P mag.

LA POSTA

PER LE COLLABORATRICI
E I COLLABORATORI
MARZO 2023



Gordana Josic dedica anima e corpo al suo lavoro di postina. Arrivata alla Posta all'inizio della pandemia, la stilista ticinese apprezza la bellezza delle piccole cose, da un'alba infuocata alle vetrate colorate della Sagrada Familia. Scoprite la sua storia nell'ultima pagina.

I nuovi spot
Perché lavorare alla Posta è questione di passione

ChatGPT
L'intelligenza artificiale alla Posta

Pancia mia, fatti capanna!
Come si mangia alla Posta

Più storie su
posta.ch/attualita



Il pranzo è servito!

Cosa c'è di più importante che mangiare e bere? Nel Focus di questo numero, parliamo di come ci nutriamo alla Posta.

Foto: Tom Huber, Patrick Salonen



Gruppo musicale della Posta

Dopo i successi di un tempo, oggi rischia di sciogliersi.

48

Post-it

Neutralità climatica

28

A Berna e Zurigo il recapito avviene esclusivamente con veicoli elettrici.



Consulenza a tutto tondo

22

Le filiali della Posta diventano centri servizi.

AAA cercasi

35

Famiglia di escursionisti per un servizio fotografico.



E molto altro ancora!

Illustrazione: Christoph Frei, iStock

Editoriale



Buon appetito!

Ogni volta sono combattuta: meglio l'insalata di quinoa o un bel piatto di risotto con luganighetta? Insomma: pranzo leggero o comfort food? Per oggi scelgo l'opzione più salutare, ma so già che non resisterò al dolce al cioccolato con il caffè. Cosa, dove e quando mangiare sono domande che ci facciamo tutti i giorni. Ed è proprio il lavoro quotidiano a determinare la risposta: dipende da quanto tempo abbiamo per la pausa pranzo, quando finiamo il turno, se c'è un ristorante o un panificio nei dintorni... Le preferenze e gli imperativi personali influenzano soprattutto la scelta culinaria: cosa mi piace? Ho allergie? Quanta fame ho? Qual è il mio budget per il pranzo?
La rubrica Focus di questo numero del Pmag è dedicata a come si mangia alla Posta. È un tema che ci unisce: le pause ristoro fanno parte della quotidianità lavorativa, perché da cibo e bevande traiamo l'energia di cui abbiamo bisogno per lavorare.

Susanna Stalder
Redattrice

Gnam!

Nel 2022, nei ristoranti del personale sono stati serviti 362 926 pasti. È quanto emerge dalle statistiche comunicate dal nostro partner per la ristorazione SV Group, insieme ad altre cifre sulla soddisfazione della clientela. Ma non tutti hanno la possibilità di mangiare al ristorante del personale. Dove pranzano le colleghe e i colleghi che lavorano allo sportello o nel recapito oppure che guidano un autopostale? Come si conciliano i pasti con il lavoro a turni? È meglio comprarsi un panino o riscaldare in microonde il pranzo portato da casa? Nelle prossime pagine, cinque collaboratrici e collaboratori raccontano cosa e come preferiscono mangiare nelle giornate di lavoro. Troverete anche alcuni consigli per mangiare sano, delle curiosità sul «Röstigraben» e un quiz con in palio dei buoni pasto.



Testo: Susanna Stalder



Illustrazione: Kleon Medugorac

Pancia mia fatti capanna!

Lavorare sodo fa venire una gran fame. La Posta offre numerose possibilità di ristorazione. Tra un pranzo al ristorante del personale e uno spuntino salutare fra un pasto e l'altro, cinque colleghe e colleghi ci raccontano dove e cosa amano mangiare ogni giorno.

Testi: Susanna Stalder, Daniela Waser, Magalie Terre e Claudia Iraoui
Foto: Tom Huber Illustrazioni: Kleon Medugorac

Francesca Di Stasi indica un tavolo in una delle nicchie esterne separate dalla lunga sala dagli ampi soffitti: «Ecco, quello è il mio posto preferito. Oppure, quando fa bel tempo, mi siedo al tavolo di legno laggiù, per poter guardare fuori». Piante e alberi in grandi vasi, tavoli in legno chiaro, sedie colorate, un angolo lounge, fiori profumati: il ristorante del personale all'interno dell'enorme centro lettere offre un'atmosfera sorprendentemente accogliente. Francesca lavora a Zurigo-Mülligen nel ruolo di, cosiddetta, responsabile team Accettazione e Spartizione e in parte anche come sostituta manager dei flussi di materiali nei locali di controllo del centro. «Mangio qui quasi tutti i giorni: a colazione, a pranzo o a cena a seconda del turno». Le piace frequentare il ristorante anche durante la pausa: «Preferisco il caffè che servono qui a quello delle macchinette». Per lei questo è il posto ideale per staccare un po' dal rumore del centro lettere, lavorare sul laptop o fare telefonate.

Piatti abbondanti e nutrienti

Tra i piatti serviti al ristorante, i preferiti di Francesca sono i ravioli o la pasta al pomodoro: «Ovvio, sono italiana – dice ridendo, – Inoltre la pasta mi sazia». Per lei è ideale anche un menu completo composto da carne, verdure, riso e una zuppa, preferibilmente a base di ingredienti di stagione. «Il lavoro fisico e il movimento costante mi mettono davvero una fame da lupi». Tuttavia, la pausa pranzo durante il turno dura solo mezz'ora. «Il tempo a disposizione è poco. Molti infatti mangiano direttamente nella sala pause», che è dotata di un frigorifero, un distributore di snack e una macchinetta del caffè. Per Francesca i piatti da asporto che offre il ristorante del personale sono quindi una soluzione pratica, soprattutto quando lavora nei locali di controllo.

È possibile conciliare il lavoro a turni con un'alimentazione sana e regolare? Francesca spiega che il suo lavoro è articolato su tre turni che si alternano su base settimanale. Durante il turno mattutino (dalle 5:30) sfrutta la pausa per il pranzo e durante quello serale (dalle 14:30) per la cena. «Il turno di notte è il più difficile. Mi viene sempre una gran voglia di dolci. A volte mi porto anche una fetta di torta – ammette – Quando finalmente stacco alle sei del mattino, sono davvero affamata e mi concedo una colazione abbondante». A casa poi consuma solo un pranzo leggero e una cena nutriente a fine giornata.

Uno spazio per socializzare

Il ristorante del personale è stato riprogettato l'anno scorso (cfr. riquadro a lato). Francesca apprezza il rapporto amichevole con lo staff e le varie possibilità di organizzare incontri di gruppo: «È fantastico poter prenotare un tavolo per tutto il team e, ad esempio, festeggiare tutti insieme il compleanno di un collega». Il giorno della nostra visita Francesca fa il turno serale ed è contenta di cenare qui: stasera il menu prevede un bel piatto di pasta.

Locali di nuova concezione e adatti a varie funzioni

Il ristorante del personale della Posta del centro lettere Zurigo-Mülligen, così come quello del centro lettere Härkingen, sono stati riprogettati nel 2022. Qualche anno prima è stata la volta dei ristoranti delle sedi EspacePost ed Engehalde. Ora nei locali si può non solo mangiare e rilassarsi, ma anche organizzare riunioni e sessioni di co-working. Dal 2022, tutti i ristoranti del personale presso i centri pacchi e lettere sono accessibili 24 ore su 24.



Nel nuovo ristorante per il personale del centro lettere Zurigo-Mülligen, Francesca Di Stasi, responsabile team Accettazione e Spartizione, spiega perché le piace mangiare qui, quali piatti preferisce e come il lavoro a turni influisce sul suo appetito.



Contorni di patate: nella Svizzera romanda le patatine fritte vanno per la maggiore, mentre nella Svizzera tedesca si preferiscono le patate lesse.



Lara Enzler, Berna-Wankdorf (EspacePost)

«Quando sono in ufficio mangio quasi sempre al ristorante del personale», afferma Lara Enzler, specialista progetti di reclutamento presso la sede di Wankdorf. Quando è arrivata a EspacePost nel giugno 2021 dopo aver lasciato il suo vecchio lavoro nel centro di Zurigo, inizialmente le poche opzioni di ristorazione presenti in zona la preoccupavano. «Il ristorante del personale tuttavia mi ha sorpreso in modo positivo», ammette ripensandoci. Lara apprezza soprattutto la varietà del menu, che soddisfa tutti i gusti. La collaboratrice di origine zurighese mangia a Espace circa due o tre volte a settimana e ama organizzare le sue giornate in ufficio in base al menu in programma. «Mi piace mangiare qui soprattutto quando c'è il cordon bleu», racconta. Anche la pizza kebab è fra i piatti preferiti di Lara. Per la trentunenne, tre cose sono particolarmente importanti quando si tratta di ristorazione al lavoro: ingredienti freschi, varietà e porzioni adeguate. «Non facendo mai colazione, il mio pranzo deve essere nutriente», spiega. Il ristorante del personale a Espace soddisfa appieno le sue esigenze. Secondo Lara, un aspetto da ottimizzare è la coda nelle ore di punta: «Capisco però che non sia un problema facile da risolvere». Il tocco in più che addolcirebbe la pausa pranzo di Lara: un distributore di sciroppo accanto ai bicchieri d'acqua.

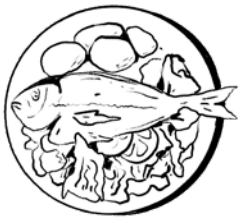




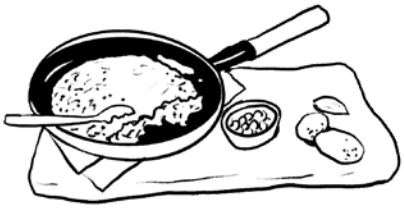
Régis Deya, La Brévine

«Dopo le 14:00 non mangio più niente fino all'indomani», spiega Régis Deya. «È questo il mio segreto per mantenere il peso ideale». Il quarantanovenne di origine francese e padre di famiglia lavora da sei anni presso AutoPostale a La Brévine. Ex insegnante di educazione fisica, è molto attento alla sua dieta e si allena tutti i giorni. Tuttavia, nei primi sei mesi come conducente di autopostali ha preso cinque chili. «Per me è stato uno shock», racconta Régis. Non è stato difficile determinarne la causa: poco movimento e un'alimentazione sbagliata. «Stando seduti al volante per ore si bruciano meno calorie», afferma. Per questo ha dovuto rapidamente cambiare regime alimentare. Oggi mangia consapevolmente meno zuccheri ed evita tutti i cibi processati. Quando fa il turno mattutino mangia al lavoro. «Nella rimessa di AutoPostale abbiamo una piccola cucina con forno a microonde e zona pranzo», spiega. Régis prepara i suoi pasti a casa, che di solito consistono in tofu, formaggio, riso o patate. «Naturalmente non può mancare una buona fetta di crostata come dessert», racconta. «Quando faccio il turno serale pranzo a casa, di solito con verdure, gratin, agnello o zuppe». Lontano dai pasti Régis fa spuntini a base di mele o frutta secca. «Non mangio più al ristorante. È stato proprio questo uno dei motivi per cui sono ingrassato». Ciononostante, Régis è soddisfatto del suo lavoro come conducente di AutoPostale. «Mi piace guidare in mezzo alla natura e scambiare due chiacchiere con i passeggeri».

Menu di terra o di mare: nella Svizzera tedesca si preferisce la carne, mentre nella Svizzera romanda il pesce.



Il rösti unisce la Svizzera: la specialità a base di patate figura su tutti i menu, da Ascona a Verbier. Il rösti è amato in tutto il Paese.



Maloa Realini, Grancia

Pasta o riso con tonno o pollo e un bel contorno di verdure: Maloa Realini, trentanovenne Teamleader Recapito a Grancia, nonostante l'esotico nome hawaiano, preferisce i gusti nostrani quando si parla di cibo. Nel locale della sede di Grancia adibito a mensa con microonde e frigo, Maloa e un gruppetto di colleghe e colleghi si ritrovano tutti i giorni verso la mezza. L'atmosfera è gioviale. «Per me è importante sapere cosa mangio. Per questo mi piace portarmi la schiscetta, che preparo il pomeriggio del giorno prima. Ci metto circa 40-45 minuti e abbondo con le quantità, così ho pronte le porzioni per due giorni», spiega Maloa. Tra le colleghe e i colleghi, alcuni preparano la schiscetta, altri portano pasti precotti che scaldano nel microonde o magari acquistano un panino o qualcosa da mangiare ai distributori di benzina vicini. Di tanto in tanto, quando le cose da fare al lavoro sono davvero tante, anche Maloa ripiega su un pranzo veloce. «Ma generalmente cerco di mangiare in modo equilibrato: carboidrati a pranzo e proteine a cena, per restare più leggera la sera». Certo, anche la stagionalità gioca un ruolo: «D'inverno ho bisogno di qualcosa di più sostanzioso e caldo come una zuppa o una minestra, mentre d'estate opto per piatti più freschi».





