P mag.

LA POSTE

POUR NOS COLLABORATRICES ET NOS COLLABORATEURS
MARS 2023



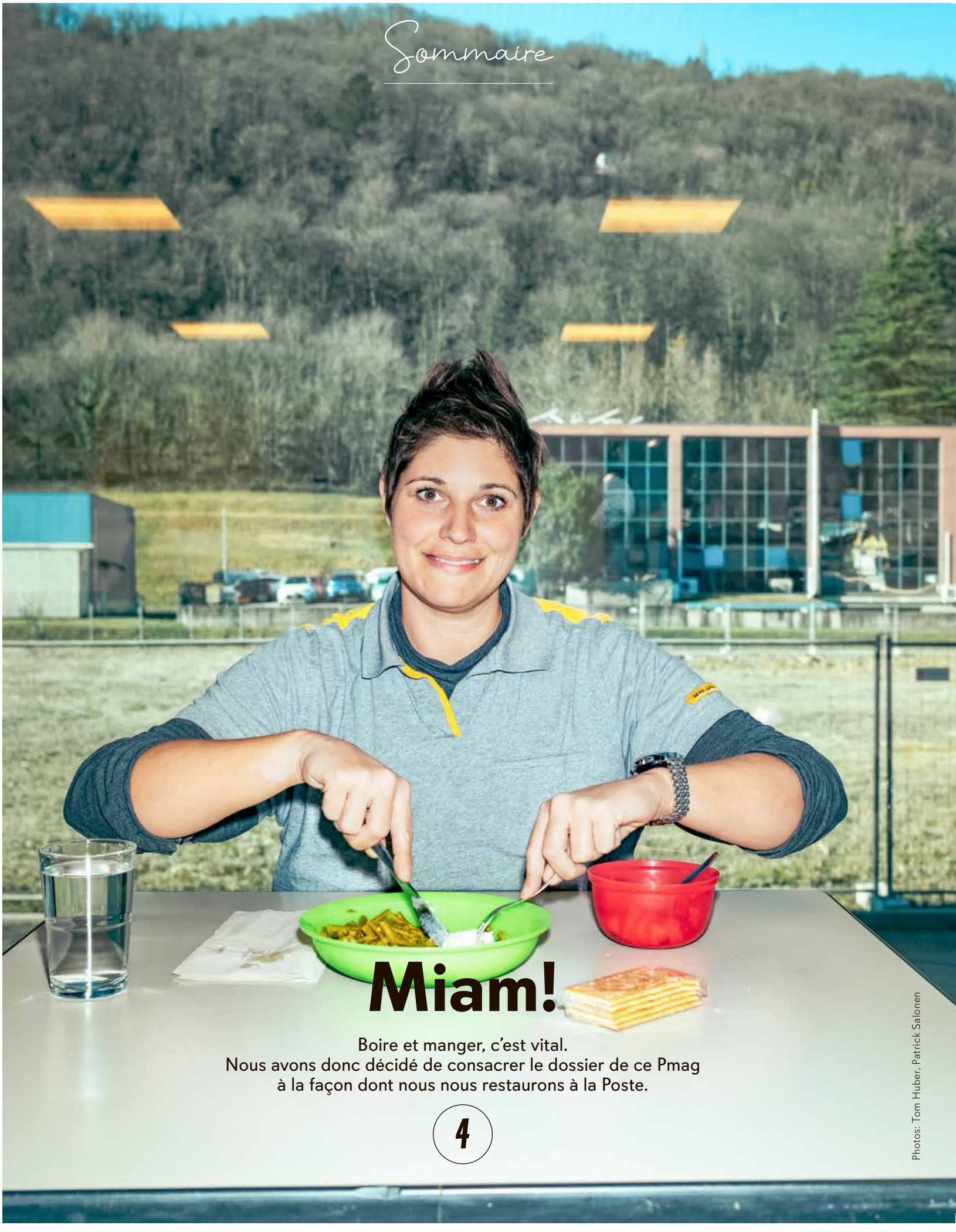
Gordana Josic se consacre corps et âme à son travail de postière. Arrivée à la Poste au début de la pandémie, la styliste tessinoise apprécie les choses simples, comme la beauté d'un lever de soleil rougeoyant ou les vitraux aux mille couleurs de la Sagrada Familia. Son histoire est à découvrir en dernière page.

Campagne
La Poste met en avant ses atouts d'employeur de premier plan

ChatGPT
L'intelligence artificielle à la Poste

Boire et manger
Comment nous restaurons-nous à la Poste?

Découvre encore d'autres histoires sur poste.ch/actualites



Miam!

Boire et manger, c'est vital.
Nous avons donc décidé de consacrer le dossier de ce Pmag
à la façon dont nous nous restaurons à la Poste.

Photos: Tom Huber, Patrick Salonen



Fanfare de la Poste

Une institution menacée.

48

Poste d'observation

Pour le climat

À Berne et à Zurich, nous ne livrons plus qu'avec des véhicules électriques.

28



De bon conseil

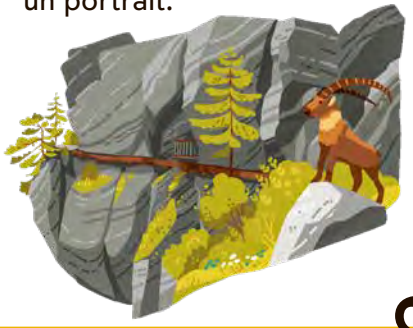
Les filiales de la Poste deviennent des centres de services.

22

Recherchons

Une famille adepte de la randonnée pour un portrait.

35



Et bien plus encore!

Illustration: Christoph Frei, iStock

Éditorial



Bon appétit!

Une fois n'est pas coutume, je fais face à un cruel dilemme: faut-il que je prenne la salade au quinoa ou vais-je me laisse tenter par les copieux macaronis de l'alpage? Repas léger ou plat réconfortant? Aujourd'hui, j'opte pour la salade, plus digeste. Mais il me sera impossible de résister au dessert au chocolat pour accompagner le café… Que manger, où et quand? Nous nous posons ces questions tous les jours. Et notre quotidien professionnel influe sur les réponses que nous y donnons, puisqu'il conditionne, par exemple, la durée de la pause de midi, l'heure de fin de service, la présence ou non d'un restaurant ou d'une boulangerie à proximité. Lorsque l'on se demande de quoi sera fait le repas, ce sont les préférences et les prédispositions personnelles qui entrent en jeu: Qu'est-ce que j'aime manger? À quoi suis-je allergique? Ai-je toujours bon appétit? Quelle somme ai-je envie ou suis-je en mesure de dépenser pour mon repas?
Le dossier de ce numéro est consacré à notre façon de nous restaurer à la Poste. Un sujet qui nous concerne toutes et tous car les pauses repas font partie de la journée de travail et les aliments et les boissons nous donnent l'énergie nécessaire pour accomplir nos tâches.

Susanna Stalder,
rédactrice

Miam!

L'an dernier, 362 926 repas ont été servis au buffet des restaurants du personnel de la Poste. C'est ce qui ressort des statistiques communiquées par notre partenaire de restauration SV Group en marge du sondage sur la satisfaction mené auprès de sa clientèle. Cela étant, tout le monde n'a pas la possibilité de se rendre dans un restaurant du personnel. Où se restaurent les collègues qui travaillent au guichet ou à la distribution, ou celles et ceux qui conduisent un car postal? Comment prendre des repas sains lorsqu'on a des horaires irréguliers? Vaut-il mieux acheter un sandwich ou réchauffer au micro-ondes un plat préparé à la maison? Dans les pages suivantes, cinq collaboratrices et collaborateurs parlent de leurs habitudes alimentaires durant leurs jours de travail et de leurs préférences culinaires. Tu trouveras également des conseils pour manger sain, des informations sur la «barrière de röstis», un quiz pour remporter des bons-repas et bien d'autres choses encore.



Texte: Susanna Stalder



Faim de loup!

S'investir à fond dans son travail, ça creuse. C'est pourquoi la Poste propose à son personnel un vaste choix de possibilités de restauration. Que ce soit au restaurant du personnel ou avec un encas équilibré: cinq collègues nous racontent comment ils comblent les petites et les grandes faims.

Texte: Susanna Stalder, Daniela Waser, Magalie Terre et Claudia Iraoui
Photos: Tom Huber Illustrations: Kleon Medugorac

C'est ici que je préfère m'asseoir», annonce Francesca Di Stasi en nous conduisant à une table située dans une niche séparée de la longue salle au plafond haut. «Ou, quand il fait beau, à la table en bois là-bas, d'où l'on peut voir les environs.» Des plantes et des arbres dans de grands pots, beaucoup de bois clair, des chaises de couleur, un coin lounge, des vases remplis de fleurs: le restaurant du personnel de cet immense centre courrier est étonnamment convivial. Francesca travaille ici, à Zurich-Mülligen, en tant que responsable d'équipe Dépôt et Tri. Elle œuvre aussi à un petit pourcentage comme remplaçante Gestionnaire des flux au poste de commande du centre. «Je mange ici presque tous les jours: mon petit-déjeuner, mon repas de midi ou celui du soir, en fonction de mes horaires.» Elle apprécie aussi d'y boire un café de temps à autre: «Le café est meilleur que celui de la machine du centre.» Elle en profite pour faire une pause loin du bruit, travailler sur son ordinateur portable ou passer des appels.

