und mache es mir vor dem TV gemütlich. Ich bin ein grosses Kind – am liebsten schaue ich Trickfilme.

### 10. Wären Sie nicht Postbote, was dann?

Sänger. Jeden Tag, 24 Stunden lang. Ich sang schon als Dreijähriger in einem Gospelchor, und mit sieben machte ich mit meiner Schwester Strassenmusik. Aber ich bin glücklich bei der Post. Wenn man mich lässt, arbeite ich mit 70 noch hier. **mk**

# 10 Fragen an Michael A. Williams 8910 Affoltern a. A.



**Wohnort:** Zufikon (AG)

**Alter:** 58 Jahre

**Hobbies:** Mein Gospelchor «Go to Spell», meine Band «Stone Dry»

**Angestellt bei der Post:** seit 14 Jahren

#### 1. Wie kam es, dass Sie Briefträger wurden?

Ich war schon während meines US-Militärdienstes für die Post verantwortlich. Später arbeitete ich als Bodyguard. Als ich dann in die Schweiz kam, sah ich 1999 ein Stelleninserat: Briefträger gesucht. Obwohl ich schon 44 und damit weit über der Altersgrenze war, gab mir die Post eine Chance. Dafür bin ich ihr ewig dankbar.

#### 2. Wie beginnt Ihr Arbeitstag?

Ich stehe gegen 4.30 Uhr auf, bete und mache mich bereit. Dann fahre ich von Zufikon zur Post

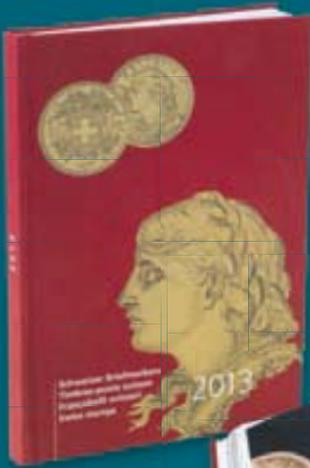
nach Affoltern, wo ich mir jeweils Zeit fürs Sortieren nehme, damit ich ja keinen Fehler mache. Danach gehts mit dem Mofa oder dem Elektroroller auf Tour, und gegen Mittag bin ich zurück.

#### 3. Gibt es einen Kunden, den Sie nie vergessen werden?

Alle meine Kunden sind speziell. Ich nehme mir Zeit für sie und bringe ihnen nicht nur die Post, sondern auch ein Lachen.

#### 4. Wie kamen Sie zum Spitznamen «Singing Postman»?

# Jahrbuch der Schweizer Briefmarken 2013



CHF 66.–



- 46 Original-Briefmarken
- Themen reich illustriert
- Hintergründe in vier Sprachen
- Neu: mit exklusivem Schwarzdruck

Bestellen Sie das Jahrbuch jetzt unter  
Tel. +41 (0)848 66 55 44  
oder über  
[www.post.ch/philashop](http://www.post.ch/philashop)

**DIE POST** 

**GRIMALDI  
ITALIEN**



**FINCA ALBRET  
SPANIEN**



## ENTDECKEN SIE DIE WELT DER WEINE AUF [WWW.RUTISHAUSER.COM](http://WWW.RUTISHAUSER.COM)

Wir lagern für Sie mehr als 2000 erlesene Weine aus unserer Weinkellerei und von über 120 Winzern aus der Schweiz, Europa und Übersee. Entdecken Sie die Weinwelt und bringen Sie mehr über die Winzer in Erfahrung. Oder finden Sie mit einem Klick den passenden Wein zu Ihrem Festgericht.

**RUTISHAUSER WEINKELLEREI**



**20% KENNENLERN-RABATT  
IM NEUEN ONLINE-SHOP**

Profitieren Sie bis zum 31. Dezember 2013 auf [www.rutishauser.com](http://www.rutishauser.com) von einem Kennenlern-Rabatt auf unser ganzes Weinsortiment.

**Ihr Rabattcode: RU11132**

**RUTISHAUSER  
BAROSSA**

Höchste Weinqualität für unsere Kunden seit über 125 Jahren.

**QUINTA DO  
VALLADO  
PORTUGAL**



**FAMILIA  
ZUCCARDI  
ARGENTINIEN**



**LAPOSTOLLE  
CHILE**



**PALLISER ESTATE  
NEUSEELAND**



**RUTISHAUSER  
BAROSSA**  
WELT DER WEINE

Besuchen Sie jetzt [www.rutishauser.com](http://www.rutishauser.com)

# Dialog

## Die Zahl



Die Post hat dieses Jahr fast 4 Millionen Sammelsäcke für Batterien, sogenannte «Battery Bags» an sämtliche Haushalte der Schweiz verteilt. Zudem nehmen die Poststellen Batterien und Akkus zum Recycling an und helfen damit tatkräftig beim Umweltschutz mit. Nach der Zustellung der Battery Bags durch die Post haben die Klicks auf den Plattformen der Interessenorganisation Batterieentsorgung [www.inobat.ch](http://www.inobat.ch) und [www.batteryman.ch](http://www.batteryman.ch) um das Siebenfache zugenommen. Die Sammelquote der Batterien beträgt aktuell rund 72 Prozent.