Sandra Schmid, Wengen

«Sicuramente nessuno mi vedrà mai mangiare frutti di mare», dichiara Sandra. La collaboratrice della Posta preferisce di gran lunga i piatti a base di patate. Nata a Meiringen, da cinque anni vive nel paesino di montagna di Wengen. «Quando fuori cade la neve e le temperature scendono sotto lo zero, mi piace accendere il fornello da raclette e godermi un bel piatto di formaggio fuso», racconta. A parte questo, la trentatreenne fa attenzione alla sua dieta. «Fortunatamente ho orari di lavoro regolari e posso pranzare a casa», spiega Sandra. Riscalda la cena della sera prima o si prepara da mangiare sul momento. «Cerco di variare la mia alimentazione», afferma. «Mi piace anche giocare con i colori». Deliziose verdure saltate in padella, insalate di pasta o patate lesse non mancano mai in tavola. La mattina Sandra lavora allo sportello a Wengen e il pomeriggio a Lauterbrunnen. Durante la pausa pranzo di un'ora e mezza, ha anche tempo a sufficienza per schiacciare un pisolino prima di prendere il treno per Lauterbrunnen, dove serve la clientela a partire dalle due e mezza. Dietro all'area sportelli, il personale della Posta ha a disposizione un piccolo angolo cucina con forno a microonde. Sandra spiega che viene usato spesso dal personale addetto al recapito delle lettere. E gli spuntini? «È raro che faccia uno spuntino tra un pasto e l'altro, ma ogni tanto i facchini degli hotel vicini mi portano un croissant e una tazza di tè».





Viva il formaggio! Nella Svizzera romanda viene spesso servita una volta a settimana una specialità a base di formaggio. Nella Svizzera tedesca la frequenza è minore.

“Proponiamo sempre più piatti vegetariani e vegani”

Claudio Schmitz, Director of Culinary Excellence presso SV Group, ci parla delle nuove tendenze nutrizionali e di un’alimentazione sana al lavoro.

Intervista: Susanna Stalder



Signor Schmitz, quali tendenze nutrizionali osserva al momento?

Salute e sostenibilità sono molto di tendenza: le persone desiderano fare qualcosa per se stesse e per l’ambiente, ad esempio passando a un regime alimentare vegano o vegetariano, che al giorno d’oggi consiste in molto più che sostituire la carne con surrogati di origine non animale. Si tratta di una vera e propria cucina a base di prodotti vegetali, in cui legumi, frutta secca e verdure diventano i «protagonisti» del piatto. Osserviamo anche che le persone dedicano ormai meno tempo all’alimentazione rispetto al passato e mangiano, infatti, spesso fuori casa.

In che modo SV tiene conto di queste tendenze nei ristoranti del personale?

Abbiamo ampliato l’offerta dei piatti da asporto. Nel farlo, evitiamo di creare nuovi rifiuti offrendo sempre, laddove possibile, imballaggi riutilizzabili. Per creare i menu ci ispiriamo all’approccio scientifico «Planetary health diet».

Di cosa si tratta?

Si possono usare tutti i generi alimentari, ma si tratta di trovare il giusto equilibrio tra i componenti del menu. Per questo ampliamo costantemente la nostra proposta di piatti vegetariani e vegani. Solo per il Veganuary* di quest’anno abbiamo sviluppato 14 nuove ricette. Per noi è comunque molto importante che le persone possano scegliere cosa mangiare. Vogliamo essere imparziali.

Che tipo di alimentazione consiglia al personale che svolge lavori pesanti?

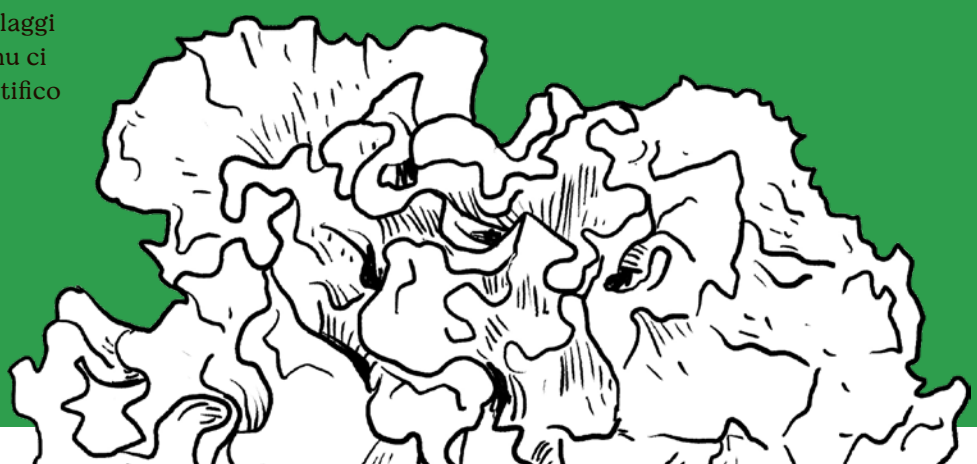
Chi svolge lavori pesanti ha un fabbisogno energetico molto più elevato rispetto a chi lavora in ufficio: tra i 25 e i 51 anni il valore indicativo è di circa 3100–3500 kcal al giorno. Per iniziare la giornata, ad esempio, consiglio una colazione con un muesli con frutta. A pranzo l’ideale è un piatto unico ricco, con un’alta percentuale di verdure.



I quattro consigli di Claudio Schmitz per un pranzo salutare

1. Evitare cibi pesanti o ricchi di grassi.
2. Mangiare in modo consapevole: mai alla scrivania, mai durante il lavoro. Dedicare almeno 15 minuti al consumo dei pasti.
3. Bere molta acqua o tè non zuccherato per migliorare la concentrazione.
4. Preferire verdure facilmente digeribili come zucchine, carote o sedano. Cipolle o cavoli a volte possono causare flatulenza.

* Termine derivato dalla combinazione delle parole «vegan» e «January». Organizzazioni e aziende incoraggiano una dieta vegana per tutto il mese di gennaio.



Con l'acquolina in bocca

Tra il 5 e il 16 settembre 2022, SV Group ha svolto un sondaggio di soddisfazione nelle caffetterie e nei ristoranti del personale della Posta. In totale, 1055 collaboratrici e collaboratori hanno espresso una valutazione sul ristorante che frequentano abitualmente. Ecco i risultati.

Testo: Daniela Waser Illustrazioni: Kleon Medugorac



Soddisfazione elevata:
le persone che frequentano i ristoranti del personale hanno assegnato in media 8,7 punti su 10 per quanto riguarda la soddisfazione. L'ultimo sondaggio del 2019 aveva fatto registrare 8,1 punti.

362 926 menu
serviti nel 2022 nei ristoranti del personale della Posta.

Prezzi onesti:
il 76% delle persone intervistate ha giudicato ottimo il rapporto qualità/prezzo dei piatti.

Tre domande a...



Bruno Zehren (56), provider manager IMS, responsabile dei ristoranti del personale

Con 8,7 punti su 10 ottenuti dal sondaggio, il personale si ritiene alquanto soddisfatto dei ristoranti. A cosa si deve questo successo?

L'ottima collaborazione tra SV e la Posta è stata fondamentale: nell'ultimo anno, SV ha reso l'offerta più ampia e variegata, mentre la Posta ha investito in un allestimento più gradevole delle sale. Ha influito sicuramente anche il lungo periodo di home office obbligato: le persone sono state felici di poter tornare a frequentare i ristoranti. Abbiamo preso delle buone decisioni e i risultati lo dimostrano. È una bella sensazione!

Nonostante il risultato positivo, cosa si può ancora migliorare?

Il nostro obiettivo principale è mantenere la soddisfazione a un livello elevato. In futuro vogliamo incentivare l'utilizzo dei ristoranti come spazi di coworking e sale comuni. Inoltre, SV lancerà un sistema per integrare il cibo portato da casa con ingredienti dei nostri menu, ad esempio con contorni aggiuntivi. La sfida principale è soddisfare le diverse esigenze di ristorazione delle varie sedi. Continueremo a lavorarci.

Qual è il tuo ristorante della Posta preferito?

Tutti! Mi trovo bene in ogni ristorante, in particolare quando servono il bollito di manzo con le patate. È il mio piatto preferito in assoluto. (DW)

Buffet migliorabile:
per circa il 20% delle persone intervistate l'offerta di insalate potrebbe essere più varia.

1 019 530
visite registrate nei ristoranti del personale della Posta nel 2022.

Servizio cordiale:
il 98% delle persone intervistate ha reputato molto cortese il personale del ristorante frequentato.

419 571 caffé
bevuti nel 2022 nelle caffetterie della Posta.





Come a casa:
il 93% delle persone intervistate ha detto di sentirsi a proprio agio nel ristorante che frequenta.

98 750 kg
di verdure preparate nel 2022 dal personale delle cucine.

Leggero margine di miglioramento:
circa il 25% delle persone ritiene che il sapore dei piatti caldi potrebbe essere migliorato.

Pulizia impeccabile:
il 97% delle persone ha giudicato eccellente la pulizia dei ristoranti.

Massimo comfort:
il 76% delle persone intervistate ha dato il massimo dei voti all'allestimento dei ristoranti.

Mangiar sano risparmiando: le offerte per il personale della Posta

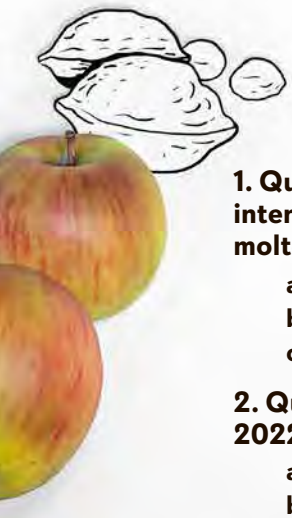
Oltre ai vari ristoranti del personale, le collaboratrici e i collaboratori della Posta possono approfittare di agevolazioni anche in altri ristoranti, come lo sconto del 10% sul totale in 160 ristoranti Coop in tutta la Svizzera e la consumazione ai prezzi interni della Posta nei ristoranti FFS, Swisscom (in tutta la Svizzera) e PostFinance Arena (Berna). Potete consultare gli altri ristoranti che prevedono riduzioni per il personale della Posta sul PostWeb > La Posta > Ubicazioni. Collaboratrici e collaboratori possono anche concedersi uno snack o una bibita, senza nemmeno dover fare la fila, presso uno dei circa 190 distributori Dallmayr, disponibili in tutte le sedi della Posta. (MT)

Quiz



Rispondete correttamente alle domande e, con un po' di fortuna, potrete vincere uno dei tre buoni pasto in palio del valore di 50 franchi. Un consiglio? Cercate le risposte nelle pagine della rubrica Focus.

Testo: Daniela Waser Illustrazione: Kleon Medugorac





1. Quale percentuale di persone intervistate al sondaggio sui ristoranti è molto soddisfatta della pulizia dei locali?

a) 97%
b) 88%
c) 75%

2. Quanti caffè sono stati venduti nel 2022 nelle caffetterie della Posta?

a) 1 005 567
b) 419 571
c) 668 463

3. Chi mangia più formaggio?

a) Chi abita nella Svizzera tedesca
b) Chi abita nella Svizzera romanda
c) Entrambi in pari quantità

4. Quali sono gli orari di apertura del ristorante del personale di Zurigo-Mülligen?

a) Dalle 6:00 alle 18:00
b) 24 ore su 24
c) Dalle 9:00 alle 16:00

5. Su quale approccio scientifico si basa SV per elaborare i menu?

a) New vegan diet
b) Paleolithic diet
c) Planetary health diet

6. Cosa mangia Régis Deya come spuntino?

a) Cioccolato
b) Mele e noci
c) Banane e frutta secca







Volete tentare la fortuna?

Inviate un'e-mail con oggetto «Quiz Pmag 1/2023» contenente le risposte esatte al quiz, il vostro nome e il vostro indirizzo a redazione@posta.ch entro il 14 aprile 2023. Concorso riservato al personale della Posta.

Post-it

Le notizie da non perdere

“La Posta ha gestito bene un anno impegnativo”

La grande volatilità che caratterizza la situazione globale ed economica e la conseguente svolta dei tassi d’interesse hanno avuto un impatto significativo sull’andamento del 2022, che si è chiuso, come previsto, con un risultato d’esercizio e un utile in calo rispetto al 2021, a fronte di ricavi d’esercizio stabili. Nel complesso la Posta ha gestito bene le varie sfide, pur trovandosi a operare in un contesto che resta molto difficile.

Alex Glanzmann, in qualità di responsabile Finanze, puoi farci un breve bilancio del 2022?

Il 2022 è stato un anno fuori dal comune, costellato di eventi quali il repentino aumento dell’inflazione, la svolta nella politica dei tassi, una guerra in Europa, i problemi di fornitura a livello globale. Un contesto geopolitico e macroeconomico che ha inciso pesantemente sul risultato. Alla luce di queste condizioni quadro decisamente complesse siamo soddisfatti della performance realizzata.

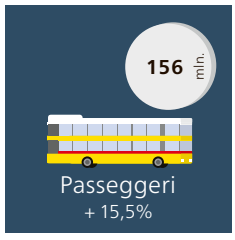
Come mai la Posta ha trattato un numero inferiore di lettere e pacchi?