Repas nourrissant bienvenu

Les plats préférés de Francesca au restaurant du personnel sont les raviolis ou les pâtes à la sauce tomate: «Évidemment, je suis Italienne!», dit-elle en riant, «en plus, les pâtes, c'est nourrissant.» Un menu complet, composé, par exemple, de viande, de légumes, de riz et d'une soupe, lui convient aussi, de préférence à base de produits de saison. «À cause du travail physique et du mouvement permanent, on a vraiment très faim.» Cela dit, la longue pause sur un service ne dure qu'une demi-heure. «C'est court, donc beaucoup mangent dans le local de pause du centre.» On y trouve un réfrigérateur, un distributeur de snacks et une machine à café. Elle trouve le choix de plats à emporter du restaurant du personnel vraiment pratique, surtout lorsqu'elle travaille au poste de commande.

Travailler en équipe tout en mangeant sainement, est-ce possible? Francesca explique qu'elle travaille en trois services, qui changent chaque semaine. Lors du service du matin (dès 5h30), elle se sert de sa pause pour le repas de midi; lors du service du soir (dès 14h30), elle en profite pour prendre son repas du soir. «C'est plus difficile pendant le service de nuit. En travaillant à ces heures-là, j'ai toujours une forte envie de sucré. Parfois, j'apporte un gâteau», confie-t-elle. «Quand je termine ma journée de travail à 6h du matin, j'ai une faim de loup et je prends un énorme petit-déjeuner.» De retour chez elle, elle ne prend alors qu'un repas léger à midi, puis un repas plus substantiel le soir.

Un espace convivial

Le restaurant du personnel a été réaménagé au cours de l'année passée (voir encadré). Francesca apprécie l'ambiance conviviale qui y règne et les diverses possibilités de s'y retrouver en groupe: «C'est super de pouvoir, par exemple, réserver une grande table pour inviter toute l'équipe à boire un café pour fêter un anniversaire.»

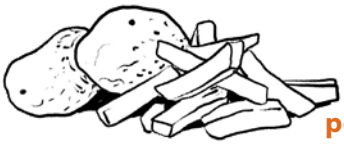
Le jour de notre visite, Francesca est de service du soir. Le menu du restaurant devrait lui faire plaisir: une soirée pâtes est annoncée.

Des salles de restaurant réaménagées et flexibles

Le restaurant du personnel de la Poste au centre courrier de Zurich-Mülligen ainsi que celui au centre courrier de Härkingen, ont été réaménagés en 2022. Sur les sites EspacePost et Engehalde, le réaménagement a déjà eu lieu précédemment. Désormais, les locaux peuvent être utilisés non seulement pour se restaurer et se reposer, mais aussi pour mener des discussions et comme espaces de coworking. Depuis 2022, tous les restaurants du personnel des centres courrier et colis sont accessibles 24h/24 pour le personnel.



Dans le restaurant du personnel réaménagé du centre courrier de Zurich-Mülligen, Francesca Di Stasi, responsable d'équipe Dépôt et Tri, nous explique pourquoi elle aime bien y faire sa pause, ce qu'elle préfère au menu et quel est l'impact du travail en équipe sur son appétit.



Super tubercules: les Romands préfèrent les frites, les Suisses allemands les pommes de terre en robe des champs.



Lara Enzler, Berne-Wankdorf (EspacePost)

«Lorsque je suis au bureau, je prends pratiquement toujours mes repas au restaurant du personnel», explique Lara Enzler, spécialiste en projets de recrutement à EspacePost. Après un transfert de poste du centre de Zurich à EspacePost en juin 2021, le peu de possibilités de restauration aux alentours l'a d'abord inquiétée. «Mais le restaurant du personnel a été une très bonne surprise», avoue-t-elle rétrospectivement. Ce que Lara préfère: les nombreuses options de menu pour tous les goûts. Deux à trois fois par semaine, la Zurichoise prend ses repas sur le site d'EspacePost et organise volontiers ses jours de présence au bureau en fonction du menu. «Lorsqu'il y a du cordon bleu au menu, je suis ravie.» La Dönerpizza fait aussi partie de ses plats favoris. Pour la jeune femme de 31 ans, trois aspects sont particulièrement importants concernant la restauration sur son lieu de travail: la préparation des aliments sur place, la variété des plats au menu et la taille convenable des portions. «Je ne prends pas de petit-déjeuner, alors mon repas de midi doit être nourrissant», explique-t-elle. Le restaurant du personnel d'EspacePost comble parfaitement ses attentes. Lara voit un potentiel d'amélioration lors des heures de pointe, pendant lesquelles il faut faire la queue. «Mais c'est malheureusement difficile à mettre en œuvre.» Un petit souhait qui adoucirait la pause de midi de Lara: un distributeur de sirop à côté des verres à eau.

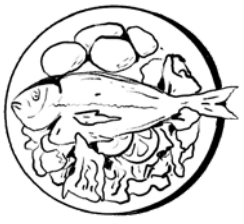




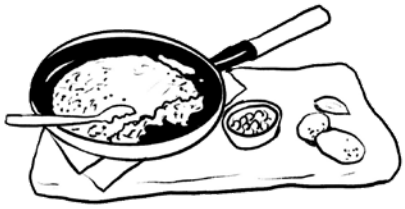
Régis Deya, La Brévine

«Plusieurs jours par semaine, je pratique le jeûne intermittent: à partir de 14h00, je ne mange plus jusqu'au lendemain», raconte Régis Deya. «C'est la clé pour conserver mon poids idéal.» Ce père de famille de 49 ans travaille depuis six ans chez CarPostal, à La Brévine. Autrefois, il était moniteur de sport. Il est très attentif à son alimentation et fait du sport tous les jours. Malgré cela, il a pris cinq kilos au cours de ses six premiers mois en tant que conducteur CarPostal. «Cela a été un choc pour moi», avoue Régis. La cause a rapidement été identifiée: la sédentarité liée au métier de conducteur, le manque d'activité physique et la mauvaise alimentation. «Quand on est au volant pendant des heures, on brûle très peu de calories», explique Régis. Il a donc rapidement changé son alimentation. Aujourd'hui, il consomme délibérément moins de sucre et renonce totalement aux produits transformés. Quand il travaille tôt, il mange au travail. «Au dépôt CarPostal, nous disposons d'une petite cuisine avec micro-ondes et coin repas», raconte Régis. Il prépare ses repas à la maison. Ils sont généralement composés de crudités, de tofu, de fromage, de riz ou de pommes de terre. «Sans oublier une bonne tarte pour le dessert», ajoute Régis. «Lorsque je prends mon service le soir, je mange à la maison à midi», indique Régis. Les légumes, les gratins, les viandes sont alors au menu. «Je ne vais plus au restaurant», précise Régis. «C'est en effet l'une des raisons pour lesquelles j'ai pris du poids.» Et il ne grignote pas entre les repas, hormis quelques pommes ou quelques noix. Malgré tout, son métier de conducteur CarPostal lui fait plaisir. «J'aime les itinéraires qui traversent les paysages du Jura et la nature qui change au fil des saisons, et j'apprécie de bavarder avec les passagers.»

Terre ou mer: les Suisses allemands mangent plus de viande, les Romands plus de poisson.



Röstis sans barrière: ce plat à base de pommes de terre est aussi populaire à Kandersteg qu'à Verbier. Les röstis sont appréciés dans toute la Suisse.