➔ [www.inobat.ch](http://www.inobat.ch)

### Friendly Work Space

#### Gesunde Mitarbeitende



Das Label Friendly Work Space zeichnet Unternehmen mit einem vorbildlichen betrieblichen Gesundheitsmanagement aus. Seit Kurzem sind alle Bereiche der Post zertifiziert. Ein Zeugnis dafür, dass sich die Post aktiv für die Gesundheit ihrer Mitarbeitenden einsetzt.

### Onlinemagazin

#### Ganz einfach

Unter dem Titel «Ganz einfach» lanciert PostFinance für ihre Privatkunden ein neues Onlinemagazin rund ums Thema Geld. Im Zentrum der aktuellen Ausgabe steht die Vorsorge. PostFinance-Kunden können im E-Finance den Newsletter abonnieren, der sie über die neueste Onlineausgabe informiert.

➔ [www.magazin.postfinance.ch](http://www.magazin.postfinance.ch)



### KulturLegi

## Kultur für alle

Die KulturLegi des Hilfswerks Caritas sorgt dafür, dass Menschen mit Einkommen am oder unter dem Existenzminimum am kulturellen Leben teilhaben können. So erhalten sie Vergünstigungen bei verschiedenen Kulturveranstaltungen wie «DAS ZELT – Chapiteau PostFinance».

➔ [www.kulturlegi.ch](http://www.kulturlegi.ch)

### Kinderbriefe

## Post hilft dem Christkind

Post für das «Christkind im Himmel» oder den «Samichlaus am Nordpol»? Diese Briefe bleiben bei uns nicht unbeantwortet. Unsere Angestellten freuen sich nämlich bereits darauf, in der Weihnachtszeit tausende fantasievolle Kinderbriefe, die uns jeden Winter erreichen, beantworten zu dürfen.



Neue Spielsachen und Kuscheltiere dank  
«2 x Weihnachten»: der dreijährige Daniel\*  
im Spielzimmer des Kinderheims Brugg.





Gemeinsam essen, lernen und spielen: Das Kinderheim Brugg bietet rund 40 Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahren mit problematischem familiären Hintergrund ein Zuhause. Das Heim ist auf Spenden angewiesen.

# 78 000 Mal Danke!

Für viele ist Weihnachten das Fest des Überflusses. Doch das gilt nicht für alle. Dank der Paketaktion «2 × Weihnachten» erhalten Menschen in Not jedes Jahr konkrete Hilfe. So auch die Kinder des Kinderheims Brugg. Machen Sie mit!

Text: Claudia Iraoui; Fotos: Lea Meienberg

**F**reitagmorgen im Kinderheim Brugg. Daniel\* ist drei Jahre alt und noch zu klein, um die Schulbank zu drücken. Zusammen mit Gleichaltrigen sitzt er am Boden des Spielzimmers und baut mit den Bauklötzen Türme. Er wohnt hier zusammen mit rund 40 weiteren Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahren mit problematischem familiären Hintergrund. Als er Rolf von Moos, den Leiter des Kinderheims, entdeckt, rennt er ihm entgegen und fragt: «Herr von Moos, wann gehen wir wieder in den Vergnügungspark?» Der Kleine kann sich noch lebhaft an den Ausflug am Vortag erinnern. «Unseren Kindern fehlt es weder an Essen noch an Kleidern», erklärt Rolf von Moos, «doch wir können uns keine Extras leisten. Diese sind nur dank Spenden möglich, wie beispielsweise jene der Aktion «2 × Weihnachten». Wir erhalten Lebensmittel, Schreibwaren und Spielsachen: All das ermöglicht es uns, zu sparen und den Kindern etwas Besonderes zu bieten.»

Seit rund zehn Jahren erhält das Kinderheim Brugg die Zuwendungen aus «2 × Weihnachten», der Spendenaktion des Schweizerischen Roten Kreuzes (SRK), der Schweizerischen Post und der SRG SSR, die zwischen Weihnachten und Neujahr in der ganzen Schweiz Pakete sammelt und deren Inhalte an Bedürftige weiterverteilt (siehe Kasten). Die Verantwortlichen von «2 × Weihnachten» klären im Oktober ab, was fehlt, und kommen im Februar vorbei, um das Heim zu

beschenken. «Gegen Ende Februar haben wir 15 Kartonschachteln erhalten: Sie waren gefüllt mit Spielsachen, lang haltbaren Lebensmitteln, Hygieneartikeln und Schulmaterialien», erzählt Linda Laghetto, Heimitarbeiterin in Brugg.