La guerra e l’inflazione hanno indebolito la fiducia dei consumatori, facendo calare gli acquisti online, e le difficoltà di fornitura su scala globale hanno ridotto la disponibilità dei prodotti o causato ritardi nelle consegne. Questi fattori hanno frenato lo sviluppo dei volumi dei pacchi. Prosegue, invece, la tendenza a lungo termine dello shopping online, che ci spinge a potenziare la nostra infrastruttura come previsto. È ovvio, però, che la Posta non può sostenere con facilità un calo del 4% su 194 milioni di pacchi trattati se i costi di produzione salgono e i prezzi rimangono invariati. Per le lettere confermiamo la ragguardevole cifra di 1745 milioni di invii recapitati, ma anche in questo settore i quantitativi calano di anno in anno. Da qui la scelta di investire nelle soluzioni digitali di Servizi di comunicazione.

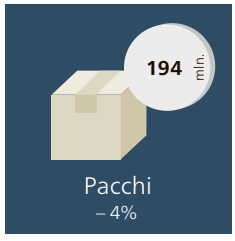
Per finire, cosa prevede per il futuro?

Formulare pronostici non è mai stato così difficile come ora. Le sfide dettate dalla situazione geopolitica ed economica permangono, ma la Posta gode di buona salute e può e vuole investire in offerte orientate alle esigenze e al futuro per la sua clientela. È su questo presupposto che si fondano la strategia e il modello di business autofinanziato della nostra azienda. Questo è il nostro mandato e l’impegno che ci assumiamo con responsabilità nei confronti della popolazione, dell’economia e del nostro personale. (GH)













Proroga del contratto collettivo di lavoro

L'accordo CCL mantello e i due CCL aziendali Posta CH e PostFinance SA saranno prolungati di un anno, secondo quanto stabilito di comune accordo dalle parti sociali, ossia la Posta e i sindacati syndicom e transfair.

I contratti attualmente in vigore rimarranno validi fino al 31 dicembre 2024. Nell'anno di proroga sarà possibile modificare singole disposizioni del CCL, consensualmente e nell'ottica delle esigenze aziendali. Nonostante il periodo impegnativo dal punto di vista economico, la Posta continua così a offrire ai suoi circa 30 000 membri del personale CCL condizioni quadro eque e stabili.

Le parti sociali sfrutteranno il tempo a disposizione per preparare i negoziati per il prossimo CCL 2025, che saranno avviati presumibilmente nella seconda metà di quest'anno. Il CCL aziendale AutoPostale resta in vigore fino alla fine del 2024 e verrà negoziato separatamente. (SM)

Maggiori informazioni sul CCL Posta CH / CCL PostFinance SA

Accordo CCL mantello

L'accordo CCL mantello disciplina la collaborazione tra le parti sociali e prescrive in particolare i diritti e i doveri reciproci nonché le disposizioni relative al controllo e all'attuazione del CCL.

CCL aziendali Posta e PostFinance SA

Entrambi i CCL aziendali disciplinano le condizioni d'impiego concrete per il personale delle seguenti aziende: La Posta Svizzera SA, Posta CH SA, Posta CH Rete SA e Posta CH Comunicazione SA nonché PostFinance SA.

La Posta aumenta il monte salari del 2,5%

Il personale della Posta e di PostFinance impiegato ai sensi del contratto collettivo di lavoro (CCL) riceverà un salario più elevato: nel 2023, il 2,5% del monte salari sarà messo a disposizione per misure salariali. È questo l'accordo raggiunto dalle parti sociali, ossia la Posta e i sindacati syndicom e transfair, in occasione delle trattative. L'importo effettivo dell'aumento per ogni persona dipende dal reddito annuo e dal grado di occupazione individuali. Nelle trattative che hanno portato a questo risultato, le parti sociali hanno tenuto conto del forte impatto che il carovita ha, in particolare, sul personale con redditi bassi. L'attuazione delle misure salariali avrà luogo con il salario di aprile. A beneficiarne saranno circa 30 000 collaboratrici e collaboratori soggetti al CCL della Posta e di PostFinance. Le fasce salariali CCL saranno aumentate del 3% prima delle trattative salariali. (MSB)

Illustrazione: iStock

“Agile come una torpediniera”

Nei suoi 13 anni alla Posta, Dieter Bambauer, ex responsabile PostLogistics, ha realizzato un sacco di idee e numerosi progetti. Ora che è in pensione, ripercorriamo con lui le tappe principali della sua carriera alla Posta.

«Il settore dei pacchi ha sempre avuto un posto speciale nel mio cuore. In una situazione di grande competizione, siamo riusciti a far crescere ulteriormente la nostra quota di mercato e a porre le basi che oggi consentono uno smistamento e un recapito di elevata qualità per oltre 200 milioni di pacchi all’anno. Quando nel 2012 ho, per così dire, inventato gli sportelli automatici My Post 24, il responsabile uffici postali di allora temeva che avrei distrutto la sua attività. Oggi questi sportelli sono senza dubbio parte integrante dei vari punti di accesso.

Insieme al mio team sono anche riuscito a portare avanti un’inversione di tendenza nella logistica delle merci e a sviluppare un business competitivo e redditizio per il parco veicoli di Post Company Cars. Nonostante le difficoltà iniziali, nel 2017 abbiamo introdotto i veicoli elettrici per il recapito dei pacchi che oggi consentono di recapitarne un numero sempre maggiore a impatto climatico zero. D’altronde, ho sempre avuto un debole per le auto elettriche e sono uno dei primi ad averle guidate in Svizzera.

Ripenso a quegli anni come a un periodo stimolante e ricco di successi. Per me la Posta era ed è agile come una nave torpediniera, perché pianifica con lungimiranza e riesce quindi ad agire tempestivamente, anziché limitarsi a reagire. La sua identità è forte, la protegge contro ogni crisi. La chiave per il successo è il suo personale, il migliore del mondo. Per questo sono fiero che anche mio figlio ora ne faccia parte: l’anno scorso ha concluso il suo tirocinio come operatore in automazione e ora lavora al centro lettere Mülligen.

Oggi svolgo ancora diverse attività nell’ambito della logistica e quando posso mi dedico soprattutto al mio hobby, l’artigianato. A casa, a Rapperswil, ho un laboratorio pieno di attrezzi moderni. Passare il tempo a restaurare e costruire mi dà tanta soddisfazione. Poi ho in programma un viaggio in Alaska con la mia compagna». (GÜ)



Foto: Adrian Brand

Per 13 anni
Dieter Bambauer ha lavorato presso la Posta, assumendo per 11 anni il ruolo di responsabile PostLogistics e membro della Direzione del gruppo e gestendo in seguito la logistica delle merci, prima di andare in pensione alla fine del 2022. All’inizio del 2023 ha fondato una società di consulenza.



Innovatore

Quando i pacchi vanno in alto

Che si fa quando manca spazio e a terra si sta troppo stretti? Dove mettere i pacchi? Una bella sfida per la Lavorazione di domani della Posta. Nell'edilizia abitativa, per ricavare spazio si ricorre a soluzioni verticali. Questo trucco può rivelarsi efficace e avere un futuro anche nella spartizione dei pacchi? I segnali sono positivi. Lo sa bene il nostro innovatore Lucas Heusser, che si occupa delle innovazioni presso Servizi logistici Operations e ci racconta l'esperienza del centro lettere di Härkingen. (IK)



Scoprite nel video come vengono portati in alto i pacchi e come vengono spartiti in modo efficiente con soluzioni poco ingombranti.

99,3 %

è la percentuale di lettere della Posta B recapitata puntualmente nel 2022.

Il dato, che riconferma i valori del 2021, supera di 2,3 punti percentuale l'obiettivo prescritto nella Legge sulle poste.
La Posta ha superato i valori auspicati anche per gli altri obiettivi nel recapito di lettere e pacchi. Più in dettaglio: il **96,9% dei pacchi Economy** e il **95,7% dei pacchi Priority** sono stati consegnati nei tempi stabiliti. Anche il **97,2% delle lettere della Posta A** è arrivato puntuale nelle cassette delle lettere. Rispetto alle ultime misurazioni, tutti i valori sono migliorati.
Per la prima volta è stata misurata anche la **puntualità nel recapito di giornali in abbonamento**. Con un valore del **98,8%** abbiamo superato il target del 95%. Grazie a tutti per questi eccellenti risultati! (LC)

Clientela soddisfatta

Il personale della Posta svolge un ottimo lavoro e il sondaggio sulla soddisfazione della clientela 2022 lo conferma.

Da 23 anni la Posta misura la soddisfazione della clientela privata e commerciale. Il risultato del sondaggio 2022 dimostra che le e i clienti sono soddisfatti dell'azienda e dei servizi offerti. Oltre che della cortesia e della disponibilità dimostrata dalle postine e dai postini al momento della consegna degli invii, la clientela è addirittura «molto soddisfatta» di TWINT, dell'app e-finance di PostFinance e di AutoPostale, in particolare per quanto riguarda il personale conducente o la sensazione di sicurezza durante i viaggi. Per tutte queste voci è stato espresso un giudizio molto positivo, nettamente superiore a 80 punti.

I risultati di quest'anno non sono comparabili con quelli degli anni precedenti, poiché la Posta ha adeguato il sistema di calcolo alla nuova struttura del gruppo. La misurazione del 2022 costituisce quindi un rilevamento zero. (TH)

I risultati in sintesi

Settore di attività Logistica e Comunicazione (Servizi logistici, Servizi di comunicazione e RetePostale): **74 punti («soddisfatti»)**

Settore di attività Servizi finanziari (PostFinance): **78 punti («soddisfatti»)**

Settore di attività Trasporto di persone (AutoPostale): **80 punti («molto soddisfatti»)**

Illustrazione: Mark Sasvary Foto: Manuele Crupi

I sette orientamenti strategici di LS7. Uno di questi riguarda la qualità.





Non dormire sugli allori per rimanere i numeri uno

Rimanere i leader del settore quando la concorrenza ci sta alle calcagna? Un obiettivo non facile. A fare la differenza, è la qualità del servizio. Le nuove formazioni del personale dedicate proprio a questo aspetto danno un prezioso contributo.

Una cosa è certa: il trasporto da un punto A a un punto B deve essere rapido e il più sicuro possibile. Sembrerebbe semplice, ma forse proprio per questo è un terreno fertile per la concorrenza. «Tutti riescono a essere veloci. Ma a fare la differenza è la qualità del servizio, il nostro tratto distintivo, in cui la concorrenza difficilmente riuscirà a batterci», afferma il responsabile di progetto Manuel Prencipe.

Nonostante gli eccellenti risultati conseguiti sul fronte della soddisfazione della clientela, non possiamo dormire sugli allori. Proprio a questo servono le formazioni su vasta scala attualmente in corso. Si inizia trattando il tema dell'aspetto, che dev'essere pulito e curato, per poi passare ad altri argomenti come la cordialità e il comportamento da tenere nel traffico. Con presentazioni e giochi di ruolo, si parla dell'importanza di fornire un servizio eccellente e dell'immagine, da curare indossando l'abbigliamento da lavoro adeguato. Prencipe: «Di certo non scopriamo l'acqua calda, ma è un aspetto che diventa sempre più importante. Sempre meno persone vanno nelle filiali. Per questo, il rapporto con le postine e i postini rappresenta per molti l'unico punto di contatto con la Posta». (SR)

Da filiali della Posta a centri servizi

Più avanza la digitalizzazione, più cresce la domanda di consulenze svolte di persona, soprattutto se si tratta di tematiche complesse. La Posta risponde a questa esigenza trasformando le proprie filiali in centri servizi. Con la sua fitta rete di punti di accesso, la vicinanza alla clientela e la fiducia di cui gode da parte dell'opinione pubblica, il gigante giallo ha tutte le carte in regola per realizzare questa missione.

Testo: Gabriel Ehrbar Foto: Adrian Moser, Adrian Brand, Loan Schläppi



Nina e Paolo si stanno costruendo una vita insieme: un nuovo appartamento in cui andare a vivere insieme, il matrimonio in estate, il desiderio di diventare presto genitori. È emozionante, ma non sono tutte rose e fiori. Appena messo piede in una filiale della Posta, i due si rendono conto di tutte le scartoffie che tutto questo implica. Oltre al cambiamento di indirizzo con rispedizione, chiedono alla collaboratrice allo sportello di trasferire la garanzia di affitto, qualche migliaio di franchi, al nuovo locatore. «Tutti soldi che rimangono lì inutilmente», pensano tra sé a denti stretti, «ma che ci possiamo fare?»

Non possono quindi che sentirsi sollevati quando la consulente clienti propone, invece, una garanzia di affitto senza deposito bancario e consegna loro un opuscolo di SwissCaution, affinché possano contattare direttamente il partner della Posta. E come se non bastasse, visto il denaro della cauzione risparmiato, fissa subito per loro un appuntamento con il consulente PostFinance presente nella filiale.

Quando Nina e Paolo lasciano la filiale mezz'ora dopo, hanno fatto ben più che organizzare la rispedizione della loro corrispondenza. La questione della garanzia d'affitto è risolta e con i soldi che avevano messo da parte per quel motivo hanno aperto un conto di risparmio presso PostFinance per il loro progetto di mettere su famiglia. Ma non è tutto: hanno preso anche dei bei francobolli per le loro partecipazioni di nozze. Chissà, forse torneranno in filiale in autunno, magari per stipulare un'assicurazione malattia per tutta la famiglia. La Posta, infatti, propone anche questo, con tanto di consulenza di diverse casse malati. Tutto in un unico posto.