Maloa Realini, LS, teamleader Distribution à Grancia (TI)

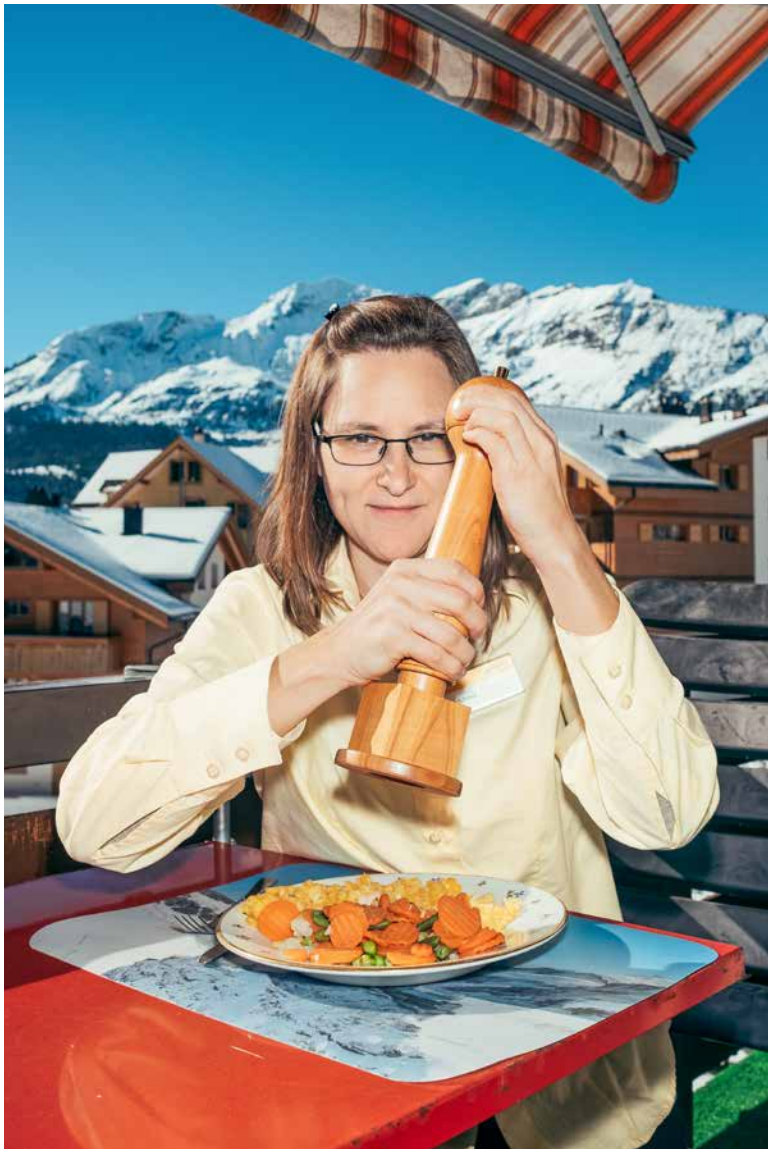
Des pâtes ou du riz avec du thon ou du poulet, et une bonne dose de légumes en accompagnement: s'agissant de nourriture, Maloa Realini, la teamleader Distribution à Grancia au doux prénom hawaïen, est plutôt chauvine. Maloa, 39 ans, et quelques collègues se donnent chaque jour rendez-vous vers midi, dans le coin repas du site de Grancia, équipé d'un micro-ondes et d'un réfrigérateur. L'atmosphère y est bon enfant. «J'apporte le repas que je me prépare la veille. J'aime savoir ce qu'il y a dans mon assiette. Je cuisine pendant 40 à 45 minutes l'après-midi et je double les quantités pour avoir des portions pour deux jours», explique Maloa. Parmi les collègues, il y en a qui préparent leur repas, d'autres qui apportent des plats tout prêts à réchauffer au micro-ondes, et d'autres qui achètent un en-cas ou un sandwich aux stations-service à proximité. Il arrive parfois aussi à Maloa de manger sur le pouce lorsqu'il y a beaucoup de travail. «Mais en général, j'essaie de manger équilibré: un repas à base de glucides à midi et un repas plus léger le soir, avec des protéines.» La saison entre évidemment en ligne de compte: «L'hiver, j'ai besoin de quelque chose de plus consistant, comme une soupe ou un potage, alors que l'été, j'opte pour des repas frais.»





Sandra Schmid, Wengen

«Les fruits de mer, très peu pour moi», révèle Sandra. Elle préfère largement un plat à base de pommes de terre. Cette native de Meiringen habite depuis cinq ans à Wengen, petit village des Alpes. «Quand la neige tombe et que les températures sont négatives, je préfère m'asseoir devant le four à raclette et déguster du fromage fondu», confie-t-elle. Le reste du temps, cette collaboratrice de la Poste âgée de 33 ans est attentive à son alimentation. «Par chance, j'ai des horaires de travail réguliers, qui me permettent de manger chez moi à midi», explique Sandra. Soit elle réchauffe un plat de la veille, soit elle se prépare son repas le jour même. «Je veille à diversifier mes repas. Plus c'est coloré, mieux c'est.» De délicieuses poêlées de légumes, des cornettes avec une salade ou des pommes de terre en robe des champs s'invitent régulièrement dans son assiette. Le matin, Sandra travaille au guichet à Wengen, et l'après-midi, à Lauterbrunnen. Pendant sa pause d'une heure et demie à midi, il lui reste même un peu de temps pour une petite sieste avant de prendre le train pour descendre à Lauterbrunnen, où elle est au service de la clientèle dès 14h30. Derrière l'espace des guichets, un petit coin repas équipé d'un micro-ondes est à la disposition du personnel. «Il est principalement utilisé par les factrices et les facteurs», explique Sandra. Et entre les repas, comment cela se passe-t-il? «Je prends rarement une collation ou un goûter. Mais de temps en temps, les concierges des hôtels alentours m'apportent un croissant et une tasse de thé.»





Du fromage, encore et toujours: sur de nombreux sites de Suisse romande, on sert une fois par semaine une spécialité à base de fromage. Un peu moins souvent en Suisse alémanique.

“Nous élargissons notre offre de plats végétariens et véganes en permanence”

Claudio Schmitz, Director of Culinary Excellence chez SV Group, à propos des principales tendances et de l’alimentation saine au travail.

Interview: Susanna Stalder



Monsieur Schmitz, quelles tendances remarquez-vous en matière d’alimentation?

Les mégatendances sont la santé et la durabilité. On souhaite faire quelque chose pour soi et pour l’environnement. Les thèmes comme la cuisine végane et végétarienne en font partie. Aujourd’hui, cela représente bien plus que le simple remplacement de la viande par un substitut d’origine végétale. Il s’agit d’une cuisine véritablement basée sur les végétaux, qui met en scène dans l’assiette des produits «stars» comme les légumineuses, les noix et les légumes. Ce qui frappe également, c’est que les gens prennent moins de temps qu’avant pour manger; souvent, ils le font sur le pouce.

Comment SV Group tient-elle compte de cette tendance dans les restaurants du personnel?

Nous avons développé notre service de plats à emporter. Ce faisant, nous essayons de limiter les déchets et proposons autant que possible des emballages réutilisables. Pour la conception des menus, nous nous basons sur l’approche scientifique «Planetary Health Diet».

De quoi s’agit-il?

Tous les aliments sont autorisés, il s’agit toutefois de respecter un rapport équilibré entre les différents composants du menu. Nous élargissons donc notre offre de plats végétariens et véganes en permanence. Ne serait-ce que pour le Veganuary*, pour lequel nous avons développé pas moins de 14 nouvelles recettes. Il nous tient cependant à cœur que nos clients puissent choisir eux-mêmes ce qu’ils souhaitent manger. Nous ne souhaitons contraindre personne.

Quelle alimentation conseillez-vous au personnel très sollicité physiquement?

Ses besoins en énergie sont bien plus élevés que ceux du personnel de bureau; entre 25 et 51 ans, la valeur indicative oscille entre 3100 et 3500 kcal par jour. Pour débuter la journée, je recommanderais par exemple un müesli avec des fruits et à midi, un plat complet avec une part importante de légumes.



Quatre conseils de Claudio Schmitz pour un repas de midi bon pour la santé

1. Renoncer à des plats lourds ou riches en graisses.
2. Savourer son repas: ne pas manger devant l’ordinateur ni à côté du poste de travail. Y consacrer au moins 15 minutes.
3. Boire beaucoup d’eau ou de thé non sucré afin de stimuler sa capacité de concentration.
4. Privilégier les légumes faciles à digérer comme les courgettes, les carottes ou le céleri. Les oignons et le chou peuvent parfois causer des ballonnements.



* Contraction de «vegan» et de «january». Des organisations et entreprises encouragent leur personnel à opter pour une alimentation végane pendant tout le mois de janvier.

Bien mangé?

SV Group a réalisé une enquête de satisfaction dans les restaurants et les cafétérias du personnel de la Poste du 5 au 16 septembre 2022. Au total, 1055 personnes ont donné leur avis sur le restaurant qu'elles fréquentent. Voici un aperçu des principaux résultats.

Texte: Daniela Waser Illustrations: Kleon Medugorac



Satisfaction élevée:
Le score des restaurants du personnel de la Poste est en moyenne de 8,7 points sur 10. Lors du précédent sondage en 2019, il s'élevait à 8,1 points.

362 926 repas
ont été servis au buffet des restaurants du personnel de la Poste en 2022.

Des prix équitables:
76% des personnes interrogées estiment que le rapport qualité-prix des plats est très bon.

Trois questions à



Bruno Zehren (56 ans), provider manager IMS, responsable des restaurants du personnel

8,7 points sur 10: la clientèle des restaurants du personnel est très satisfaite. Quelle en est la recette?

La bonne collaboration entre SV Group et la Poste y est pour beaucoup: l'année dernière, SV Group a diversifié son offre et la Poste a investi en parallèle dans l'aménagement des salles de restaurant pour les rendre plus chaleureuses. L'obligation de télétravail prolongée a aussi certainement eu un impact: les collaboratrices et les collaborateurs ont apprécié de revenir au restaurant du personnel. Les résultats montrent que nous avons fait beaucoup de bonnes choses et nous nous en réjouissons!