## Armut in der Schweiz und im Ausland

«Es gibt in der Schweiz viele Einrichtungen und Einzelpersonen, die sich für Hilfe an uns wenden. Und leider werden es immer mehr», stellt Joseph Reinhardt, Projektleiter «2 × Weihnachten» beim SRK, fest. «Es ist nicht leicht, in einem der Länder mit der höchsten Lebensqualität über Armut zu sprechen. Man kann Armut nur schwer messen, verstehen oder bekämpfen. Und dennoch existiert sie.» Gemäss Schätzungen der Caritas gilt jede siebte Person in der Schweiz als arm. Die Armutsquote bei Personen im erwerbsfähigen Alter bewegt sich seit 15 Jahren zwischen 7 und 9 Prozent. Es handelt sich dabei nicht um eine absolute Armut, sondern um Armut im Vergleich zum als normal geltenden Lebensstandard, die sich vor allem darin äussert, dass die Betroffenen nicht am gesellschaftlichen Leben teilhaben können. «Glücklicherweise sind viele Menschen – anders als man erwarten würde – in Krisenzeiten noch grosszügiger als sonst», sagt Joseph Reinhardt.

Die Hälfte aller «2 × Weihnachten»-Pakete wird in der Schweiz verteilt, den Rest bringt das SRK nach Moldawien, Weissrussland >

\*Name geändert

«2 x Weihnachten»-Spenden von 2012

**424 t**

Waren insgesamt

**207 t**

Lebensmittel

**40,3 t**Hygiene-  
und Toilettenartikel**22 t**Elektrogeräte  
und Haushaltsartikel**34 t**Textilien  
und Schuhe**28 t**

Spielsachen



**«Immer mehr Bedürftige  
melden sich bei uns.»**

Joseph Reinhardt, Projektleiter Schweizerisches Rotes Kreuz

> und Bosnien-Herzegowina. In diesen Ländern Osteuropas ist Armut harte Realität. Hier kümmern sich die lokalen SRK-Gesellschaften um die Identifizierung der Einrichtungen und Einzelpersonen, die besonders dringend Hilfe benötigen, und um die persönliche Auslieferung der Gaben. Üblicherweise sind das die Schwächsten einer Gesellschaft: Alte, Kranke, Alleinerziehende oder Grossfamilien. Oft können sie nicht auf staatliche Hilfe zählen und kommen dank der Aktion «2 x Weihnachten» besser über die Runden.

#### Jedes Paket birgt eine Überraschung

Die Spendenaktion «2 x Weihnachten», die dieses Jahr zum 17. Mal durchgeführt wird, gründet auf einer simplen, aber genialen Idee: «Wieso sollen Weihnachtsgeschenke, für die man keinen Nutzen hat, nicht an Bedürftige weiterverschenkt werden?», fragte sich Doris Rothen 1996 während einer Redaktionssitzung des SRF-Radioprogramms Espresso. In der Folge entwickelte sich daraus ein erfolgreiches Hilfsprojekt. Heute

kaufen jedoch die meisten Leute extra Sachen, um sie als Spende abzugeben. «Seit einigen Jahren liegt die Anzahl Pakete, die wir im Logistikzentrum des SRK in Wabern erhalten, jeweils bei rund 78 000», erklärt Projektleiter Joseph Reinhardt mit Genugtuung. 2012 wurden Waren im Wert von 5,4 Millionen Franken gespendet. Eine Vielzahl von Freiwilligen des Roten Kreuzes und anderer Unternehmen, zum Beispiel der Post, öffnet die Pakete und sortiert deren Inhalt. «2012 wurden über 10 000 Freiwilligenstunden geleistet», sagt der Projektleiter. Jedes Paket kann zur Überraschung werden. Meist finden sich darin Thunfisch- oder Pelatidosen, Shampoo, Schreibhefte, Spielsachen, Kleider oder Schuhe. Doch manchmal entdeckt man auch ein Poster von Lady Gaga oder Weihnachtsdekoration. «Glücklicherweise können 99 Prozent der Waren wirklich gebraucht werden», erklärt eine langjährige Freiwillige. So bringt «2 x Weihnachten» den Bedürftigen jedes Jahr ein wenig Trost. ■

➔ [www.kinderheimbrugg.ch](http://www.kinderheimbrugg.ch)

## «2 x Weihnachten»: So können Sie spenden!

Im Rahmen der Spendenaktion «2 x Weihnachten» können Sie in jeder Poststelle Pakete mit Grundnahrungsmitteln oder Artikeln des täglichen Bedarfs aufgeben. Die Post kennzeichnet diese Pakete mit einer Spezialetikette und leitet sie kostenlos ans Logistikzentrum des SRK in Wabern (BE) weiter. Hier wird der Inhalt durch das SRK sortiert und an hilfsbedürftige Familien in der Schweiz und in einigen Ländern Osteuropas verteilt. Die 17. Ausgabe der Aktion «2 x Weihnachten» findet vom 24. Dezember 2013 bis 11. Januar 2014 statt.