L'inizio di una storia di successo

Ciò che qualche anno fa sembrava un'utopia è ora realtà. Le filiali della Posta si stanno trasformando in centri servizi. Tommy Baur, responsabile RetePostale ne è convinto: «In un mondo in cui tutto diventa digitale, si sente il bisogno di un contatto personale e di consulenze individuali». Grazie alle sue circa 800 filiali gestite in proprio, la Posta intende rispondere a tale esigenza, offrendo un punto di accesso fisico a tutte quelle banche, assicurazioni o autorità che desiderano un punto di contatto aggiuntivo. Il personale della Posta si occupa di fornire consulenze personalizzate alle persone interessate. Nelle stesse filiali, la clientela può quindi non solo impostare lettere e pacchi, ma anche beneficiare di un'offerta di consulenza completa.

Oltre a PostFinance, presente ormai da anni nelle filiali della Posta, ad aprile 2022 è stato il turno di SwissCaution, fornitore leader di assicurazioni cauzionali senza deposito bancario, che ha prorogato il proprio contratto con la Posta.



A luglio si sono aggiunte le assicurazioni malattia Sympany e Assura, seguite da Banca Migros, Cornèr Banca e la Banca Ipotecaria di Lenzburg. Ma non sono solo le assicurazioni e le banche ad aver riconosciuto il vantaggio che offre una presenza fisica. Dal 1° febbraio 2023 il personale delle 17 filiali della Posta del Canton Giura fornisce supporto e consulenza alla popolazione durante le procedure di registrazione allo sportello virtuale del Cantone e a tutti coloro che desiderano usufruire dei servizi online dell'amministrazione cantonale.

Tommy Baur è entusiasta del numero di lead generati già durante le prime settimane e i primi mesi. «Sono sorpreso e ovviamente molto soddisfatto. E, cosa ancora più importante, lo sono anche i nostri partner». Un primo sondaggio condotto tra i clienti conferma anche il potenziale del modello in partenariato. Due terzi delle persone intervistate approvano il fatto che la Posta stia coinvolgendo partner esterni nelle sue filiali.

Ma quali sono le prime esperienze del personale e dei partner nelle filiali? Cosa ne pensano di questa collaborazione nel lavoro di tutti i giorni? Scopritelo nelle prossime pagine.

Post-it

Come sta andando finora la vostra presenza nella filiale?



Stefanie Wampfler
Consulente clienti del servizio esterno di Assura SA, PostParc Berna

Nel complesso, i feedback della clientela che è passata nei nostri box per la consulenza sono stati positivi. Questo spazio che abbiamo a disposizione al PostParc di Berna è molto promettente e ci permetterà di acquisire nuovi clienti e far conoscere Assura.

Molto bene. Il dialogo è aperto e ci scambiamo informazioni. Le colleghe e i colleghi della Posta rispondono volentieri alle nostre domande e noi siamo sempre disponibili a fornire loro informazioni su Assura.

Mi auguro che entrambe le parti possano continuare a trarre vantaggio da questa collaborazione. L'inizio è stato promettente, quindi siamo fiduciosi per il futuro.

Come procede la collaborazione con i colleghi della Posta?



Adrian Affolter
Consulente clienti privati Banca Migros, filiale della Posta di Köniz

Abbiamo già fornito consulenza ad alcune persone interessate e proposto loro le nostre soluzioni. Sono contento che si faccia appello alle mie competenze in materia di consulenza e ai servizi della Banca Migros. La presenza presso le filiali della Posta permetterà anche di aumentare la visibilità del nostro istituto bancario.

Ho conosciuto persone simpatiche e aperte, che ci tengono a far conoscere la nostra offerta ai clienti della Posta. Anche al di là del lavoro, l'atmosfera è rilassata e gradevole.

In questo tipo di collaborazione è il personale della Posta a stabilire il primo contatto con il cliente e a offrire l'intermediazione che risulta poi essere un successo per tutti. Grazie al loro entusiasmo, insieme facciamo conoscere la Banca Migros e offriamo le nostre consulenze. Vorrei che fosse sempre così.

Cosa vi aspettate dal futuro di questa collaborazione?



Yannick Gyger
Consulente clienti del servizio esterno di Assura SA, PostParc Berna

La presenza presso la Posta è molto positiva per Assura. Grazie al nostro box per le consulenze nella filiale, infatti, i clienti passano più di frequente, anche solo per una semplice domanda. Noi rispondiamo sempre in modo rapido e competente e infatti i feedback sono molto positivi.

A mio avviso, la collaborazione sta andando molto bene. Ci trattiamo tutti con rispetto. Anche le conversazioni che non riguardano il lavoro sono sempre piacevoli e interessanti.

Per il futuro della nostra collaborazione spero naturalmente di continuare a ricevere tanti buoni lead e di attirare nuovi clienti. Mi auguro soprattutto che i rapporti tra i due team rimangano ottimi.

Post-it

Come procede la collaborazione con i partner?



Jessica De Roma
Consulente clienti, filiale della Posta di Baden, filiale di consulenza Sympany

La collaborazione è buona. Ci sosteniamo a vicenda. Si nota però come le cose siano diverse nel settore privato. Le decisioni vengono prese molto rapidamente.

Le reazioni sono soprattutto positive. Le clienti e i clienti apprezzano sempre di ricevere informazioni sulle offerte dei partner.

In che modo è cambiato il vostro lavoro quotidiano?



Fatime Nexhipi
Resp. team, filiale della Posta di Genève Mont-Blanc, filiale di consulenza Sympany e Banca Migros

La collaborazione con Sympany è positiva. Le e i consulenti si sono integrati molto bene, sono disponibili all'ascolto e sempre disposti a dare una mano.

Il personale della Banca Migros è molto aperto e competente. Si può certamente ancora migliorare, per capire bene i processi e sentirci più a nostro agio nel proporre le offerte, ma stiamo andando nella giusta direzione. Questa esperienza mi ha permesso di imparare molto su due ambiti e aziende che prima non conoscevo. Certo c'è più lavoro, ma siamo sulla buona strada verso l'apertura della rete. Ogni nuova sfida è ben accetta.

Come ha reagito la clientela?



Barbara Kummer
Consulente clienti, filiale della Posta di Köniz, filiale di consulenza Sympany e Banca Migros

La collaborazione procede bene: ci aiutiamo a vicenda se abbiamo dubbi o domande.

È diventato più impegnativo e diversificato. Naturalmente, è molto importante valutare attentamente le esigenze.

Nella maggior parte dei casi le reazioni sono positive e le persone si mostrano interessate, ma alcuni clienti sono piuttosto irritati. Molti vogliono solo poter sbrigare le solite operazioni allo sportello. Penso che sia necessario spiegare un po' di più alla clientela l'idea che sta alla base di questa operazione.

La clientela ha reagito piuttosto bene. Conoscendo i costi dell'assicurazione malattia, le persone tendono a cercare il prodotto meno caro, ma che offra buone prestazioni. Sympany era una compagnia d'assicurazione sconosciuta nella Svizzera romanda e la clientela era ben disposta nei confronti della proposta. Non abbiamo ricevuto grandi riscontri negativi. Le persone apprezzano il fatto di avere questa possibilità nella propria filiale della Posta, senza dover andare altrove.



“Gli allenamenti di hockey su ghiaccio sono una scuola di vita”

Roman Stalder ha già fatto molti lavori nella sua vita, ma il suo punto fermo è sempre stato l’hockey. In passato ha lavorato come giardiniere al cimitero, posatore di pavimenti, stagista in ambito sanitario e maestro di scuola elementare. Oggi è allenatore di hockey su ghiaccio e conducente AutoPostale.

«Quando andavo a scuola, durante le lezioni di lavori manuali, costruivo porte da hockey e attrezzature per portieri – racconta Roman Stalder – Trascorrevo ogni momento libero a giocare a unihockey insieme ai miei compagni nel cortile della scuola». Nato a Spiez, a dodici anni prendeva il treno più volte a settimana per andare all’allenamento di hockey a Kandersteg.

«Giocavo come portiere e mi piaceva un sacco», racconta Roman. L’anno dopo riuscì a fare il salto di categoria ed entrò nella squadra giovanile dell’SC Bern. Gli allenamenti erano duri e la maggior parte del tempo libero la passava sul campo da hockey. «A un certo punto è diventato troppo», spiega Roman, che a 17 anni ha appeso temporaneamente i pattini al chiodo.

Originario dell’Oberland bernese, 39 anni, oggi Roman vive con la moglie e i tre figli a Meinisberg nella regione del Seeland. Per lavoro Roman va su e giù per il Frienisberg con il suo autopostale. Parallelamente al lavoro, studia anche per l’esame di istruttore di guida AutoPostale.

Nel frattempo, però, ha rimesso i pattini ai piedi. «Dopo essermi trasferito dall’Oberland al Seeland avevo bisogno di un’attività per integrarmi», racconta Roman. «Così sono diventato allenatore di hockey su ghiaccio della squadra dei miei figli a Lyss».

Una o due volte a settimana Roman allena una squadra di bambini sotto i nove anni. «Gli allenamenti di hockey su ghiaccio sono una scuola di vita», spiega Roman. «Allaccio i pattini ai bambini, ascolto le loro storie e li incoraggio». A volte può essere difficile. «Cosa posso pretendere dai bambini e cosa invece è meglio lasciar correre?»

A Roman piace sperimentare cose nuove e cerca quindi di strutturare l’allenamento in modo sempre diverso e stimolante. Il suo auspicio per il futuro? «Sarebbe bello se l’SC Lyss avesse ancora la possibilità di aiutare i propri settori giovanili e abbastanza risorse finanziarie per rinnovare l’infrastruttura». (MT)