Malgré ces bons résultats, que pourrait-on améliorer?

Notre principal objectif est de maintenir un bon niveau de satisfaction. À l'avenir, les restaurants devront être perçus davantage encore comme des espaces de coworking et des lieux de pause. En outre, SV Group lance un nouveau concept: il sera possible d'enrichir des repas que l'on a emporté avec soi avec des ingrédients proposés au menu, par exemple des accompagnements supplémentaires. Notre principal défi est de répondre aux besoins propres à chaque site. Nous continuons à y travailler.

Quel restaurant de la Poste préfères-tu à titre personnel?

Je les aime tous! L'offre diffère d'un restaurant à l'autre, mais les repas sont délicieux partout. Je me régale particulièrement avec le bouilli aux pommes de terre. (DW)

Buffet à optimiser:
environ 20% des personnes sondées souhaiteraient une offre de salades plus variée.

1 019 530 passages
ont été enregistrés dans les restaurants du personnel de la Poste en 2022.

Un service cordial:
98% des personnes sondées relèvent la très grande amabilité du personnel de leur restaurant.

419 571 cafés
ont été consommés dans les cafétérias de la Poste en 2022.





Bien-être garanti:
93% des personnes interrogées se sentent très bien dans leur restaurant.

98 750 kilos
de légumes ont été préparés en cuisine en 2022.

Quelques demandes d'amélioration:
Près de 25% des personnes interrogées estiment que la saveur des plats chauds pourrait être améliorée.

Des locaux impeccables:
97% des personnes interrogées jugent la propreté des restaurants excellente.

Aménagement convivial:
76% des personnes sondées donnent d'excellentes notes à l'aménagement de leur restaurant.

Offres de restauration saine et bon marché pour le personnel de la Poste

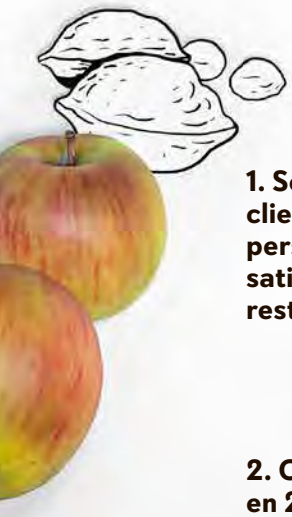
Outre les différents restaurants du personnel de la Poste, les collaboratrices et les collaborateurs de la Poste bénéficient d'offres préférentielles dans des restaurants externes, à savoir dans 160 restaurants Coop de toute la Suisse (10% sur l'addition totale), dans les restaurants des CFF de toute la Suisse (prix de la Poste), dans les restaurants Swisscom de toute la Suisse et dans les restaurants de la PostFinance Arena à Berne. La liste des établissements de Suisse accordant des offres préférentielles au personnel de la Poste peut être consultée sur PostWeb > La Poste > Sites. Enfin, les collaboratrices et les collaborateurs peuvent s'offrir un petit encas ou une boisson auprès des quelque 190 distributeurs automatiques Dallmayr disponibles sur tous les sites de la Poste sans devoir faire la queue. (MT)

Quiz



Trouve les bonnes réponses pour tenter de remporter l'un des trois bons-repas d'une valeur de 50 francs. Petit indice: lis attentivement le dossier de ce numéro pour augmenter tes chances.

Texte: Daniela Waser Illustration: Kleon Medugorac



1. Sondage sur la satisfaction de la clientèle: quel pourcentage des personnes interrogées se disent très satisfaites de la propreté de leur restaurant?

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

2. Combien de cafés ont-ils été servis en 2022 dans les cafétérias de la Poste?

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

3. Qui mange le plus de fromage?

a) les Suisses allemands
b) les Romands
c) les deux



4. Quelles sont les heures d'ouverture du restaurant du personnel de Zurich-Mülligen?

a) de 6h à 18h
b) 24h/24
c) de 9 à 16h



5. Quelle approche scientifique est-elle à la base de la composition des menus chez SV Group?

a) New Vegan Diet
b) Paleolithic Diet
c) Planetary Health Diet

6. Que mange Régis Deya entre les repas?

a) du chocolat
b) des pommes et des noix
c) des bananes et des fruits secs





Tu souhaites participer au quiz?

Alors envoie un e-mail à redaction@poste.ch avec l'objet «Quiz Pmag 1/2023» en indiquant les bonnes réponses ainsi que ton nom et ton adresse avant le 14 avril 2023.
Réservé aux collaboratrices et aux collaborateurs de la Poste.

Poste d'observation

À ne pas manquer

"La Poste a bien maîtrisé une année difficile."

La situation mondiale et la conjoncture économique très instables, ainsi que le revirement des taux d'intérêt qui en a résulté, ont pesé de tout leur poids sur le résultat 2022: comme attendu, le résultat d'exploitation et le bénéfice sont en baisse par rapport à 2021, les produits d'exploitation étant quant à eux quasiment inchangés. Dans l'ensemble, la Poste a bien maîtrisé les défis, mais le contexte reste très difficile.

Alex Glanzmann, en quelques mots, quel bilan dresses-tu de l'exercice 2022 en ta qualité de responsable Finances de la Poste?

Nous avons vécu une année tout à fait inhabituelle, marquée notamment par une forte hausse du renchérissement, un revirement des taux d'intérêt, une guerre en Europe et des problèmes d'approvisionnement mondiaux. La situation géopolitique et macroéconomique a fortement pesé sur le résultat. Considérant cet ensemble de conditions très difficiles, nous sommes satisfaits de notre performance.

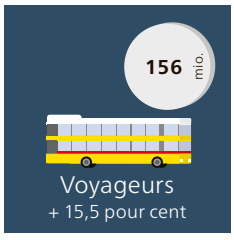
Pourquoi la Poste a-t-elle traité moins de colis et de lettres?

La guerre et le renchérissement ont pesé sur le moral des consommateurs, ceux-ci passant moins de commandes en ligne. En raison des problèmes mondiaux d'approvisionnement, les produits n'étaient pas disponibles ou ont été livrés avec du retard, ce qui a freiné la progression des volumes de colis. Néanmoins, la tendance à long terme restant favorable aux achats en ligne, nous développons notre infrastructure comme prévu. En tout cas, il est clair que le recul de 4% des volumes de colis, au nombre de 194 millions en 2022, n'a pas été facile à gérer, car nos coûts de production ont augmenté alors que nos prix sont restés inchangés. S'agissant des lettres, nous en avons distribué 1745 millions, ce qui reste un chiffre impressionnant, même si les volumes déclinent un peu plus d'année en année. C'est la raison pour laquelle nous investissons dans les solutions numériques de Services de communication.

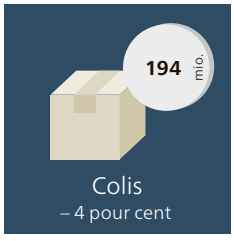
Pour finir, peux-tu nous dire comment tu vois l'avenir?

Vu la conjoncture économique et la situation mondiale actuelles, il est plus difficile que jamais d'établir des pronostics. Les défis restent d'actualité, mais la Poste est en bonne santé financière pour les relever. Nous pouvons et voulons investir dans des offres qui répondent aux besoins de la clientèle et aux exigences de demain, en appliquant notre stratégie et notre modèle commercial fondé sur l'autofinancement. C'est notre mission et notre responsabilité envers la population et l'économie, mais aussi vis-à-vis du personnel. (GH)













Conventions collectives de travail prolongées

La CCT faîtière ainsi que les deux CCT d'entreprise Poste CH et PostFinance SA sont prolongées d'une année: ainsi en ont convenu les partenaires sociaux, à savoir la Poste et les syndicats syndicom et transfair.

Les conventions actuelles restent donc en vigueur jusqu'au 31 décembre 2024. Durant l'année de prolongation, il sera possible de modifier d'un commun accord certaines dispositions des CCT dans le respect des besoins de l'entreprise. Ce faisant, la Poste continue à accorder à ses quelque 30 000 collaboratrices et collaborateurs des conditions-cadres équitables et stables dans la situation économique difficile que nous connaissons en ce moment.

Les partenaires sociaux profiteront de cette période de reconduction pour préparer les négociations en vue des prochaines CCT 2025. Celles-ci devraient débuter au cours du deuxième semestre 2023. La CCT d'entreprise de CarPostal reste en vigueur jusqu'à fin 2024 et fera l'objet de négociations distinctes. (SM)

Pour en savoir plus sur la CCT Poste CH et la CCT PostFinance SA, scanne le code QR.

CCT faîtière

La CCT faîtière réglemente la collaboration entre les partenaires sociaux. Elle définit notamment les droits et les obligations mutuels ainsi que les dispositions relatives au contrôle et à l'application de la CCT.