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

---

**Fensterplatz**

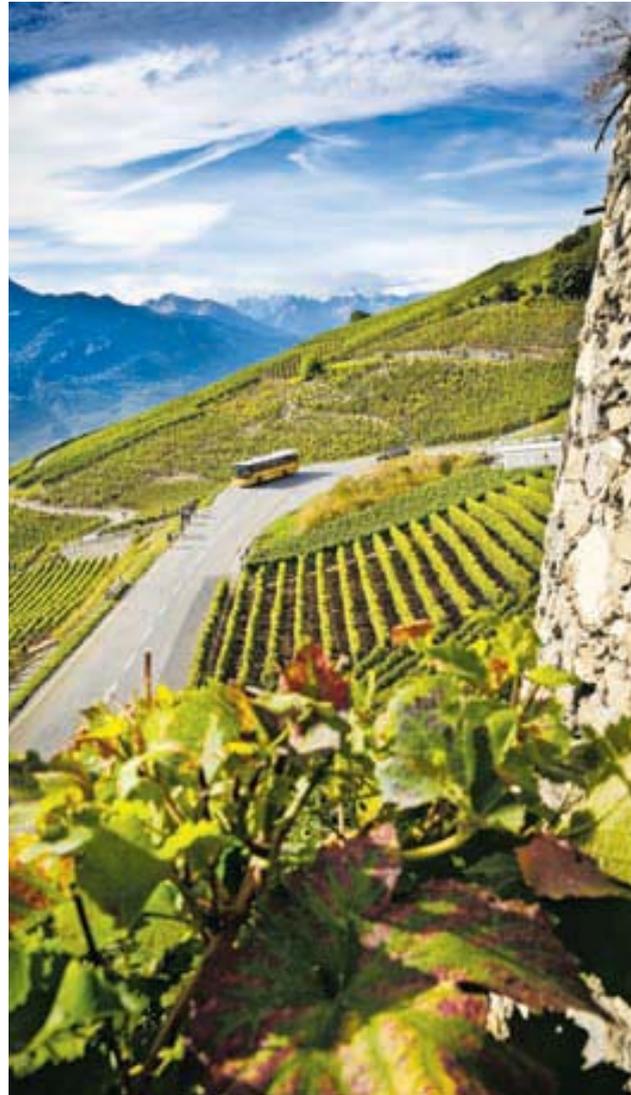

---

## Leytron–Ovronnaz Unterwegs mit Antonio Cavallo

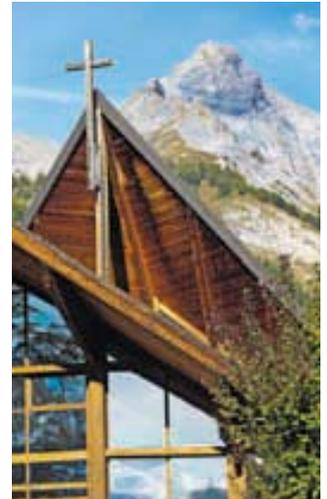


**Antonio Cavallo (51)** fährt seit 2005 Postauto. Er wohnt mit seiner Familie in Chamoson.

Die Strecke von Leytron nach Ovronnaz fahre ich mehrmals pro Woche. Ich fahre sie sehr gerne, denn sie ist abwechslungsreich mit ihren vielen Kurven und der schönen Aussicht: Wir überwinden auf der Fahrt durch die Rebberge fast 1000 Höhenmeter. Im Winter, wenn viel Schnee liegt, muss ich natürlich noch viel vorsichtiger fahren als sonst – wir sind ja hier nicht auf der Autobahn. Manchmal kommt von hinten aus dem Passagierraum ein «oh, là, là», wenn ich eine besondere Kurve gemeistert habe. Manchmal denke ich, die Leute wissen zu wenig, wie anspruchsvoll unsere Arbeit ist. Einmal stand auf der Strasse plötzlich eine Gämse, ein sehr schönes Tier. Sie hat mich einen Moment lang angeschaut und ist dann auf und davon. Naturfreunde kommen gerne hierher zum Wandern, andere besuchen das Thermalbad in Ovronnaz. Da ich allergisch auf Chlor bin, ist das leider nichts für mich – ich bade lieber im Meer. RH



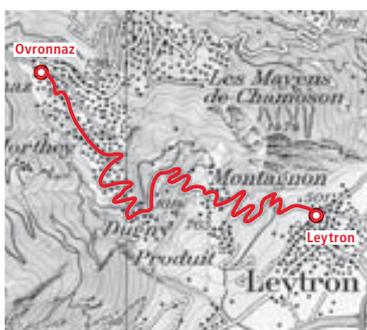
Verschnaufpause im Rebberg. Den Blick gegen Westen ins Rhonetal schweifen lassen, den Geruch von Erde und Weinlaub in der Nase. Ob es ein guter Jahrgang wird?



Auf dem Weg zum Thermalbad öffnet die Kirche das Fenster zum Himmel.



Wer unterwegs eine Ehringer Kuh trifft, überlässt ihr wohl besser den Vortritt.



Kurs 12.312

**Leytron–Ovronnaz**



**Weitere Informationen und Angebote** von PostAuto finden Sie auf

➔ [www.postauto.ch](http://www.postauto.ch), Webcode 10626.



Im Lärchenwald bei Ovronnaz durchs Unterholz streifen, die Stille geniessen. Doch was schallt da durch den Wald ...?



... es sind die Kinderwagen auf dem familienfreundlichen Wanderweg. Hier ist keiner zu klein, ein Wanderer zu sein.

«Nur mit Spass erreicht ein Kind Grosses»:  
Eishockey-Wunderkind  
Roman Josi in der  
PostFinance-Arena in  
Bern.