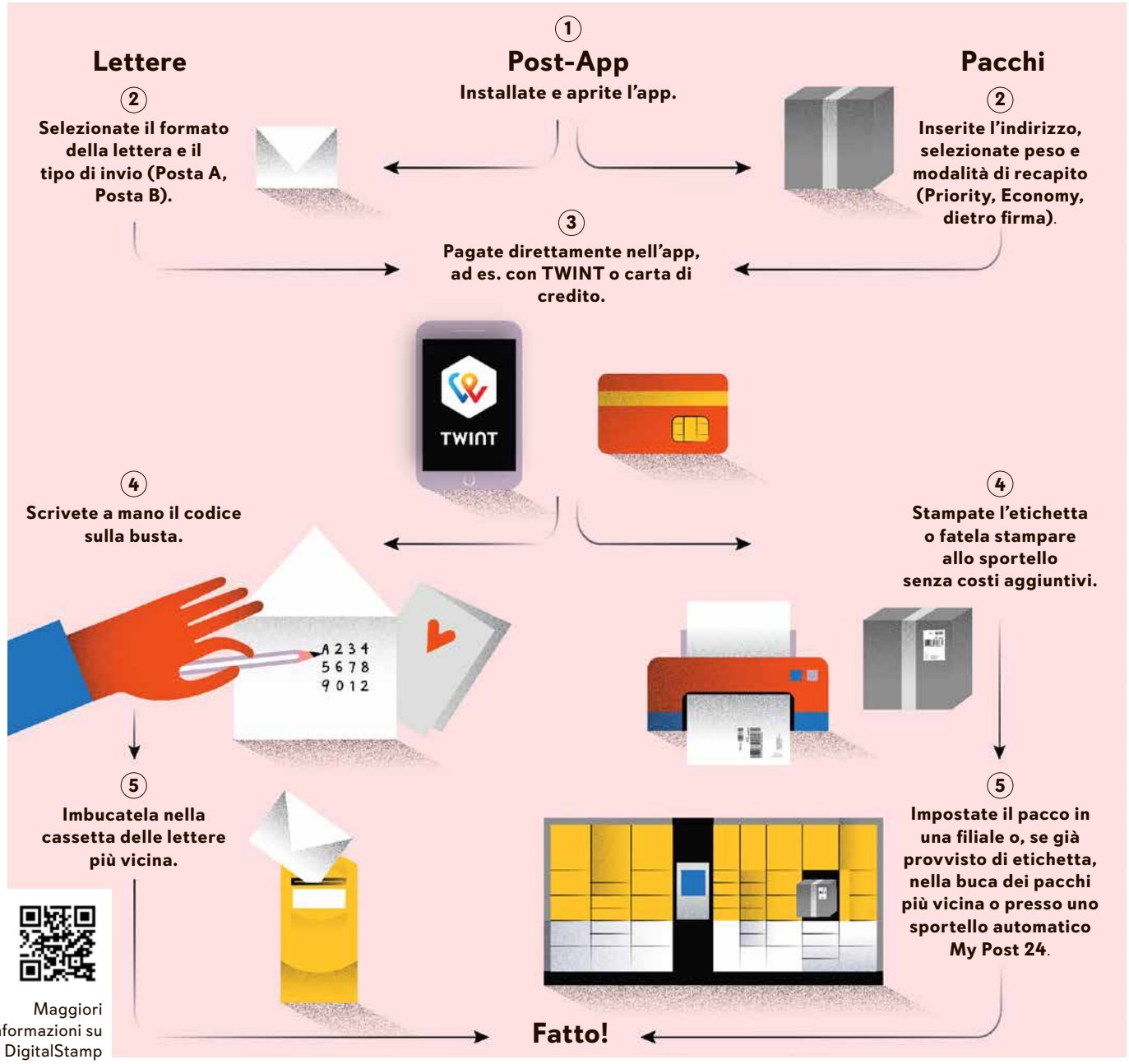
Foto: Urs Graber

Maggiori informazioni: **sclyss.ch**

Quando per affrancare basta lo smartphone

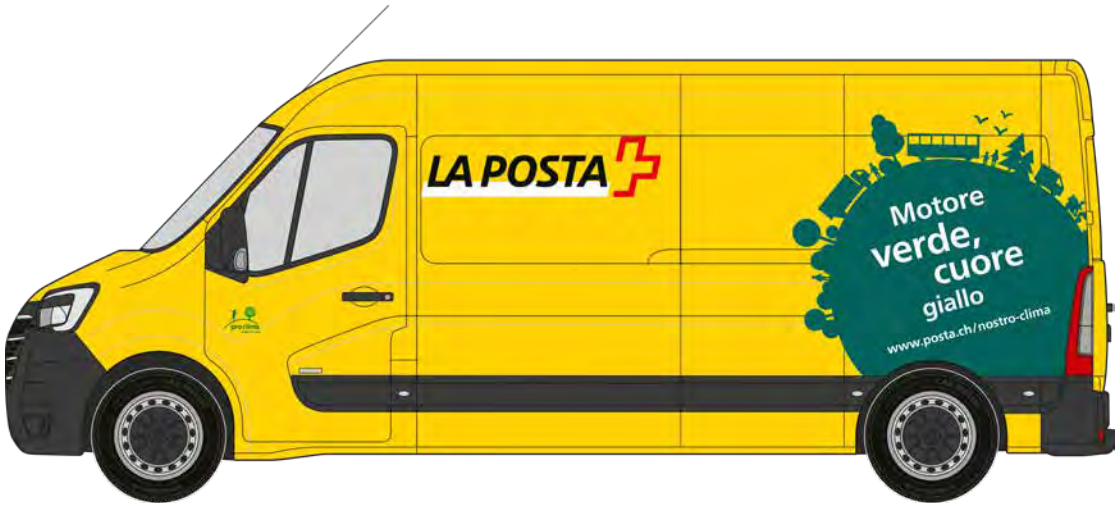
Siete a casa e non avete francobolli a portata di mano, oppure state per imbucare la lettera ma vi accorgete che non è affrancata? O magari vi serve l'etichetta da incollare sul vostro pacco? Ovunque vi troviate, con DigitalStamp potete affrancare comodamente i vostri invii tramite la Post-App.

Ecco come funziona.



Maggiori informazioni su DigitalStamp

Testo: Ramona Schafer Illustrazione: Doreen Borsutzki



Recapito a emissioni zero

Dal 2017 recapitiamo lettere in tutta la Svizzera senza emissioni di CO_2. Grazie all'elettrificazione dei nostri veicoli, da febbraio lo stesso è possibile anche per i pacchi.

Testo: Inari Kirchhofer

Man mano che Servizi logistici, Post Company Cars e Posta Immobili forniscono veicoli elettrici e infrastrutture di ricarica agli uffici di recapito, la flotta elettrica della Posta, già la più grande della Svizzera, continua a crescere. Da febbraio, il nostro personale addetto al recapito a Berna e Zurigo consegna gli invii a circa 340 000 economie domestiche e attività commerciali esclusivamente con veicoli elettrici. A tal scopo, sono stati acquistati 175 nuovi furgoni. Oltre alle lettere, quest'anno verranno recapitati senza emissioni di CO_2 anche 41 milioni di pacchi in totale. Dal 2025 assicureremo un recapito a impatto climatico zero anche a Basilea e Ginevra. Non mancherà il contributo dei nostri partner di trasporto, per rendere il recapito completamente clima neutrale dal 2030.

Meno emissioni di CO_2 su strada

Dal 2040, l'impatto climatico della nostra catena di creazione del valore dovrà essere portato a zero e, di conseguenza, anche le emissioni nette di tutta l'azienda. Buona parte delle emissioni di gas serra della Posta deriva dai veicoli stradali impiegati per il trasporto di merci, persone e invii postali. Per raggiungere l'obiettivo, noi e i nostri partner dobbiamo ridurre anche le emissioni di CO_2 legate al trasporto con autocarri: per questo dal 2020 e 2021 utilizziamo anche camion a motori alternativi. Di recente sono stati introdotti un autoarticolato da 40 tonnellate full electric presso Logistica delle costruzioni della Posta e un autocarro a idrogeno presso la società affiliata Bächle Logistics GmbH, dove si aggiungeranno due camion elettrici a maggio.

Avvistato a Berna dall'inizio di febbraio: il tram della Posta dedicato alla neutralità climatica.





Dario Küng (27), responsabile di progetto Mobilità elettrica nel recapito, non nasconde l'entusiasmo: «Contribuire alla sostenibilità della Posta, che in quanto operatore logistico ha un'impronta di CO_2 importante, è un lavoro da sogno. Mi motiva a fare la mia parte per raggiungere l'obiettivo climatico ed energetico, perché va a beneficio di tutti noi. È fantastico. Oggi si fa fatica a trovare un lavoro nel quale ci si sente così coinvolti in



Maja Ristevska (29), addetta al recapito a Losanna, da un anno recapita lettere e pacchi con un veicolo a tre ruote. Apprezza che la Posta abbia deciso di proteggere il clima e il pianeta con i veicoli elettrici e ha un'opinione del tutto positiva sul DXC Cargo: «Si ricarica in breve tempo, è capiente, va veloce ed è agile. Quando faccio una fermata non devo ogni volta girare la chiave, mi basta scendere dal veicolo». Parlando di quanto sia piacevole il manubrio riscaldato, aggiunge con un sorriso: «Non sarebbe male avere anche il



Steven Schmutz (26), sostituto responsabile team dell'ufficio di recapito Ostermundigen a Berna, parla del nuovo Renault Master E-Tech: «Il cambio automatico è molto comodo. La guida è più scorrevole e i pacchi si spostano di meno. Grazie alla separazione dal vano di carico, la cabina del conducente è più facile da riscaldare o rinfrescare. Anche il mio team è molto soddisfatto dei veicoli. Si sono abituati in poco tempo a collegarsi alla stazione di ricarica e a lasciare la carta per la ricarica nel veicolo per chi lo utilizzerà dopo. I piccoli problemi iniziali sono stati risolti con gli aggiornamenti dei software». E sottolinea: «È importante rimanere competitivi con il recapito a emissioni zero e che il messaggio «Motore verde, cuore giallo» mostri al pubblico come contribuiamo a rendere l'aria più pulita nella città di Berna».

Foto: Pascal Gertsch

Nasce la più grande rete di autopostali elettrici

Entro l'estate, tra Coira e Bad Ragaz circoleranno undici veicoli a batteria: è la rete di autopostale elettrici più estesa di questo tipo.

Se l'introduzione della mobilità elettrica presso AutoPostale fosse una gara, il Canton Grigioni sarebbe in testa. Da febbraio, infatti, tra Coira e Bad Ragaz circolano quattro autopostali a batteria. Entro giugno se ne aggiungeranno altri sette, così da garantire quattro linee alimentate interamente a energia elettrica tra le due località.
La società grigionese Repower fornisce l'energia necessaria ed è stata responsabile della costruzione dell'infrastruttura di ricarica nei depositi di AutoPostale Trimmis e Bad Ragaz e presso le stazioni di Untervaz-Trimmis e Landquart. Alla stazione ferroviaria di Untervaz le batterie degli autopostali elettrici vengono ricaricate tramite pantografo, un dispositivo di presa di corrente calato sui veicoli dall'alto. In Svizzera gli autopostali elettrici sono utilizzati, oltre che nei Grigioni, anche a Saas-Fee, Sarnen, Brugg, Delémont, Sempach e Interlaken. Entro la fine del 2024 entreranno in circolazione i primi 100 autopostali alimentati senza combustibili fossili e al più tardi entro la fine del 2040 verrà convertita ai motori elettrici l'intera flotta di 2400 veicoli. (KM)



Veicoli a energia solare

Ora che i veicoli da recapito a tre ruote sono tutti elettrici, la Posta vuole compiere un passo avanti: Post Company Cars sta testando un tetto solare. Da gennaio fino ad aprile 2023, la società verificherà l'efficienza di questa tecnologia, l'autonomia effettiva dei veicoli con tetto solare e la convenienza economica del progetto. (KM)





Lavorare in Posta? Un questione di passione

Come si riassume in pochi secondi l'attrattiva di un datore di lavoro con oltre 100 professioni diverse? Con quattro nuovi spot mostriamo quanto è bello lavorare alla Posta, a prescindere dal mestiere svolto! Date un'occhiata e condividete gli spot.

La Posta è costantemente alla ricerca di nuovo personale. E non è la sola. Sono numerose, infatti, le aziende che si contendono potenziali collaboratori. È quindi ancora più importante far sapere quali sono i valori dell'azienda come datore di lavoro e proprio questo è l'obiettivo della campagna online che ruota attorno a quattro brevi video. La sfida a livello di comunicazione consiste nel mettere in luce la grande diversità della Posta e la sua ampia gamma di profili professionali.

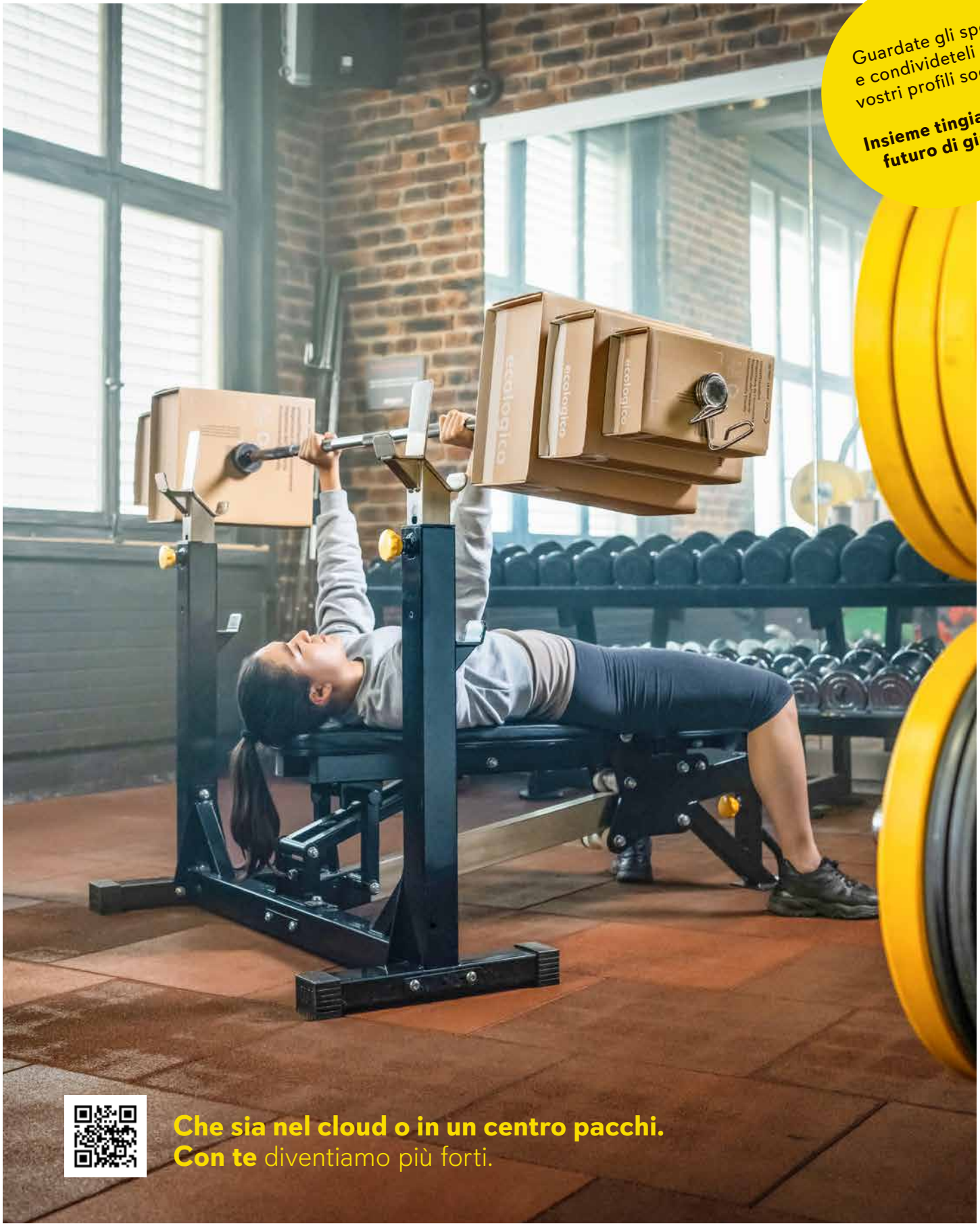
Divertente e irriverente

Negli spot la varietà di impieghi viene rappresentata attraverso tipici oggetti della Posta, come pacchi, DXP e timbri postali, che sono protagonisti di scene insolite e che insieme agli slogan rimandano con un pizzico di umorismo alla molteplicità delle professioni proposte. La campagna è originale, moderna e irriverente e riesce ad arrivare al punto in soli 20 secondi. Le persone negli spot trasmettono inoltre il sentimento positivo che si prova a lavorare alla Posta.