CCT d'entreprise Poste CH et PostFinance SA

Les deux CCT d'entreprise fixent les conditions d'engagement concrètes pour les collaboratrices et les collaborateurs des entreprises suivantes: La Poste Suisse SA, Poste CH SA, Poste CH Réseau SA et Poste CH Communication SA ainsi que PostFinance SA.

La Poste augmente la masse salariale de 2,5%

Le personnel soumis aux conventions collectives de travail (CCT) de la Poste et de PostFinance verra son salaire augmenter: en 2023, 2,5% de la masse salariale seront disponibles pour des mesures salariales. Tel est le résultat des négociations entre les partenaires sociaux, à savoir la Poste et les syndicats syndicom et transfair. Le montant de l'augmentation de salaire pour chaque ayant droit dépend du salaire annuel et du taux d'occupation. Les partenaires sociaux ont pris en compte, dans la somme négociée, le fait que les collaboratrices et les collaborateurs à bas revenus sont davantage impactés par la hausse du coût de la vie. Les mesures salariales prendront effet avec le paiement du salaire d'avril pour près de 30 000 collaboratrices et collaborateurs de la Poste et de PostFinance. Les fourchettes de salaire des CCT ont déjà été relevées de 3% avant les négociations salariales.

Illustration: iStock

"La Poste est aussi agile qu'un hors-bord"

Au fil de ses 13 années passées à la Poste, Dieter Bambauer, ancien responsable PostLogistics débordant d'idées, a réalisé de nombreux projets. Désormais à la retraite, il retrace avec nous les principales étapes de sa carrière postale.

«Tout ce qui a trait aux colis m'a toujours passionné. Dans un environnement concurrentiel très disputé, nous sommes parvenus à accroître notre part de marché et à poser les bases du succès rencontré aujourd'hui, puisque nous trions et distribuons pas moins de 200 millions de colis par an. Lorsque j'ai, pour ainsi dire, inventé le système d'automates My Post 24 en 2012, le responsable RéseauPostal de l'époque craignait que je ne sabote son activité. Aujourd'hui, les automates font partie de l'infrastructure, au même titre que les autres points d'accès.

De plus, nous avons réussi, avec mon équipe, à restructurer l'unité Logistique des marchandises et à faire de Post Company Cars une entreprise compétitive et rentable. En 2017 et contre vents et marées, nous avons introduit des véhicules électriques pour la livraison des colis. Grâce à eux, de plus en plus de colis font actuellement l'objet d'une distribution carbone-neutre. J'ai un faible pour les voitures électriques; j'ai d'ailleurs été l'un des premiers en Suisse à en conduire une.

J'ai eu une carrière passionnante au cours de laquelle j'ai eu la joie de célébrer un certain nombre de réussites. Pour moi, la Poste était et reste aussi agile qu'un hors-bord: en faisant preuve d'anticipation, elle est capable d'agir au moment opportun au lieu de réagir. Elle est dotée d'un ADN solide, qui la protège en cas de crises. Mais son succès, elle le doit à ses collaboratrices et à ses collaborateurs, les meilleurs du monde. Je suis d'autant plus fier que mon fils fasse désormais partie de cette grande famille. Il a terminé son apprentissage d'automaticien l'an dernier et travaille désormais au centre courrier de Zurich-Mülligen.

Quant à moi, je suis encore engagé sur différents fronts logistiques et me consacre surtout à mon hobby, le bricolage. Chez moi, à Rapperswil, je me suis aménagé un atelier avec plein d'outils modernes où je restaure, construis et crée des objets. Cela me comble de joie. Je prévois également un voyage en Alaska avec ma compagne.» (GÜ)



Photo: Adrian Brand

Dieter Bambauer a travaillé à la Poste durant 13 ans, dont 11 à la tête de PostLogistics et au sein de la Direction du groupe. Il a ensuite dirigé l'unité Logistique des marchandises jusqu'à son départ à la retraite fin 2022. Début 2023, il a créé une société de conseil.



Innovateur

Des colis qui grimpent

Que faire lorsqu'on manque de place et qu'on ne peut plus rien entreposer au sol? Où stocker les colis? C'est la question que se pose la Poste dans le cadre du Traitement de demain. Pour gagner de la place, les immeubles, par exemple, se construisent de plus en plus en hauteur. Mais cette astuce fonctionne-t-elle aussi pour le tri des colis et est-elle aussi prometteuse? Pour notre innovateur, Lucas Heusser, les voyants sont au vert. Ce responsable de l'introduction de nouveaux concepts chez Services logistiques Operations, nous en dit plus depuis le centre courrier de Härkingen. (IK)



Dans la vidéo, découvre comment la Poste s'y prend pour trier les colis par destination en hauteur et gagner de la place.

99,3%

des lettres du Courrier B sont arrivées à destination en temps voulu en 2022.

Ce chiffre reste stable par rapport à 2021, se situant encore et toujours 2,3 points de pourcentage au-dessus de l'objectif défini dans la loi sur la poste.
La Poste a également dépassé les autres valeurs cibles dans la distribution des lettres et des colis: **96,9% des colis Economy** ont été distribués dans le délai imparti. Ce chiffre s'élève à **95,7% pour les colis Priority**. Par ailleurs, **97,2% des lettres du Courrier A** sont arrivées dans les boîtes aux lettres avec ponctualité. Toutes ces valeurs se sont d'ailleurs améliorées par rapport aux derniers relevés.
Pour la première fois, la **ponctualité de la distribution des journaux en abonnement** a également été évaluée. Avec **98,8%**, nous avons dépassé la valeur cible (95%). Merci à toutes et à tous pour cette performance remarquable! (LC)

Une clientèle satisfaite

Le personnel de la Poste fait du bon travail: c'est ce qui ressort du sondage 2022 sur la satisfaction de la clientèle.

La Poste mesure le degré de satisfaction de ses clients privés et commerciaux depuis 23 ans. Le sondage 2022 révèle que la clientèle est globalement satisfaite de la Poste et de ses services. Elle est même «très satisfaite» de l'amabilité et de la serviabilité des postières et des postiers lors de la prise en charge des envois. Elle se montre également «très satisfaite» de TWINT et de l'E-finance App de PostFinance, ou encore de CarPostal, en particulier en ce qui concerne le personnel de conduite ou le sentiment de sécurité durant les trajets. Pour tous ces aspects, les valeurs obtenues sont nettement supérieures à 80 points et sont donc très élevées.

Cependant, il n'est pas possible de comparer les résultats de 2022 à ceux de l'année précédente car la Poste a adapté sa méthode de calcul à la nouvelle structure du groupe. Il s'agit donc d'un sondage dit zéro. (TH)

Les résultats en bref

Secteur d'activité Logistique et communication: (Services logistiques, Services de communication et RéseauPostal): **74 points (clientèle «satisfaite»)**

Secteur d'activité Services financiers (PostFinance): **78 points (clientèle «satisfaite»)**

Secteur d'activité Transport de voyageurs (CarPostal): **80 points (clientèle «très satisfaite»)**

Illustration: Mark Sasvary Photo: Manuele Crupi

Les sept orientations stratégiques de LS7, parmi lesquelles figure la qualité.





Ne rien lâcher pour défendre notre position de leader

La Poste a beau fournir des prestations d'une qualité inégalée dans la branche, la concurrence ne dort pas. Elle ne doit pas relâcher ses efforts si elle ne veut pas se faire dépasser. Les formations actuellement suivies par l'ensemble du personnel en matière de qualité de service sont d'autant plus importantes.

Le but est clair: effectuer la livraison le plus rapidement et le plus sûrement possible. Une prestation apparemment simple qui attire bon nombre de concurrents qui pensent pouvoir en faire autant. «Tout le monde peut être rapide. Mais nous avons un argument clé de vente que nos concurrents ne pourront pas revendiquer de si tôt: la qualité du service», affirme Manuel Prencipe, responsable de projet.

Voilà pourquoi nous ne devons pas nous reposer sur nos lauriers malgré les excellents résultats de l'enquête sur la satisfaction de la clientèle et mener des formations à large échelle pour rester le numéro un. La première portera sur le soin apporté à la présentation. Elle sera suivie d'autres modules sur l'amabilité et le comportement à adopter sur la route. L'importance d'une apparence soignée lorsqu'on porte la tenue postale et d'un service client prévenant sera abordée dans le cadre de présentations et de jeux de rôle. «Nous ne réinventons pas la roue, mais ce thème gagne en importance. Avec le temps, une partie de la clientèle a tendance à délaisser les filiales. Pour les gens, la postière ou le postier représente souvent le seul point de contact avec la Poste», explique Manuel Prencipe. (SR)

Les filiales de la Poste deviennent des centres de services

Plus le numérique domine notre monde, plus nous apprécions les conseils personnalisés, surtout lorsque les thèmes sont complexes. En transformant ses filiales en centres de services, la Poste répond à ce besoin. Forte de son vaste réseau de filiales, de sa proximité avec la clientèle et de la confiance dont elle jouit auprès du public, elle y est tout simplement prédestinée.