## «Ich komme aus einer ganz normalen Familie»

Erst 23 und schon eine Ikone des Schweizer Sports. Roman Josi über seine Lehre bei der Post, Verletzungen und das Leben im Rampenlicht.

Interview: Michael Kroboth; Foto: Dan Cermak

Treffpunkt PostFinance-Arena in Bern. Hier, wo einst alles begann. Wo ein begabter Bub aus Ostermündingen mit vier Jahren erstmals auf den Schlittschuhen stand. Wo er als Jugendlicher fast täglich trainierte und mit 16 bei den Profis des SC Bern problemlos mithalten konnte. Wo Roman Josi zu dem heran-

**Roman Josi**, (23) debütierte mit 16 bei den Profis des SC Bern, mit dem er 2010 den Meistertitel gewann. Seit 2010 spielt er für die Nashville Predators in der NHL, wo er im Sommer einen Siebenjahresvertrag über 28 Millionen Dollar unterschrieb. Bei der WM 2013 gewann er mit der Schweiz die Silbermedaille und wurde zum wertvollsten Spieler des Turniers gewählt.

reife, was er mit erst 23 Jahren ist: zu einem der besten Eishockeyspieler der Welt und einer Ausnahmefigur des Schweizer Sports.

Obwohl seit drei Jahren in den USA engagiert, kennt er hier noch jeden: den Zeuggart, die Nachwuchsspieler, den tamilischen Kellner. Und für jeden hat er ein freundliches Wort. Josi ist auch neben dem Eis eine auffällige Erscheinung. 1,88 Meter gross, ein ebenmässiges Gesicht, blendend weisse Zähne: Er ging locker als Dressman durch. Wenn er ernsthaft und in breitem Berndeutsch von seinem Leben erzählt, wirkt er zurückhaltend, als ob er auf das Getue um seine Person bestens verzichten könnte.

**Seit der WM stehen Sie noch mehr im Rampenlicht als zuvor. Vermissen Sie manchmal die Leichtigkeit von einst?**  
Ab und zu. In der Kindheit hat man mal gut gespielt, mal weniger. Und es war kein Weltuntergang. Mit 15 meldeten sich die ersten

### Verlosung

Gewinnen Sie 3 × 2 Sitzplatztickets für ein Spiel der Nationalmannschaft in der Schweiz. Talon siehe S. 13.

Spieleragenten und man realisiert, dass Eishockey ein Riesengeschäft ist. Aber ich beklage mich nicht: Die enorme Anerkennung und Aufmerksamkeit hat auch was Schönes.

**Woher stammt Ihr sportliches Talent?**

Das sind wohl die Gene. Meine Mutter brachte es als Schwimmerin bis in das Nationalkader, mein Vater kickte in der ersten Liga. Wir haben immer viel Sport getrieben, auch in den Ferien.

**Wurden Sie von Ihren Eltern zur Hockeykarriere gepusht?**

Sie haben mich zwar immer unterstützt, aber sie übten nie Druck aus. Das hätte auch gar nicht funktioniert. Ich bin überzeugt: Nur ein Kind, das Spass an einer Sache hat und selbst den Fleiss dafür aufbringt, kann Grosses erreichen.

**Knüpften Ihre Eltern Ihr Hobby an gute Schulnoten?**

Dazu gab es keinen Grund. Ich gehörte zwar nie zu den Allerbesten, doch meine Noten waren eigentlich immer ganz okay. Aber als ich Profi wurde, verlangten sie, dass ich daneben noch einen «richtigen» Beruf erlerne.

**Wieso entschieden Sie sich für die KV-Lehre bei der Post?**

Die Post bot eine Sportlerlehre an, was ideal war. Ich konnte den halben Tag arbeiten und die andere Hälfte trainieren. Zuerst war ich in der IT-Abteilung in Zollikofen, danach im Hauptsitz in Bern. Nach zwei lehrreichen Jahren wurde es mir aber zu viel und ich brach ab.

**Sie haben Ihre Jugend dem Sport gewidmet. Gab es Momente des Zweifels?**

Keine Sekunde. Ich habe mich auf jedes Training gefreut. Dort konnte ich völlig abschalten und alles vergessen.

## PostFinance fördert Schweizer Eishockey

PostFinance ist seit 2001 die starke Partnerin des Schweizer Eishockeys. Das Engagement umfasst die National League, die Nationalmannschaften und die Stars von morgen. Seit Einführung des Top-Scorer-Konzepts hat das Finanzinstitut dank der Treffsicherheit der besten Scorer den Schweizer Eishockeynachwuchs mit 4 Millionen Franken unterstützt. Zudem engagiert sich PostFinance beim nationalen Schülerturnier (PostFinance Trophy).

**Ihr Bruder Yannick hat die Profikarriere verpasst. Hat das Ihr Verhältnis getrübt?**

Er war sehr talentiert, aber in der Pubertät wurden ihm Freunde und Freizeit wichtiger. Es ist sicher nicht immer ganz einfach für ihn, aber Spannungen gibt es keine. Wir stehen uns sehr nahe, und er gönnt mir meinen Erfolg.