Il lato umano della Posta

La formulazione «Con te...» si riallaccia al nuovo posizionamento come datore di lavoro, mostrando che dietro alla Posta ci sono persone in carne e ossa, con la loro passione e la voglia di fare la differenza. Questo aspetto viene evidenziato creando un ponte tra la passione personale delle protagoniste e dei protagonisti e la passione per il lavoro alla Posta.

Da inizio marzo gli spot vengono trasmessi sugli schermi nelle filiali di RetePostale e sui social media. Inoltre compariranno come annunci video su siti internet. (SK)


Guardate gli spot
e condivideteli sui
vostri profili social!
Insieme tingiamo il
futuro di giallo.
Che sia nel cloud o in un centro pacchi.
Con te diventiamo più forti.

People4Post: un vantaggio per tutti

Roman Ott e René Casagrande lavoravano nella stessa azienda, poi le loro strade si sono divise. People4Post li ha fatti rincontrare.

Come siete tornati a essere colleghi?

Roman Ott: «Ho capito subito che René sarebbe stato perfetto per la Posta. Quando ho visto che avevano messo a concorso la mia precedente posizione di responsabile Service Desk Ovest, ho pensato immediatamente a lui. E contattarlo con l'offerta d'impiego tramite l'app è un vero gioco da ragazzi».

René Casagrande: «Quando ho ricevuto la richiesta ero piacevolmente sorpreso. È bello sapere che ho lasciato un buon ricordo a qualcuno. Il fatto di potermi confrontare con Roman riguardo alla posizione mi è stato di grande aiuto per decidere di candidarmi».

Come vi sembra la piattaforma People4Post?

Roman Ott: «È un programma fantastico! Anche nel mio team mi è già capitato di assumere persone raccomandate da altre colleghe o altri colleghi. Ho già consigliato persone più volte e in tre occasioni si è giunti alla stipula del contratto».

René Casagrande: «People4Post è una piattaforma molto utile che consente di contattare direttamente persone che si conoscono. Consiglio senza dubbio la Posta come datore di lavoro». (KL/SM)

iOS Android

Scaricate l'app Talentry e iniziate a usare **People4Post**.



Roman Ott, responsabile Service Management II presso IT e René Casagrande, responsabile Service Desk Ovest

Cercare nuovi collaboratori IT e vincere dei buoni

Per ogni candidatura che generate, che sia condividendo un link o tramite raccomandazioni, partecipate direttamente al concorso di People4Post. Vengono estratti tre buoni da 300 franchi da utilizzare su Digitec-Galaxus. Aiutando la Posta a trovare dei profili IT interessanti, potrete vincere fantastici premi per voi e il vostro team. Con il programma People4Post è semplicissimo: basta scaricare l'app Talentry sullo smartphone e utilizzare People4Post. Con te l'unione fa la forza!

Avanti a tutto vapore!

Il 18 giugno 1823, il Guillaume Tell, primo battello a vapore svizzero, salpò per il viaggio inaugurale sul Lago Lemano dando inizio a una nuova era, quella delle macchine a vapore. Nei giorni feriali, trasportava principalmente merci, mentre nel fine settimana accoglieva a bordo anche passeggeri. Il successo del piroscafo a pale diede forte impulso all'industrializzazione locale. Malgrado lo scetticismo iniziale, ben presto ci si rese conto che quello che funzionava in acqua poteva funzionare anche a terra. Fu così che la tecnologia delle macchine a vapore trovò impiego nell'industria e nel traffico ferroviario, accelerando lo sviluppo della Svizzera.



Sebbene non esistano foto ma solo poche illustrazioni del Guillaume Tell, a 200 anni di distanza è stato emesso un francobollo con un formato particolare per celebrarlo. Il francobollo è disponibile in tutte le filiali della Posta e su postshop.ch fino a esaurimento scorte. (GE)

Foto: Ronny Steck

Trovare il giusto equilibrio con Viva Insights

Non avete tempo per una pausa o non riuscite a concentrarvi su un lavoro? Ecco la soluzione: la Posta ha implementato Viva Insights di Microsoft, un'app che fornisce informazioni personalizzate e basate sui dati sulla propria giornata lavorativa nonché consigli su come migliorare la produttività, la collaborazione e il benessere. Provatela! Potete accedere da Teams nella barra dei menu (cliccare sui tre puntini se si accede per la prima volta).

Viva Insights è a esclusivo uso personale e visibile solo a voi. Né i responsabili, né I/T hanno accesso ai dati. L'utilizzo di Viva Insights è a vostra discrezione.

Microsoft Viva è una piattaforma pensata per favorire il benessere, l'apprendimento e la collaborazione del personale. Oltre a Viva Insights, la Posta ha deciso di implementare anche Viva Learning e sta vagliando altre offerte della piattaforma Viva. Maggiori informazioni al riguardo sono disponibili sulla pagina SharePoint di MyWorkspace dedicata a Microsoft Viva. (CH)

www.posta.ch/myworkspace-viva
Accessibile solo da un PC della Posta.

Illustrazione: iStock

SCACCO MATTO



Save the date! **Venerdì 2 giugno 2023** nell'auditorium di EspacePost a Berna si terrà il grande torneo di scacchi della Posta. Avete la stoffa per diventare la Beth Harmon o il Magnus Carlsen del mondo giallo?

Nella prossima edizione del Pmag vi parleremo più in dettaglio del torneo di scacchi e del nostro collega Afrim Fejzullahu, la mente che si cela dietro l'evento.

Con te la Posta si attiva

Lavorare alla Posta è bello. Ma è ancora più bello potersi ritrovare per fare un'escursione, giocare a hockey o praticare yoga insieme. Tutto questo è possibile grazie alla piattaforma PostActivity, dove ogni proposta è ben accetta.

Non c'è niente di più bello che fare qualcosa che ci piace. Se poi troviamo altre persone che condividono i nostri stessi interessi, ancora meglio. La Posta ha creato per tutte le persone intraprendenti e dinamiche che fanno parte della sua community la piattaforma PostActivity. Qui si possono trovare informazioni sui prossimi eventi della Posta, come ad esempio il prossimo PostFestival di agosto 2023, ma anche molte altre offerte per il tempo libero per le collaboratrici e i collaboratori, che tra l'altro possono anche proporre attività in prima persona. Grazie alle vostre idee e proposte, PostActivity diventa ancora più coinvolgente! Vi piacerebbe mettervi ai fornelli in buona compagnia, giocare a calcio, organizzare una lezione di yoga o suonare musica insieme? Allora cosa aspettate? Organizzate anche voi un'attività e presentate la vostra offerta! Scansionando il codice QR arrivate direttamente sulla pagina di PostActivity. PostActivity è la prova che alla Posta si fa molto di più che lavorare. Con te la Posta si attiva. Tingi il futuro di giallo! (FG)



Fare jogging insieme è una delle tante attività che si possono svolgere con PostActivity.

Per accedere a PostActivity scansionare il codice QR.

Occhio a dove mettete i piedi

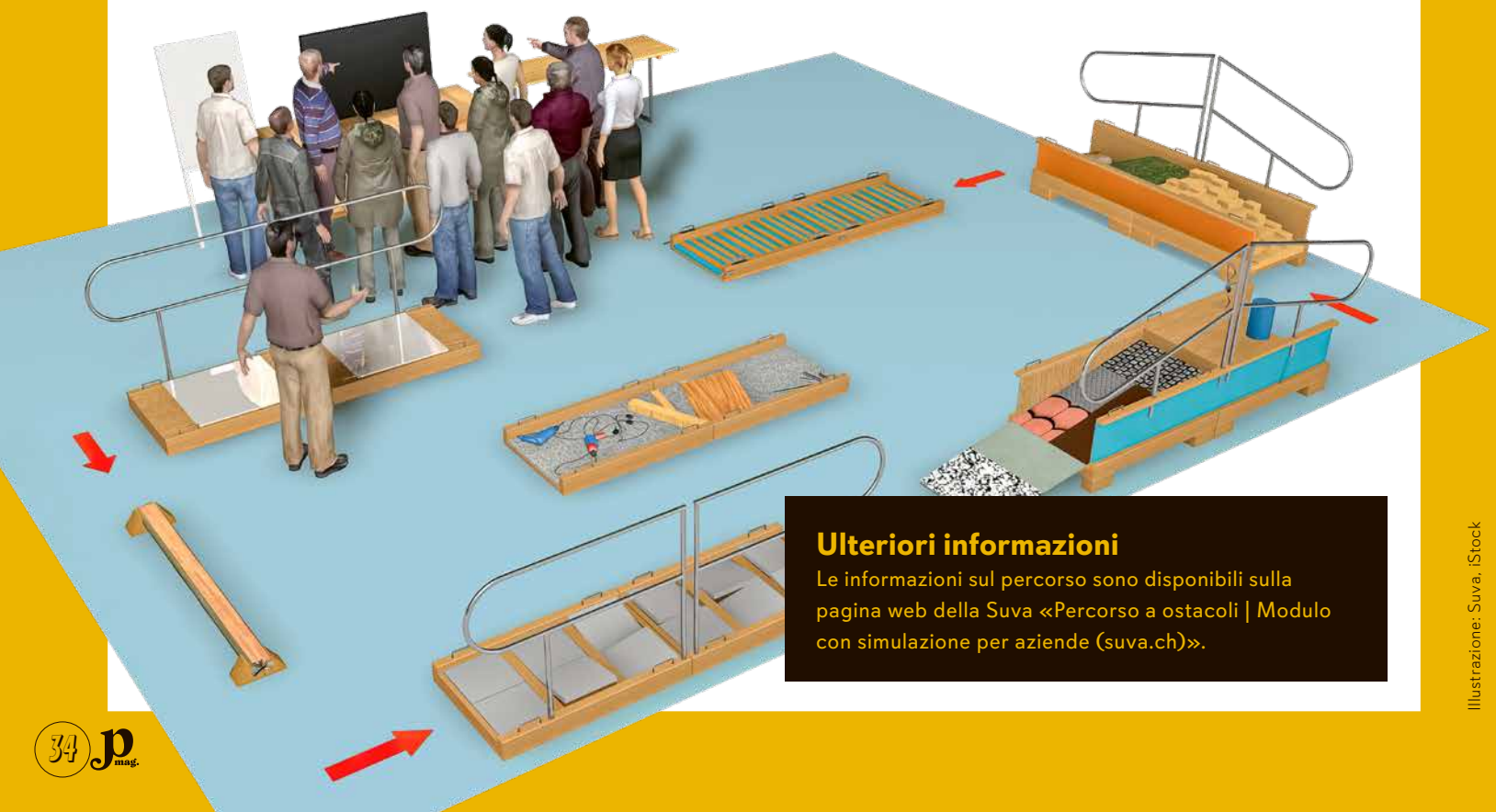
Il personale del centro lettere Zurigo-Mülligen si è cimentato in un percorso a ostacoli allestito dalla Suva per capire come prevenire gli infortuni dovuti a inciampi e cadute.

Basta un attimo di distrazione, un ostacolo e ci si ritrova a terra. E se la maggior parte delle persone se la cava senza acciacchi, per altre le conseguenze sono lunghe e difficili. In Svizzera gli inciampi e le cadute sono la prima causa d'infortunio: ogni anno si fanno male sul lavoro circa 64 000 persone. In realtà, basterebbe essere consapevoli dei pericoli per ridurre notevolmente gli incidenti e gli infortuni. Per questo motivo, a novembre 2022 il personale del Centro lettere Zurigo-Mülligen, dalle persone in formazione al responsabile d'esercizio, ha completato il percorso a ostacoli della Suva.

Nelle sette stazioni del percorso, i circa 1000 partecipanti hanno esaminato nel dettaglio diversi tipi di pavimentazione e riflettuto su come distrazione e ritmi serrati, ma anche una forma fisica non ottimale, possono favorire gli incidenti. «Per noi era importante andare oltre una semplice campagna informativa sul rischio legato agli inciampi e alle cadute», dice Rolf Steckeisen, responsabile Sicurezza e Infrastruttura a Mülligen. «Grazie al percorso, questo tema diventa molto più reale e rimane impresso più a lungo». Le e i partecipanti hanno inoltre identificato tutte le possibili trappole presenti nel centro. I cavi lasciati in giro, le cassette impilate in modo disordinato o i buchi nel pavimento rappresentano in effetti un pericolo.

«Grazie al percorso a ostacoli, molti hanno capito che serve maggiore attenzione nel lavoro di tutti i giorni. Per il team di direzione invece è stata l'occasione per ridurre tutte le cause d'inciampo nel centro», racconta soddisfatto Florian Mehl, sostituto responsabile Sicurezza e Infrastruttura, e aggiunge: «Io ho persino adottato alcune misure per ridurre i rischi a casa mia». (ISW)

Le e i partecipanti hanno toccato con mano i rischi legati al ghiaccio sulle strade, alle piastrelle traballanti e alle scale.