Texte: Gabriel Ehrbar Photos: Adrian Moser, Adrian Brand, Loan Schläppi



Il s'en passe des choses dans la vie de Nina et de Paul: ils ont emménagé dans un nouvel appartement, prévoient de se marier cet été et sont sur le point d'accueillir leur premier bébé. Cela les comble de joie, mais pas seulement. Au moment de franchir la porte de la filiale, ils prennent conscience des démarches que tout cela implique. Outre le changement d'adresse avec réexpédition, ils demandent à la personne au guichet de virer la garantie de loyer – quelques milliers de francs, tout de même – à leur nouveau propriétaire. «De l'argent qui dort», se disent-ils en grimaçant, «mais quelle autre solution avons-nous?»

Ils sont d'autant plus soulagés quand le conseiller de vente leur explique qu'il existe une garantie de loyer sans dépôt bancaire et leur remet une brochure de SwissCaution pour qu'ils puissent prendre contact directement avec ce partenaire de la Poste. Cerise sur le gâteau: vu qu'ils pourront disposer de l'argent de la caution, il leur fixe un rendez-vous avec la conseillère de PostFinance présente dans la filiale.

Lorsque Nina et Paul quittent la filiale au bout d'une demi-heure, ils ont fait bien plus qu'organiser la réexpédition de leur courrier. L'assurance de garantie de loyer est sur les rails. Par ailleurs, avec l'argent qui avait été mis de côté à cette fin, ils ont ouvert un compte d'épargne chez PostFinance pour le bébé à naître. Et ce n'est pas tout: ils ont acheté de jolis timbres pour envoyer leurs faire-part. Qui sait, peut-être qu'ils reviendront à la filiale en automne pour souscrire une assurance-maladie pour toute la famille? Car la Poste propose cela aussi, y compris des conseils auprès de différents assureurs-maladie. Tout sous le même toit.

Les débuts d'un modèle prometteur

Ce qui aurait semblé inconcevable il y a quelques années est aujourd'hui bien réel: les filiales de la Poste deviennent des centres de services. Thomas Baur, responsable RéseauPostal, en est convaincu: «Les personnes ont besoin d'un contact personnel et d'un conseil individualisé, en particulier dans un monde où le numérique devient omniprésent.» À ce niveau, la Poste a un rôle à jouer: forte de ses quelque 800 filiales en exploitation propre, elle peut mettre son infrastructure à la disposition de banques, d'assurances ou d'administrations désireuses de bénéficier de points de contact supplémentaires. Le personnel de la Poste se charge, quant à lui, d'offrir des entretiens de conseil personnalisés. Ce faisant, la clientèle peut donc non seulement déposer des lettres et des colis, mais aussi bénéficier d'une offre de conseil globale, le tout à un seul et même endroit.

Après la présence historique de PostFinance dans les filiales de la Poste, ce fut au tour de



SwissCaution, leader des assurances de garantie de loyer sans dépôt bancaire, d'emboîter le pas de l'établissement financier en prolongeant son contrat avec la Poste en avril 2022. En juillet, les compagnies d'assurance-maladie Sympany et Assura ainsi que Banque Migros, Cornèr Bank et la Banque Hypothécaire de Lenzbourg ont fait de même. Les acteurs de ces secteurs ne sont pas les seuls à avoir identifié les avantages qu'offre une présence sur site. Depuis le 1er février 2023, le personnel des 17 filiales de la Poste du canton du Jura aide et conseille le personnes qui souhaitent s'inscrire au guichet virtuel du canton ou utiliser les services en ligne de l'administration jurassienne.

Thomas Baur se félicite du nombre de dossiers clients générés dès les premiers mois: «Cela m'a surpris et bien sûr ravi. Nos partenaires le sont tout autant, ce qui importe le plus en fin de compte.» Un premier sondage mené auprès de la clientèle confirme aussi le potentiel du modèle de partenariat. Deux tiers des personnes interrogées ont salué le fait que la Poste s'associe à des partenaires dans ses filiales.

Et quelles sont les premières impressions du côté du personnel et des partenaires dans les filiales? Que pensent-ils de cette collaboration au quotidien? Ils vous en disent plus sur les pages suivantes.

Poste d'observation

Que vous apporte votre présence dans la filiale?



Stefanie Wampfler
Conseillère à la clientèle du service extérieur d'Assura SA, PostParc Berne

Dans l'ensemble, la clientèle qui se présente au point conseil réagit bien. Pour nous, cet espace mis à disposition au PostParc de Berne est très prometteur. Il nous permettra d'acquérir une nouvelle clientèle et de faire connaître Assura.

Très bien. Nos échanges sont ouverts et servent surtout à l'information réciproque. Nous obtenons des réponses à nos questions et nous renseignons avec plaisir les collègues de la Poste sur Assura.

J'espère que cette collaboration permettra aux uns et aux autres de progresser. Les débuts ont été concluants. Nous sommes donc confiants quant à la poursuite de notre collaboration.

Comment se passe la collaboration avec les collègues de la Poste?



Adrian Affolter
Conseiller Clientèle privée Banque Migros, filiale de la Poste de Köniz

Nous avons déjà prodigué des conseils et proposé des solutions à de nombreuses personnes. J'apprécie que l'on fasse appel à mes compétences en matière de conseil et aux services de la Banque Migros. De plus, la présence dans les filiales de la Poste augmente la notoriété de notre banque.

J'ai rencontré des personnes sympathiques et ouvertes, qui ont à cœur de faire connaître notre offre à la clientèle. Les échanges ne concernant pas le travail sont également directs et cordiaux.

Le personnel de la Poste accueille cette collaboration à bras ouverts. Grâce à son engagement et à sa volonté de nous transmettre des contacts clientèle, nous y trouvons tous notre compte. Ensemble, nous faisons en sorte d'éveiller l'intérêt pour la Banque Migros et pour nos conseils. C'est là tout ce que j'attends.

Qu'attendez-vous de la suite de cette collaboration?



Yannick Gyger
Conseiller à la clientèle du service extérieur d'Assura SA, PostParc Berne

Notre présence à la Poste est très positive pour Assura: grâce à notre point conseil dans la filiale, il est plus facile pour la clientèle de passer, même pour des questions de détail ou des demandes spontanées auxquelles nous répondons rapidement et avec professionnalisme. Les retours sont très positifs.

De mon point de vue, la collaboration est excellente. Les relations se fondent sur le respect mutuel. Les discussions extraprofessionnelles sont aussi toujours très agréables et intéressantes.

Pour la suite de notre collaboration, j'espère qu'on attirera toujours plus de bons leads et de nouveaux clients à conseiller. J'espère surtout que les rapports entre les deux équipes se maintiendront.

Poste d'observation

Comment se passe la collaboration avec les partenaires?



Jessica De Roma
Conseillère à la clientèle, filiale de la Poste de Baden, filiale de conseil Sympany

La collaboration est bonne. Nous nous soutenons mutuellement. On remarque toutefois à quel point les choses se passent différemment dans le secteur privé. Les décisions y sont prises très rapidement.

Le travail est devenu plus diversifié et plus varié.

Les réactions sont majoritairement positives. Les clientes et les clients apprécient d'en savoir plus sur les offres des partenaires.

En quoi cela a-t-il changé ton travail?



Fatime Nexhipi
Resp. Team suppléante, filiale de la Poste de Genève Mont-Blanc, filiale de conseil Sympany et Banque Migros

La collaboration se passe bien avec Sympany. Les conseillères et les conseillers sont très à l'écoute et se sont bien intégrés. Ils n'hésitent pas à nous donner un coup de main.

Le personnel de la Banque Migros est très ouvert et compétent dans son domaine. Nous devons encore mieux comprendre le fonctionnement pour nous sentir plus à l'aise dans nos propositions, mais nous allons dans la bonne direction. J'ai appris beaucoup de choses dans deux nouveaux domaines et sur deux entreprises que je ne connaissais pas. Cela engendre plus de travail, mais nous sommes en bonne voie pour ce qui est de l'ouverture du réseau. Tout nouveau challenge est bienvenu.

La clientèle a plutôt bien réagi. Vu le coût des assurances-maladie, il est légitime de rechercher les meilleures prestations au meilleur prix. Sympany était inconnue sur le marché romand. Les clientes et les clients étaient donc plutôt ouverts à la nouvelle offre. Nous n'avons pas eu beaucoup de retours négatifs. Les gens apprécient d'avoir cette opportunité dans leur filiale à la Poste, sans avoir à se déplacer ailleurs.

Quelle a été la réaction de la clientèle?



Barbara Kummer
Conseillère à la clientèle, filiale de la Poste de Köniz, filiale de conseil Sympany et Banque Migros

La collaboration se passe bien, nous nous soutenons mutuellement en cas de questions.

Il est devenu plus exigeant mais aussi plus varié. Il est évidemment primordial de bien identifier les besoins.