**Sie agieren auf dem Eis elegant, strategisch, gelassen. Gilt: Wie man spielt, so ist man auch als Mensch?**

Ich bin auch privat eher der ruhige Typ, aber generalisieren lässt sich das nicht: Einige der ganz harten Typen in der NHL sind neben dem Eis sanfte Teddybären.

**Woher nehmen Sie die nötige Aggressivität für die Duelle im Eishockey?**

Ich gehe nie mit dem Ziel ins Spiel, die Gegner physisch fertigzumachen. Deshalb nenne ich es lieber den Zustand der totalen Einsatzbereitschaft. Diesen zu erreichen, ist ein Prozess der Konzentration. Ich ziehe mich dazu in mich selbst zurück.

**Sie waren schon öfters verletzt.**

**Wird man da ängstlicher?**

Was zuweilen Sorgen bereitet, sind die vier erlittenen Hirnerschütterungen. Zu viele davon sind gefährlich. Aber im Match verschwende ich keinen Gedanken daran.

**An welchem WM-Moment denken Sie noch heute?**

An den Halbfinalsieg gegen die USA. Wir haben die Amerikaner an die Wand gespielt und den fast perfekten Match gezeigt. Die anschliessende Garderobenparty war grandios, und ich war der DJ.

**Nach so vielen Erfolgen: Bleiben da noch Träume?**

Und ob! Die WM-Goldmedaille, der Stanley-Cup-Sieg, eine olympische Medaille – am liebsten schon nächstes Jahr in Sotschi. Und irgendwann einmal eine eigene Familie.

**Sie haben bei den Nashville Predators einen 28-Millionen-Dollar-Vertrag unterschrieben. Müssen Ihre Eltern nun nicht mehr arbeiten?**

Ich komme aus einer ganz normalen Familie. Mein Vater ist Buchhalter, meine Mutter Sekretärin, und das werden sie auch bleiben. Sie erwarten nichts von mir für die jahrelangen Entbehrungen, die sie auf sich nahmen, als sie mich herumkutschten. Aber wenn ich einen Bonus erhalte oder einen neuen Vertrag unterschreibe, mache ich ihnen jeweils ein Geschenk.

**Was fällt dem Erfolgsmenschen Roman Josi eigentlich schwer im Leben?**

Aufräumen. Ich bin ein Chaot. ■

## Laufagenda



# Achtung, fertig, los!

**Zürcher Silvesterlauf**

**Datum** 15. Dezember 2013

**Distanzen** 1,6–10,0 km

➔ [www.silvesterlauf.ch](http://www.silvesterlauf.ch)

**Bremgarten Reusslauf**

**Datum** 22. Februar 2014

**Distanzen** 6,6 und 11 km

➔ [www.reusslauf.ch](http://www.reusslauf.ch)

**Kerzerslauf**

**Datum** 15. März 2014

**Distanzen** 5 und 15 km

Neu mit Staffel

➔ [www.kerzerslauf.ch](http://www.kerzerslauf.ch)



Der Kerzerslauf ist ein Lauf durch intakte Natur. Mehrere der 15 Kilometer führen durch Naturschutzgebiet. Der Niederried-Stausee bei Kilometer 7 bis 9 ist eines der bedeutendsten Wasservogelreservate der Schweiz.

**Running View**  
[post.ch/laufsport](http://post.ch/laufsport)



**Infos**

Die Post unterstützt die schönsten Laufveranstaltungen und fördert damit den grössten Breitensport der Schweiz.  
➔ [www.post.ch/laufsport](http://www.post.ch/laufsport)

# Leserreise

1. bis 8. Juni 2014

## Das malerische Flandern und Paris

Belgiens Norden und Frankreichs Weltstadt

Preis pro Person ab

**CHF 1880.–**

Begleiten Sie uns nach Paris und nach Flandern, in den Norden von Belgien.

### 1. und 2. Tag

Auf der Stadtführung durch Paris schnuppern Sie die einmalige Atmosphäre und ergötzen sich an den unzähligen Sehenswürdigkeiten wie dem Eiffelturm, dem Louvre oder den Champs-Élysées. Zur Übernachtung geht es weiter nach Gent.

### 3. Tag

Heute machen wir einen Ausflug ins historische Zentrum von Brügge, das die Auszeichnung als UNESCO-Weltkulturerbe trägt. Anschliessend bringt uns ein Wasserrad-Dampfschiff durch die Polderlandschaft Flanderns in die malerische Stadt Damme. Nach einem kurzen Aufenthalt kehren wir nach Brügge zurück. Sie haben Zeit, die Stadt auf eigene Faust zu erkunden. Abschliessend besuchen wir das Diamantenmuseum und wohnen einer Diamantenshow bei.

### 4. Tag

Auf einer Grachtenschiffahrt lernen wir Gent, die Geburtsstadt Kaiser Karls V., kennen. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung – werfen

Sie einen Blick auf den Genter Altar, die Burg Gravensteen oder besuchen Sie den Markt.

### 5. Tag

Wir fahren in die Mode- und Hafenstadt Antwerpen und bestaunen den Reichtum, der sich in goldverzierten Stadtpalästen, Kirchen, gepflegten Strassen und prächtigen Jugendstilvierteln manifestiert. Zeit zur freien Verfügung und Weiterfahrt nach Brüssel.