Ulteriori informazioni

Le informazioni sul percorso sono disponibili sulla pagina web della Suva «Percorso a ostacoli | Modulo con simulazione per aziende (suva.ch)».

Illustrazione: Suva, iStock

Siete esperti di social media?

Oggi i social media sono una parte integrante della comunicazione aziendale, perché rendono possibili preziose interazioni dirette con la clientela. Come collaboratrici e collaboratori potete contribuire in modo fondamentale seguendo i vari profili della Posta e conoscendo le principali norme di comportamento sui social. E voi, pensate di saper usare i social media? Scopritelo con il nostro test! In palio un fantastico iPad Mini, degli Air Pods e delle comode luci ad anello per lo smartphone. Potete partecipare fino al 24 aprile 2023. In bocca al lupo!

Scansionate il codice QR per tentare la sorte!

AAA famiglia di escursionisti cercasi

Qual è lo sport più popolare in assoluto in Svizzera? L'escursionismo, naturalmente! Vi piace praticarlo? Stiamo cercando una famiglia disposta a farsi ritrarre. Se vi piace fare escursioni, avete bambini di età compresa idealmente tra i 5 e i 12 anni e non avete problemi a farvi fotografare, potreste essere proprio voi! Vi ritrarremo nel prossimo Pmag e vi accompagneremo in varie escursioni. Tutte le spese di partecipazione e di viaggio per voi e la vostra famiglia sono a carico della Posta. Inoltre, riceverete un generoso buono Postshop e interessanti omaggi a tema escursionismo. Cosa aspettate? Contattateci! (CF)

Scriveteci per saperne di più!
escursionismo@posta.ch

Kambly
EXCELLENCE SUISSE DEPUIS 1910

Offerta speciale per i collaboratori della Posta



Codice promozionale **PMag2023**

Vi offriamo uno sconto del 20% quando ordinate un cofanetto creativo nel negozio online Kambly.
Disegnate la vostra scatola di biscotti Kambly personalizzata e catturate ricordi indelebili. Regalate momenti di piacere con Kambly!
www.kambly.ch/shop

*Codice promozionale **PMag2023** riscattabile online su www.kambly.ch/shop. Basta inserire il codice promozionale nel carrello. La promozione è valida fino al 30.04.23, non può essere riscattata successivamente, non è cumulabile con altre promozioni e vale solo per l'ordinazione di un cofanetto creativo.

RealTalk: parliamoci chiaro

Il 26 gennaio 2023, PostFinance ha lanciato una nuova iniziativa: «RealTalk – La serie di talk senza peli sulla lingua».

Prendete due personalità interessanti, di genere diverso, un tema specifico nell'ambito della diversità, delle pari opportunità o delle competenze finanziarie e un confronto schietto sotto la guida di una moderazione professionale: sono questi gli ingredienti di «RealTalk», la nuova serie di talk di PostFinance che ha esordito il 26 gennaio 2023 con la partecipazione della presentatrice TV e attrice Susanne Kunz e del musicista Andres Andrekson, in arte Stress, con la moderazione di Viola Tami.

La discussione, talvolta accesa, verte sul tema «Divario retributivo: perché i soldi fanno la differenza», in merito al quale gli ospiti hanno raccontato apertamente le proprie esperienze. Secondo Susanne Kunz: «Parlare di retribuzioni non deve più essere un tabù», mentre Stress, che è datore di lavoro della sua band, non ha dubbi: «Donna o uomo non fa differenza. La mia unica preoccupazione è trovare le persone migliori per il posto». I due concordano invece sul fatto che in Svizzera le cose non avanzino abbastanza velocemente sul fronte della parità salariale e di trattamento.

PostFinance ha lanciato questa serie per promuovere le tematiche legate alle sinergie che scaturiscono dalla convivenza tra le varie identità di genere. Vuole avviare una discussione in cui si possano ascoltare, guardare, rispettare e apprezzare persone di qualsiasi genere. L'iniziativa è in linea con i valori e gli obiettivi aziendali di PostFinance, che punta a promuovere la diversità in tutte le sue sfaccettature focalizzandosi sulla parità di genere. Nel 2023 sono previsti tre appuntamenti in tre sedi diverse, tutti gratuiti. (KB)

www.postfinance.ch/realtalk

Provate a indovinare

Cerchiamo una persona con la vista da falco che riesca a trovare la pagina da cui è stata estratta questa immagine. Scriveteci la risposta a **redazione@posta.ch** con l'oggetto «Indovinello» e con un pizzico di fortuna potrete vincere un piccolo premio.



Congratulazioni...

... a Corinne Hager di Uster che, come molte altre persone, ha risolto correttamente l'indovinello dell'ultimo numero. Al momento, e finché Nora Zimmerli non inizierà a lavorare come prima istruttrice di guida, gli istruttori di guida di AutoPostale sono cinque.

Partecipate!

Inviateci la vostra espressione in gergo postale o la foto di un oggetto insolito all'indirizzo redazione@posta.ch.

Illustrazione: iStock

Una per tutti, tutti in una

A fine 2022 PostFinance ha finalmente realizzato un desiderio della sua clientela: ora è infatti possibile collegare più conti a PostFinance TWINT e passare da un conto di addebito a uno di accredito e viceversa. La popolarità di PostFinance TWINT come forma di pagamento continua a crescere: nel 2022 l'app ha registrato quasi il doppio delle transazioni rispetto all'anno precedente. (IF)



PostFinance Women's League

Dopo oltre 20 anni di impegno a favore dell'hockey su ghiaccio svizzero, PostFinance diventa anche partner principale e title sponsor del più importante campionato svizzero di hockey su ghiaccio femminile, la PostFinance Women's League. La sponsorizzazione triennale di PostFinance contribuirà a creare le condizioni per promuovere la professionalizzazione del campionato e incentivare le nuove leve. Per farlo serve attirare l'attenzione del pubblico, assicurare migliori condizioni di allenamento e mettere a disposizione infrastrutture adeguate. (KB)

Yuh supera quota 100 000 utenti

A fine 2022 Yuh ha superato per la prima volta i 100 000 utenti. E l'app finanziaria di PostFinance e Swissquote continua a crescere rapidamente. D'altronde non c'è da stupirsene, perché con Yuh si possono gestire le proprie finanze in modo digitale, semplice e indipendente. Tra l'altro, Yuh ha fatto da apripista tornando a concedere interessi ancora prima di altri istituti. Non utilizzate ancora Yuh? Registratevi subito su www.yuh.ch (IF)

Chiedetelo a Roberto Cirillo!

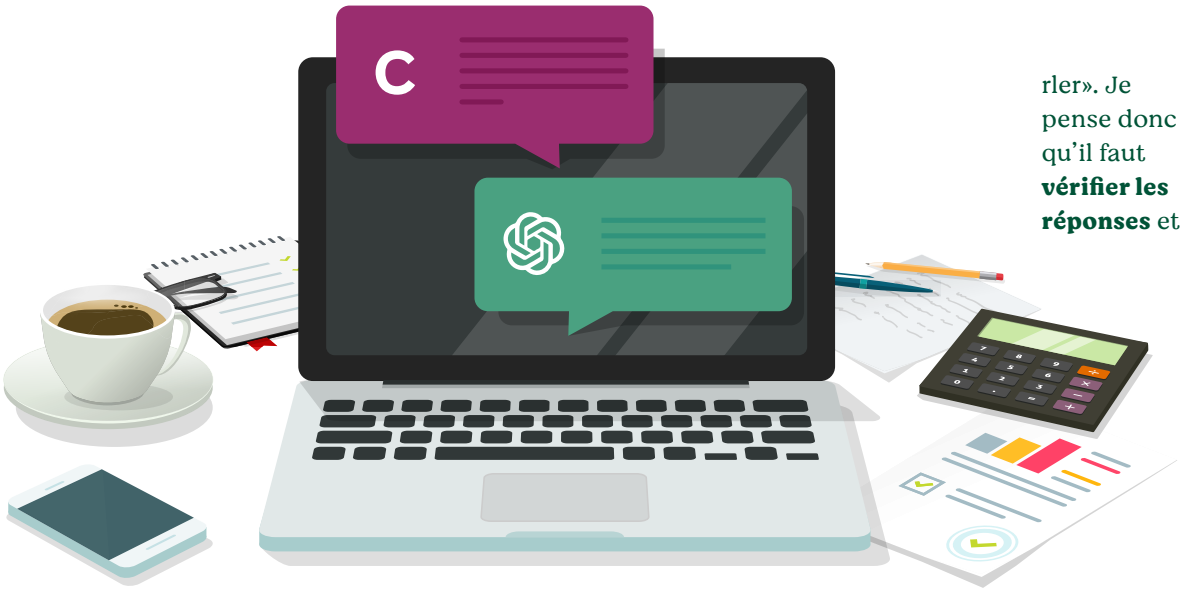
Tour de Poste

Volete sapere come la Posta si sta preparando al futuro e a che punto è con l'implementazione della strategia? Vi chiedete cosa sta facendo per risparmiare energia e proteggere il clima? Allora non potete perdervi il Tour de Poste 2023! In questa serie di incontri informativi potrete porre queste domande direttamente al direttore generale Roberto Cirillo. Il Tour de Poste è rivolto a tutto il personale interessato. Quest'anno farà tappa nei centri lettere e pacchi di sei regioni della Svizzera e sarà inoltre trasmesso in diretta streaming da EspacePost.

Date del Tour de Poste 2023

21.4.2023	Cadenazzo (IT)
4.5.2023	Härkingen (DE)
10.5.2023	Pratteln (DE)
11.5.2023	Mülligen (DE)
21.6.2023	Vétroz (FR)
22.6.2023	Eclépens (FR)
28.6.2023	EspacePost Berna (DE)
	Diretta streaming (D, F, I, E)

Ulteriori informazioni sugli eventi e sulla registrazioni sono disponibili qui.



rler». Je pense donc qu'il faut **vérifier les réponses** et

ChatGPT… eh?!

Avete bisogno di un testo per il vostro invito di compleanno, di una ricetta per gli avanzi in frigo o di un consiglio per una serie TV? Nessun problema, ci pensa ChatGPT. Ma quando si tratta di informazioni sensibili bisogna fare attenzione, perché chissà dove vengono salvate.

Curiosità
ChatGPT non conosce bene la Posta. Alla domanda su quale fosse la migliore Posta del mondo non ha saputo rispondere. Che vergogna!

Bene, a te la parola:
ChatGPT, presentati!

Ciao a tutti, sono ChatGPT, un programma informatico sviluppato per comprendere e generare linguaggio naturale. Sono in grado di rispondere alle vostre domande, facendovi risparmiare tempo e risorse. Tuttavia sono solo un programma informatico e non ho emozioni o creatività umana, quindi è importante verificare i miei risultati prima di usarli in un ambiente produttivo. Sono qui per aiutarvi e sono felice di lavorare con voi.*

* ChatGPT ha scritto questa presentazione da solo.

Testo: Carmen Fusco Illustrazione: iStock

Cosa ne pensano Lisa Weinzierl e Khalil Bawar di I/T di ChatGPT? Se da un lato condividono la stessa passione per le innovazioni, i dati e l'intelligenza artificiale, non la pensano però nello stesso modo riguardo al nuovo bot.

Khalil: Lisa, tu avrai di sicuro già provato a usare ChatGPT. Il programma sbriga per noi, con estrema semplicità, molte attività di routine e compiti amministrativi. Non è incredibile? E se la cava bene anche con le questioni più complesse. Su una cosa non ho dubbi: **se prima valeva la regola dell'80/20, ora con ChatGPT siamo piuttosto al 90/10.**

Lisa: Mmh, non ne sono così convinta Khalil. Anch'io lo trovo eccezionale, ma chi non ha mai iniziato una frase con «Ho sentito dire che…»? Ecco, ChatGPT fa esattamente questo: ti dà informazioni che «ha sentito da qualche parte». Quindi secondo me bisogna assolutamente **verificare le risposte** e non affidarsi ciecamente all'intelligenza artificiale. E, altra questione molto importante, **non bisogna riprendere le sue risposte tali e quali senza adattarle**, altrimenti si corre il rischio di violare i diritti d'autore di terzi. Abbiamo a che fare con una sorta di **eterno studente assetato di conoscenze**. Infatti, il sistema diventerà abbastanza rapidamente sempre più intelligente. Dopo alcuni feedback e in poco tempo, il chatbot è in grado di produrre risposte davvero sbalorditive basate sui testi che vengono inseriti. Inoltre, ogni utente può valutare positivamente o negativamente le risposte formulate. Quindi se ipoteticamente diverse migliaia di persone indicano che una risposta non è corretta o non è più attuale, il bot modifica il testo.

Sì, attenzione però! Il chatbot apprende dalle informazioni ricavate da internet. È quindi **affidabile come i dati con i quali è stato addestrato**. Se le informazioni sono obsolete, incomplete, imprecise o addirittura discriminatorie, lui le riprodurrà tali e quali. Inoltre, la versione attuale di ChatGPT si basa solo su informazioni che non vanno più indietro del 2021.