Si les réactions sont généralement positives et empreintes de curiosité, certaines personnes sont néanmoins quelque peu agacées. Pour elles, seules les opérations courantes au guichet importent. Il me semble qu'un travail d'explication en profondeur s'impose.



"Les entraînements de hockey sur glace sont une école de vie"

Il a été jardinier dans un cimetière, poseur de sol, stagiaire en soins infirmiers et enseignant au primaire. Aujourd'hui, il est entraîneur de hockey sur glace et conducteur CarPostal. Sur le plan professionnel, Roman Stalder a déjà suivi de nombreuses voies, mais il est toujours resté fidèle au hockey sur glace.

«Lorsque j'étais à l'école, raconte-t-il, je bricolais des buts de hockey et des équipements de gardien aux cours de travaux manuels. Chaque minute de libre, je la passais à jouer au unihockey dans la cour de récréation avec mes camarades.» À douze ans, le natif de Spiez faisait la navette en train plusieurs fois par semaine pour se rendre à l'entraînement à Kandersteg.

«J'étais gardien de but et j'adorais ça», confie-t-il. Une année plus tard, il passe à l'échelon supérieur et commence à s'entraîner avec l'équipe junior du CP Berne. Les entraînements sont rudes et il passe tout son temps libre sur la glace. «À un moment donné, ça a été trop», explique Roman. À 17 ans, il raccroche donc provisoirement ses patins.

Aujourd'hui, le Bernois a 39 ans. Il vit avec sa femme et ses trois garçons à Meinisberg, dans le Seeland. Sur le plan professionnel, Roman sillonne la route du Frienisberg au volant de son car postal et prépare en même temps l'examen pour devenir moniteur de conduite CarPostal.

Il a aussi ressorti ses vieux patins. «Après avoir quitté l'Oberland pour m'installer dans le Seeland, j'avais besoin d'une activité pour m'intégrer», raconte Roman. «C'est ainsi que je suis devenu entraîneur de hockey sur glace à Lyss, dans le club où jouent mes garçons.»

Une à deux fois par semaine, Roman entraîne des enfants de moins de neuf ans. Pour lui, «les entraînements sont une école de vie. J'aide les enfants à chausser leurs patins, j'écoute leurs histoires et je les encourage. Parfois, c'est aussi un défi pour moi. Que puis-je exiger des enfants et qu'est-ce que je laisse passer?»

Roman aime essayer de nouvelles choses, ce qui diversifie l'entraînement. Et quel est son souhait pour l'avenir? «J'aimerais que le SC Lyss puisse continuer de s'engager en faveur de la relève et qu'il dispose de suffisamment de moyens financiers pour renouveler ses infrastructures.» (MT)

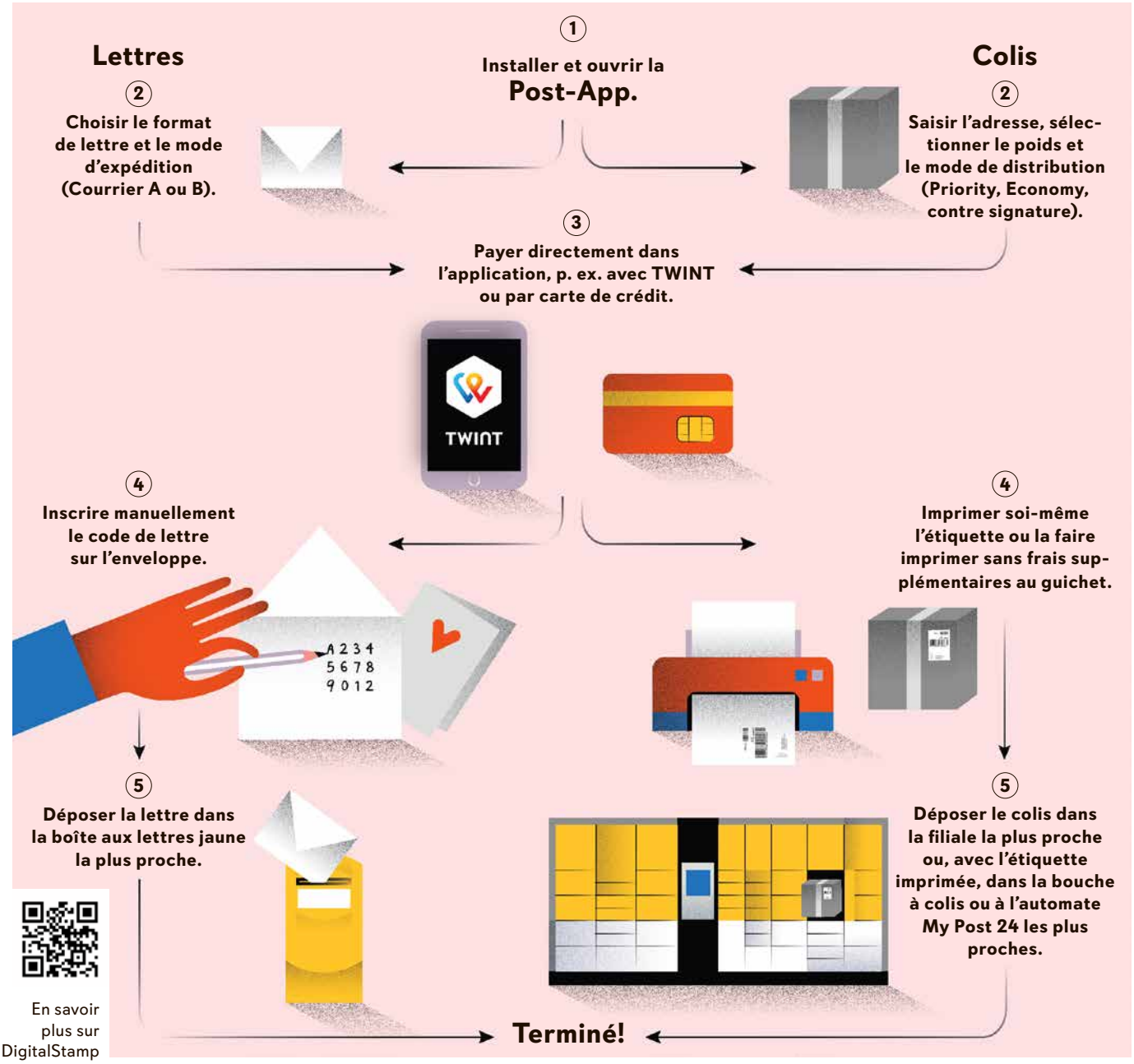
Photo: Urs Graber

Plus d'infos: **sclyss.ch**

DigitalStamp: affranchir un envoi avec son smartphone

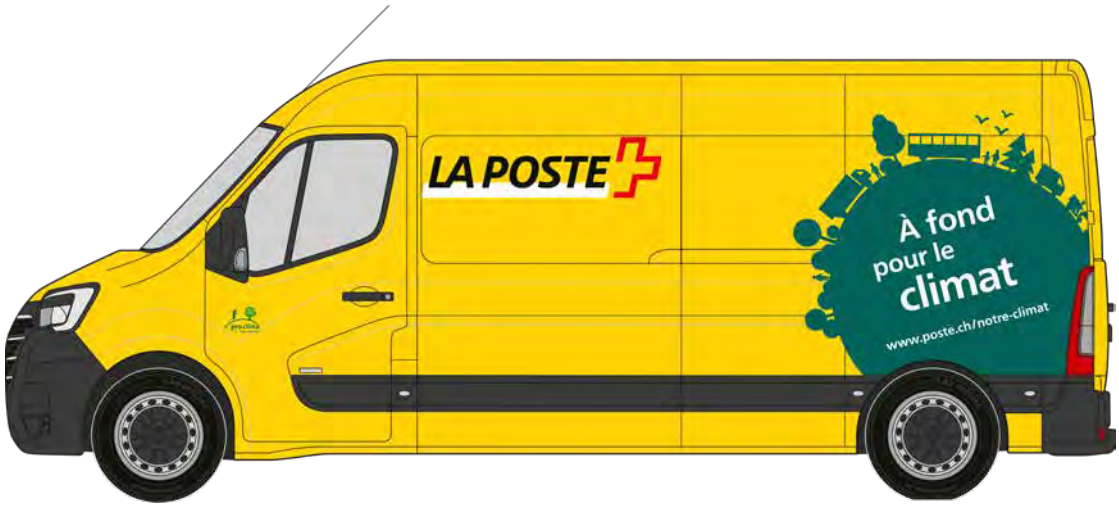
Tu es chez toi et tu n'as pas de timbre sous la main? Tu es déjà devant la boîte aux lettres jaune avec ta lettre mais sans timbre? Ou tu as peut-être besoin d'une étiquette pour affranchir un colis? Peu importe où tu te trouves: grâce à DigitalStamp, tu peux affranchir aisément tes lettres et tes colis depuis la Post-App.

Voici comment faire.