### 6. Tag

Auf einer Stadtführung lassen wir uns den Grand Place, den Manneken Pis, das Atomium und das Europaviertel der EU-Stadt Brüssel zeigen. Am Nachmittag besuchen wir eine Schokoladenfabrik und geniessen die feinen Köstlichkeiten.

### 7. Tag

Mit einer alten Strassenbahn machen wir einen Abstecher in die weltberühmte Tropfsteinhöhle Grotte de Han in Rochefort. Auf der Stadtrundfahrt von Luxemburg bewundern wir die Kasematten und das Europaviertel. Anschliessend haben Sie Zeit, die malerische Altstadt zu erkunden.

### 8. Tag

Rückreise in die Schweiz.

### Preise pro Person

- Im Doppelzimmer **CHF 1880.–**
- Zuschlag Einzelzimmer **CHF 595.–**

### Im Preis inbegriffen:

- Fahrt im PostAuto-Reisecar\*\*\*\*
- Durchgehende PostAuto-Reisebegleitung
- Sieben Übernachtungen mit Halbpension in \*\*\*\*Hotels
- Stadtführungen in Paris, Brügge, Antwerpen, Brüssel und Luxemburg
- Wasserrad-Dampfschiffahrt Brügge–Damme
- Besuch Diamantenmuseum Brügge
- Grachtenfahrt
- Besuch Schokoladenfabrik
- Besichtigung Tropfsteinhöhlen in Han-sur-Lesse
- Reiseführer
- Taxen und Gebühren

### Nicht inbegriffen:

- Getränke
- Annullierungskosten und SOS-Schutz ab CHF 59.–

### Einsteigeorte

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

### Information und Reservation

- ➔ 058 386 31 70
- ➔ [www.postauto.ch/reiseangebote](http://www.postauto.ch/reiseangebote)
- ➔ [traumreisen@postauto.ch](mailto:traumreisen@postauto.ch)
- ➔ Webcode 10668



Wahrzeichen Mitteleuropas: Grachten von Brügge, Eiffelturm in Paris, Triumphbogen in Brüssel, Altstadt von Gent (von links oben)

Eine Reise mit PostAuto



Das Posträtzel

# Mitmachen und diese tollen Preise gewinnen!



**1. Preis**  
Spa-Wochenende im Mountain Resort Waldhaus Flims, Gutschein im Wert von CHF 2000.–



**2.–13. Preis**  
Eau de Toilette Victorinox Mystique Forest mit nachfüllbarem Reisespray, Wert je CHF 90.–



**14.–25. Preis**  
Eau de Toilette Victorinox Forest mit nachfüllbarem Reisespray, Wert je CHF 90.–

Floss-schiebe-stange	Klein-back-werk	Abk.: abge-schlossen	Schweiz. Dichter (Gottfried) † 1890	▼	Kurzform von Renate	rätorum. Autor † 1854	Abk.: Rappen	Halb-in-sel im Zürich-see	▼	Zeichen für Mangan	▼	Abk.: Schweiz. Alpen-Club	▼	Schweiz. Schla-gersän-gerin	▼	Abk.: Bundes-präsident	▼	Schweiz. Schau-spieler (Buddy)	Ab-stufung, Tönung
▶	▼	▼	▼		Ort westl. Bern	▶	▼			9			▼						▼
Hochfläche im Alpe-stein-gebiet (Al)	▶			3												ugs.: Rahm		biblische Natur-kata-strophe	
Schweizer Politiker (Alphons)	▶				Staaten-bündnis		positiv ver-ändern						Reise-bus	US-Raum-fahrt-behörde (Abk.)			5		
Getreide, Feld-frucht		zuge-teilte Menge			Abk.: Allg. Geschäfts-bedin-gungen								Kurort n. Bex (VD)						
▶			8											Siegerin im Wett-kampf			Abk.: North Carolina		
Nacht-lokal	▶			wolken-los			Acker-gerät						Initialien von Alt-bundesrat Aubert	Auslese der Besten					1
Abk.: ausser Tarif	▶		grober Sand										Schweizer Flächen-mass				Abk.: Int. Automobil-Aus-stellung	Abk.: Eidgenöss. Schwinger-verband	
Fuss-stütze im Schuh	▶							Bundesamt für Statis-tik (Abk.)			Abk.: Fussball-verein	Berg bei St. Moritz		kant. Auto-zeichen	kant. Auto-zeichen		franzö-sisch: Insel		
Abk.: care of			Attacke beim Boxen						7			Auto-bahn-restau-rant							6
ugs.: sich mühen/geizen	4							Schweden in der Landes-sprache									Abk.: Allgemel-ner Turn-verein		



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

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

Victorinox produziert und vertreibt weltweit einzigartige Qualitätsprodukte mit praktischem Nutzen für verschiedene Lebensbereiche: «Swiss Army Knives», Haushalt- und Berufsmesser, Uhren, Reisegepäck, Bekleidung und Parfum. Der Hauptsitz des Unternehmens befindet sich in Ibach, Schwyz, wo Karl Elsener im Jahre 1884 seine Messerschmiede gründete und wenige Jahre später das «Original Swiss Army Knife» entwickelte. Die in der Schweiz hergestellten Parfums finden Sie in den meisten Globus Warenhäusern, Müller Drogeriemärkten und ausgesuchten Detailhändlern.