"Fate uno sforzo in più e verificate le risposte"

Lisa Weinzierl

"Un milione di utenti in soli cinque giorni, un traguardo che la Posta dovrebbe tenere presente"

Khalil Bawar

È vero. Ma sai una cosa? Avrei voluto avere ChatGPT quando andavo a scuola. **Studiare non è mai stato così semplice.** Chi vuole capire le formule matematiche o la teoria della relatività ed è troppo timido per continuare a fare domande, trova in ChatGPT un aiutante paziente e plurilingue. ChatGPT ti dà le informazioni nel modo in cui le desideri, spiegandole con un linguaggio elementare oppure con tecnicismi o sotto forma di poesia. In più, non ti critica e non è stanco o non si innervosisce se gli fai una domanda per l'ennesima volta.

Ok, su questo punto hai ragione. ChatGPT è bravissimo a fare collegamenti, dare informazioni e sintetizzare. **Ma sa pensare in modo logico? No.** Se con semplici calcoli matematici non ha problemi, con gli indovinelli più complicati è invece in difficoltà. **Come sempre, ci vuole buon senso.**



Lisa Weinzierl



Khalil Bawar

Il personale della Posta può provare ChatGPT?

A seconda del contesto, l'utilizzo di un simile strumento può essere utile per ottenere altre informazioni, ma anche per svolgere le proprie mansioni in modo efficiente o per informarsi. Ma la Posta non ha ancora implementato ufficialmente ChatGPT. Prestate quindi attenzione a non violare le disposizioni in materia di sicurezza, riservatezza o protezione dei dati nonché i diritti d'autore di terzi e osservate le condizioni di utilizzo del fornitore. In caso di dubbi o domande, scrivete un'e-mail a **innovationenabling@posta.ch**.

Provatelo!


SCOPRITE IL
SUNRISE BENEFIT
PROGRAM
Sunrise
Scansionate questo
codice QR e registratevi.

C'era una volta

(1970)



Quando si dice pensare in grande

Il nuovo edificio della direzione generale delle PTT a Berna Schönburg venne inaugurato nel 1970. In occasione della giornata delle porte aperte in autunno, le persone interessate del quartiere potevano visitare i locali e dare anche una sbirciatina nelle enormi pentole della cucina aziendale, come mostra questa foto tratta dalla rivista delle PTT. La cucina in cui si preparava il pranzo per il personale della sede di Schönburg era infatti attrezzata secondo gli standard più moderni dell'epoca.

Testo: Susanna Stalder Foto: archivio PTT

Colophon

Editrice
La Posta Svizzera SA
Comunicazione, Wankdorfallee 4
3030 Berna
E-mail: redazione@posta.ch

Responsabile redazione
Marcel Suter (MS)

Art Director / Visual concept
Dieter Röösli

Redazione
Ludovic Cuany (LC), Gabriel Ehrbar (GE), Carmen Fusco (CF), Fredy Gasser (FG), Sandra Gonseth (SG), Thomas Häusermann (TH), Claudia Iraoui (CI), Stefan Kern (SK), Inari Kirchhofer (IK), Sarah Meyer (SM), Sasa Rasic (SR), Ramona Schafer (RS), Susanna Stalder (SS), Ines Schumacher (ISW), Magalie Terre (MT), Daniela Waser (DW)

Layout
Kaspar Eigensatz, Natalie Fankhauser, Denise Maritsch

Collaborazioni
Katja Bauder (KB), Chantal Hodler (CH), Romy Blümel, Doreen Borsutzki, Ronny Steck, Evelyne Campana, Ilaria Sarti, Isabel Furrer (IF), Urs Graber, Tom Huber, Kerstin Lenz (KL), Kleon Medugorac, Katharina Merkle (KM), Patrick Salonen, Mark Sasvary, Meret Stamoulis-Bangerter (MSB), Günseli Ünlü (GÜ), Typopress Bern AG

Traduzione e revisione
Servizio linguistico Posta

Inserzioni
FACHMEDIEN – Zürichsee Werbe SA
8712 Stäfa
martin.traber@fachmedien.ch
044 928 56 09

Stampa
CH Media Print SA, Aarau

Foto di copertina
Adrian Brand

Tiratura
Edizione tedesca: 53 300 copie
Edizione francese: 16 500 copie
Edizione italiana: 5200 copie
Totale: 75 000 copie

Ristampa permessa solo dopo esplicito consenso della redazione.

Abbonamenti / cambiamenti di indirizzo
Personale attivo:
PostWeb (Portale HR > Dati personali), presso i Servizi HR di competenza (secondo distinta di paga) o tramite hrservices@posta.ch
Pensionate e pensionati:
per iscritto a Cassa pensioni Posta, Viktoriastrasse 72, casella postale, 3000 Berna 22
Abbonate e abbonati esterni:
e-mail a: abo@posta.ch,
n. tel. 058 338 20 61

Indirizzi utili
Consulenza sociale, Centro carriera:
058 341 40 60
saluteeaffarisociali@posta.ch
Fondo del personale Posta:
fondodelpersonale@posta.ch

stampato in svizzera



Inaugurazione del primo stendardo del gruppo musicale bernese della Posta nel 1927.



Foto: pgc

Il gruppo musicale rischia di scomparire

Un tempo la musica dei gruppi della Posta risuonava per le strade di Zurigo, Basilea e Losanna. Oggi di loro rimane soltanto la compagine bernese, che per mancanza di nuove leve e di una sala prove sta valutando lo scioglimento proprio alla soglia del 120° anniversario dell'associazione.

Testo: Sandra Gurtner

Il gruppo musicale della Posta di Berna fu fondato il 9 aprile 1905. Il suo repertorio spazia dalle marce alle reinterpretazioni pop. Tuttavia, malgrado le grandi doti e lo straordinario spirito di squadra, resta ormai ben poco dei gloriosi tempi passati. «La carenza di nuove leve ci mette in grossa difficoltà», afferma Margret Aebersold, presidente del gruppo musicale. L'ex collaboratrice della Posta è stata la prima donna a entrare nell'associazione nel 1975 e all'epoca ha dovuto fare i conti con le resistenze di alcuni uomini. «Erano altri tempi. Oggigiorno ogni nuovo arrivo è il benvenuto», racconta.

Majorette e inno nazionale

Solo negli Anni Ottanta erano oltre 60 le musiciste e i musicisti che, in eleganti uniformi grigio-blu, suonavano in occasione di parate, feste ed eventi. La corposa banda era perfino accompagnata da un proprio gruppo di majorette, sbalorditive nei loro giochi di equilibrio con i bastoni. Nel 1995 ebbe persino l'onore di suonare l'inno nazionale prima dell'incontro tra Svizzera e Germania allo stadio di Wankdorf. L'esibizione fu trasmessa dal vivo in televisione.

Ancora oggi il gruppo musicale desta grande entusiasmo nel pubblico. Eppure, il suo futuro è a rischio. Sempre meno giovani sono interessati a partecipare e, degli oltre 500 membri passivi di un tempo, oggi solo circa 200 sono rimasti fedeli, per quanto più appassionati che mai. Le musiciste e i musicisti sarebbero infatti pronti con grande piacere a tramandare le proprie conoscenze a una nuova generazione. Ma a preoccupare la presidente non è solo l'invecchiamento dei membri: «Nel 2024 scadrà il contratto di affitto della nostra sala prove. Così, oltre a nuovi membri, dovremo iniziare a cercare anche un nuovo locale dove provare». Con la primavera scopriremo quale destino attende la formazione musicale bernese.



Il gruppo musicale bernese della Posta cerca nuove leve, con particolare urgenza una o un batterista. Anche i fiati sono più che benvenuti.

Vi piacerebbe entrare nel gruppo musicale bernese della Posta?

www.postmusikbern.ch

Carrè di agnello da latte dei Pirenei



Illustrazione: Romy Blümel

Il digiuno terapeutico presenta vari vantaggi. Alcuni ne sono più che convinti. Anch'io lo sono, o almeno una volta lo ero. Uno vantaggio è indubbiamente il tempo guadagnato. Se ci pensate, è incredibile quanto tempo sprechiamo per mangiare! Siamo nell'ordine di grandezza di diverse ore, ogni giorno. Digiunare significa smettere di preoccuparsi di ciò che vorremmo (o dovremmo) mangiare a colazione, risparmiare sui generi alimentari, evitare tediose liste della spesa, non passare più ore ai fornelli, non versare più lacrime davanti a un tagliere di cipolle, non avere più pile di pentole e piatti da lavare, risparmiarsi conti salati al ristorante.

Ma come spesso accade, i presunti vantaggi si rivelano poi svantaggi. Cosa fanno infatti le persone durante le ore di digiuno? Pensano al cibo con lo stomaco vuoto e spesso brontolante. E non vedono l'ora che arrivi il momento in cui metteranno nuovamente qualcosa di solido sotto i denti. Quando praticavo ancora il digiuno terapeutico, sfruttavo la pausa pranzo per fare una passeggiata in città e fermarmi in libreria o, per essere più precisi, nel reparto dedicato ai libri di cucina. Qui passavo il tempo a sfogliare grandi ricettari che ritraevano piatti generosi, colorati e appetitosi: superbi «Gulasch di manzo alla viennese», deliziosi «Ceci in umido con salsiccia» o un'inedita «Guancia di bue in crosta di patate». Avevo l'acquolina in bocca e dovevo stare attento a non sbavare sui libri.

La sera, quando le librerie erano ormai chiuse da un pezzo, navigavo in internet alla ricerca dei migliori ristoranti, studiandone i ricchi menu fino a tarda notte. Mi perdevo, sognante, tra i nomi dei piatti, tra un «Tonno pinna gialla con insalata di ravanelli, avocado al miso e salsa ponzu» e un «Carrè di agnello da latte dei Pirenei aromatizzato con paprika, zenzero e fagiolini piattoni». Era come leggere pura poesia. Già, non riuscivo a immaginare versi più belli di quei manicaretti. E allora bevevo una tazza di tisana per rilassarmi. Funzionava ogni volta, anche se l'effetto non durava a lungo.

"È incredibile quanto tempo sprechiamo per mangiare!"



Max Küng (54) è editorialista e autore e vive a Zurigo.

PostFestival

19. & 20.8.23 | Zofingen

Preparati a partecipare insieme al tuo team al primo PostFestival il 19 o il 20 agosto 2023 a Zofingen!

Ti aspettano grandi artisti della musica nazionale e internazionale, numerosi stand gastronomici e tantissime sorprese.

SAVE THE DATE!

Con te la Posta si scatena!

Tingi il futuro di giallo!

pro clima
posta.ch/clima
Invio

P.P.
3030 Berna
Post CH SA

Fronte Retro

La gioia delle piccole cose



Quando Gordana fa il suo giro, anche chi non la conosce la saluta. «La figura della postina e del postino è ancora una vera e propria istituzione nei centri più piccoli».

Quando imbocchi la strada che fa per te, tutte le porte ti si aprono», afferma Gordana Josic. Effettivamente, la strada che l'ha portata a lavorare alla Posta è a dir poco inusuale. La ticinese di origine serbocroata nella sua vita ha lavorato prima come sarta, poi come stilista e in seguito come venditrice. Trovatasi senza lavoro all'inizio della pandemia, si è innamorata del suo nuovo lavoro come postina della zona di Lumino (TI) e Monticello GR. L'entusiasmo di Gordana, il viso contornato da una nuvola di ricci neri, è palpabile quando racconta del suo lavoro. Un lavoro che richiede forza fisica e una memoria di ferro: «Il primo giorno di lavoro sono rimasta sconvolta: non pensavo che quello della postina fosse un mestiere così complesso, per non parlare di tutte le cose da sapere! Giro, nomi e cognomi, perfino i nomi dei bambini che abitano a un determinato indirizzo! In più bisogna essere veloci e rispettare gli orari, senza mai dimenticare di lavorare in sicurezza».

Nonostante le levatacce alle 4 di mattina, la 39enne di Camorino ogni giorno è felice di ritrovarsi con il suo team di recapito. «Siamo un team di persone sempre di buon umore. Ci piace ridere, scherzare e cantare a squarciagola. Durante il periodo di prova, mi sono sentita subito a casa». Svegliarsi prima dell'alba significa anche avere i pomeriggi liberi. Così la postina può tenersi in forma andando in palestra o visitare mostre d'arte. «Ho tanto tempo libero da dedicare a me stessa. Un vero e proprio lusso al giorno d'oggi!».

Una cosa che Gordana apprezza particolarmente durante il suo giro di consegna è assistere alle magnifiche albe dai colori delicati o infuocati. Si ripromette, un giorno, di farne un libro dal titolo: «Le piccole gioie della vita di una postina». «La felicità sta nelle piccole cose: ammirare un'opera d'arte, apprezzare la magnificenza della natura che ci circonda o il gesto premuroso di un anziano che mi lascia un mandarino per ringraziarmi».

Scoprite di più su Gordana Josic: nella serie «Humans of Swiss Post» raccontiamo le storie di collaboratrici e collaboratori.

Testo: Claudia Iraoui Foto: Adrian Brand