**Posträtzel**

**Lösungswort**

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

**SMS** Senden Sie das Wort POM1 plus Lösungswort an 919 (z. B. POM1 Apfel)  
**Telefon** 0901 919 020 (CHF 1.–/SMS oder Anruf ab Festnetz)  
**Postweg** Die Schweizerische Post, Stichwort «magazin», 3024 Bern

**Wettbewerbsbedingungen:** Die Gewinnerinnen und Gewinner der Wettbewerbspreise werden schriftlich benachrichtigt. Keine Barauszahlung der Preise. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Gleiche Gewinnchancen bei Teilnahme via SMS, Telefon oder Talon. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Teilnahmeschluss: 20. Dezember 2013

Weltweite Limitierung:  
nur 5'000 Exemplare



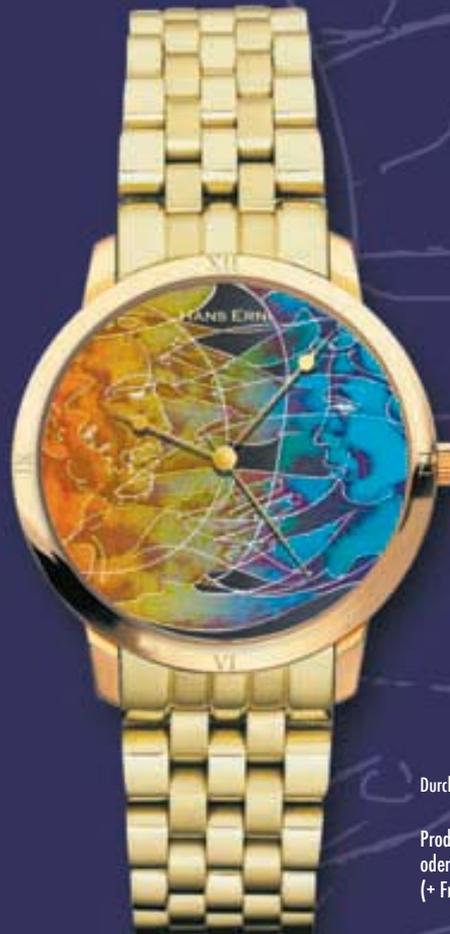
## HANS ERNI

### Puls der Zeit Damen-Armbanduhr

Exklusive Premiere bei Bradford Exchange!  
Die weltweit limitierte Damen-Armbanduhr  
von Hans Erni

Als einer der ersten zeitgenössischen Künstler hatte Hans Erni schon früh erkannt, dass Kunst auch in den Alltag gehört und nicht nur im Museum gezeigt werden soll. So wird Kunst zu lebendiger Kultur, in der sich die schöpferische Vision von Hans Erni eindrücklich manifestiert.

Mit dem Erwerb dieser weltweit limitierten Damen-Armbanduhr sichern Sie sich ein Stück Schweizer Kunst, an dem Sie sich noch jahrelang erfreuen werden. Reservieren Sie jetzt eines der wenigen Exemplare dieser Sonderausgabe, die Hans Erni exklusiv für Bradford Exchange geschaffen hat.



Durchmesser der Uhr: 32 mm

Produktpreis: Fr. 348.-  
oder 4 Raten à Fr. 87.-  
(+ Fr. 16.90 Versand und Service)



Gravierte Unterschrift von  
Hans Erni auf der Rückseite



Ihre Uhr wird in einer  
eleganten Präsentationsbox  
und einem Zertifikat geliefert

#### EXKLUSIV-BESTELLSCHEIN Reservierungsschluss 30. Dezember 2013

52347

Ja, ich reserviere die Damen-Armbanduhr  
"Hans Erni - Puls der Zeit"

Ich wünsche

eine Gesamtrechnung  Monatsraten

Ich bezahle per MasterCard oder Visa

\_\_\_\_\_

Gültig bis: \_\_\_\_\_ (MMJJ)

Vorname/Name Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen

Strasse/Nummer

PLZ/Ort

E-mail

Unterschrift

Telefon

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

Jöchlerweg 2, 6340 Baar

Tel. 041 768 58 58 / Fax 041 768 59 90

e-mail: kundendienst@bradford.ch • Internet: www.bradford.ch

- Hochwertiges Schweizer Quarz-Uhrwerk
- Sonder-Ausgabe von Hans Erni
- Mit handnummeriertem Echtheitszertifikat
- Aus bestem Edelstahl
- Kostbar vergoldet
- Nur bei Bradford erhältlich
- 120-Tage-Rücknahme-Garantie

Nennen Sie bei Online-Bestellung  
bitte die Referenz-Nr.: **52347**  
Telefon: **041 768 58 58**

7 Tage · 24 Stunden  
**www.bradford.ch**

The Bradford Exchange, Ltd. • Jöchlerweg 2 • 6340 Baar  
e-mail: kundendienst@bradford.ch