En savoir plus sur DigitalStamp

Texte: Ramona Schafer Infographie: Doreen Borsutzki



Neutralité carbone dans la distribution

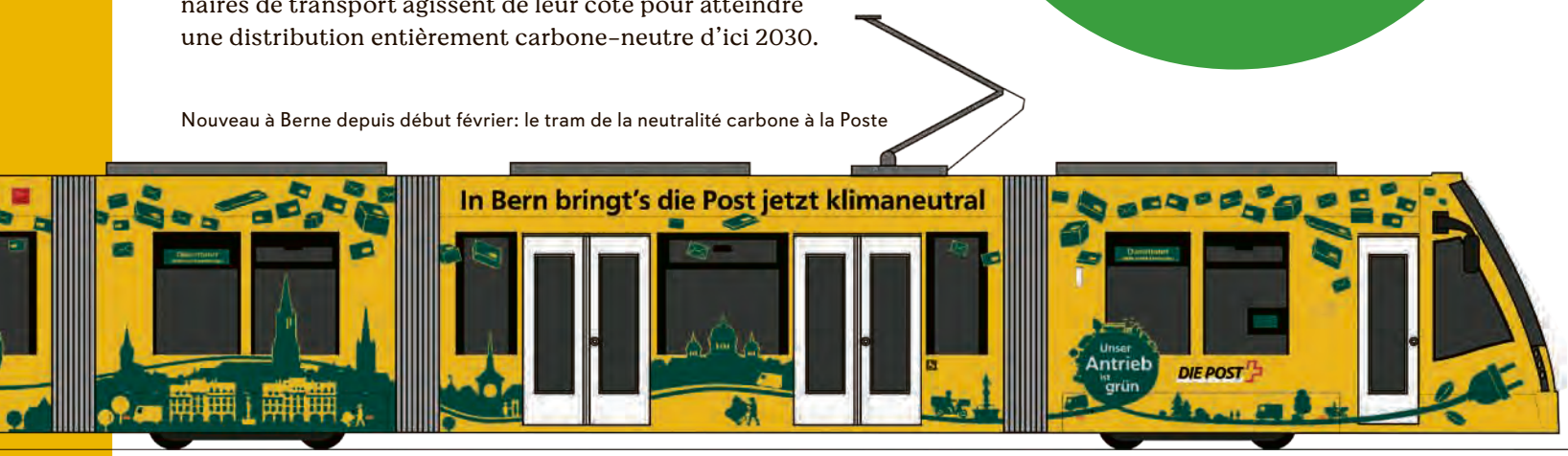
Depuis 2017, nous distribuons les lettres dans toute la Suisse sans émettre de CO_2. Grâce à l'électrification de notre flotte, il en sera de même pour les colis dès 2030.

Texte: Inari Kirchhofer

Services logistiques, Post Company Cars et Poste Immobilier équipent peu à peu les offices de distribution d'infrastructures de recharge et de véhicules électriques. La flotte électrique de la Poste, déjà la plus importante de Suisse, continue ainsi de s'agrandir. Depuis février, nos factrices et nos facteurs utilisent uniquement des véhicules électriques pour distribuer les envois aux quelque 340 000 ménages et commerces des villes de Berne et de Zurich. Pour ce faire, la Poste a acheté 175 nouveaux utilitaires. En plus des lettres, ce sont aussi 41 millions de colis qui arriveront cette année à destination sans émission de CO_2 dans l'ensemble de la Suisse. À partir de 2025, nous assurerons également une distribution carbone-neutre à Bâle et à Genève. Nos partenaires de transport agissent de leur côté pour atteindre une distribution entièrement carbone-neutre d'ici 2030.

Diminuer les émissions de CO_2 sur la route

Pour atteindre notre objectif de zéro émission nette, nous entendons faire en sorte que notre chaîne de création de valeur soit carbone-neutre dès 2040. Les émissions de gaz à effet de serre de la Poste sont imputables principalement aux véhicules routiers utilisés pour le transport de marchandises, de personnes et d'envois postaux. Dès lors, nos partenaires et nous-mêmes devons également nous atteler à réduire les émissions de CO_2 des poids lourds. C'est pourquoi nous misons sur des camions à propulsion alternative depuis 2020 et 2021. Dernièrement, Logistique de chantier Poste a donc mis en service un véhicule articulé de 40 tonnes 100% électrique et notre filiale Bächle Logistics GmbH a acquis un camion à hydrogène, qui sera suivi de deux camions électriques en mai.



Nouveau à Berne depuis début février: le tram de la neutralité carbone à la Poste



Dario Küng, 27 ans, responsable du projet E-mobilité à la Distribution, est ravi: «C'est fantastique de contribuer au développement durable de la Poste, qui affiche forcément une grosse empreinte CO_2, comme tout prestataire logistique. Cela m'enchante d'apporter ma part aux objectifs climatiques et énergétiques. Au final, nous en profitons toutes et tous, ce qui est formidable. On ne trouve pas partout un emploi qui permette d'avoir un tel impact.»



Voilà un an que Maja Ristevska, 29 ans, factrice à Lausanne, distribue les lettres et les colis en trois-roues électrique. Elle salue le fait que la Poste agisse en faveur du climat et de la planète en utilisant des véhicules électriques. Elle ne tarit pas d'éloges sur son DX Cargo: «Le temps de charge est court, il y a beaucoup de place, il va vite tout en étant maniable. Pas besoin de tourner la clé à chaque arrêt, je n'ai qu'à descendre du véhicule.» Elle apprécie surtout le guidon chauffant et ajoute avec un clin d'œil: «Quand il gèle, ce serait encore plus agréable d'avoir aussi un siège chauffant.»



Steven Schmutz, 26 ans, teamleader suppléant à l'office de distribution d'Ostermundigen près de Berne, déclare au sujet du nouveau Renault Master E-Tech: «C'est un véhicule automatique très pratique. Ma conduite est plus douce, les colis sont moins ballottés. Il est plus facile de chauffer ou de refroidir l'habitacle séparé de l'espace de chargement. Mon équipe aussi est très satisfaite. Elle s'est vite habituée à le brancher à la station de charge et à laisser la carte de recharge dans le véhicule pour la personne suivante. Des mises à jour logicielles ont permis de corriger les défauts initiaux.» Il souligne: «Il est important que nous soyons compétitifs avec la distribution sans émission et que le logo «À fond pour le climat» montre au public comment nous contribuons à un air plus propre en ville de Berne.»

Photo: Pascal Gertsch

Coup d'envoi du plus grand réseau de cars postaux électriques

D'ici l'été, onze véhicules électriques seront mis en service entre Coire et Bad Ragaz, constituant le plus grand réseau de cars postaux de ce type.

Si l'introduction de la mobilité électrique chez CarPostal était une course, le canton des Grisons serait en tête. Depuis février, quatre cars postaux électriques circulent entre Coire et Bad Ragaz. Sept autres seront mis en service d'ici juin. Quatre lignes CarPostal seront ainsi exploitées en mode 100% électrique entre les deux villes.
Le fournisseur d'énergie grison Repower était chargé d'installer l'infrastructure de recharge dans les dépôts CarPostal de Trimmis et de Bad Ragaz ainsi que dans les gares d'Untervaz-Trimmis et de Landquart. Il fournit en outre l'énergie électrique nécessaire. À la gare d'Untervaz, les batteries des cars postaux électriques sont rechargées via un pantographe (capteur de courant), qui s'abaisse sur le toit du véhicule. Des cars postaux à propulsion électrique sont déjà en service ailleurs dans le pays, à Saas-Fee, Sarnen, Brugg, Delémont, Sempach et Interlaken. Les 100 premiers cars postaux sans énergies fossiles circuleront sur les routes d'ici fin 2024 et l'intégralité de la flotte de 2400 véhicules passera à un mode de propulsion respectueux du climat d'ici fin 2040 au plus tard. (KM)



Des trois-roues à énergie solaire

Les trois-roues de la flotte de distribution sont tous électriques. Mais la Poste souhaite maintenant aller plus loin. Post Company Cars teste un toit solaire. De janvier à avril 2023, des tests seront effectués pour vérifier l'efficacité des cellules solaires ainsi que le degré d'autonomie réel des «trois-roues solaires» et leur rentabilité. (KM)





La Poste montre qu'elle est un employeur de premier plan

Comment résumer en quelques secondes l'attractivité d'un employeur qui propose plus de 100 métiers? Avec quatre nouveaux spots, nous montrons que travailler à la Poste est un plaisir, quel que soit le métier exercé! Visionnez et partagez les spots dans votre réseau.

La Poste recrute sans cesse. Et elle n'est pas la seule. De nombreuses entreprises courtisent l'attention de collaboratrices et de collaborateurs potentiels. Il est donc d'autant plus important de positionner notre entreprise en tant qu'employeur. Une campagne en ligne poursuit justement cet objectif au moyen de quatre brèves vidéos. Le défi en termes de communication: très diversifiée, la Poste offre une grande variété de profils de postes.

Drôle et mordant

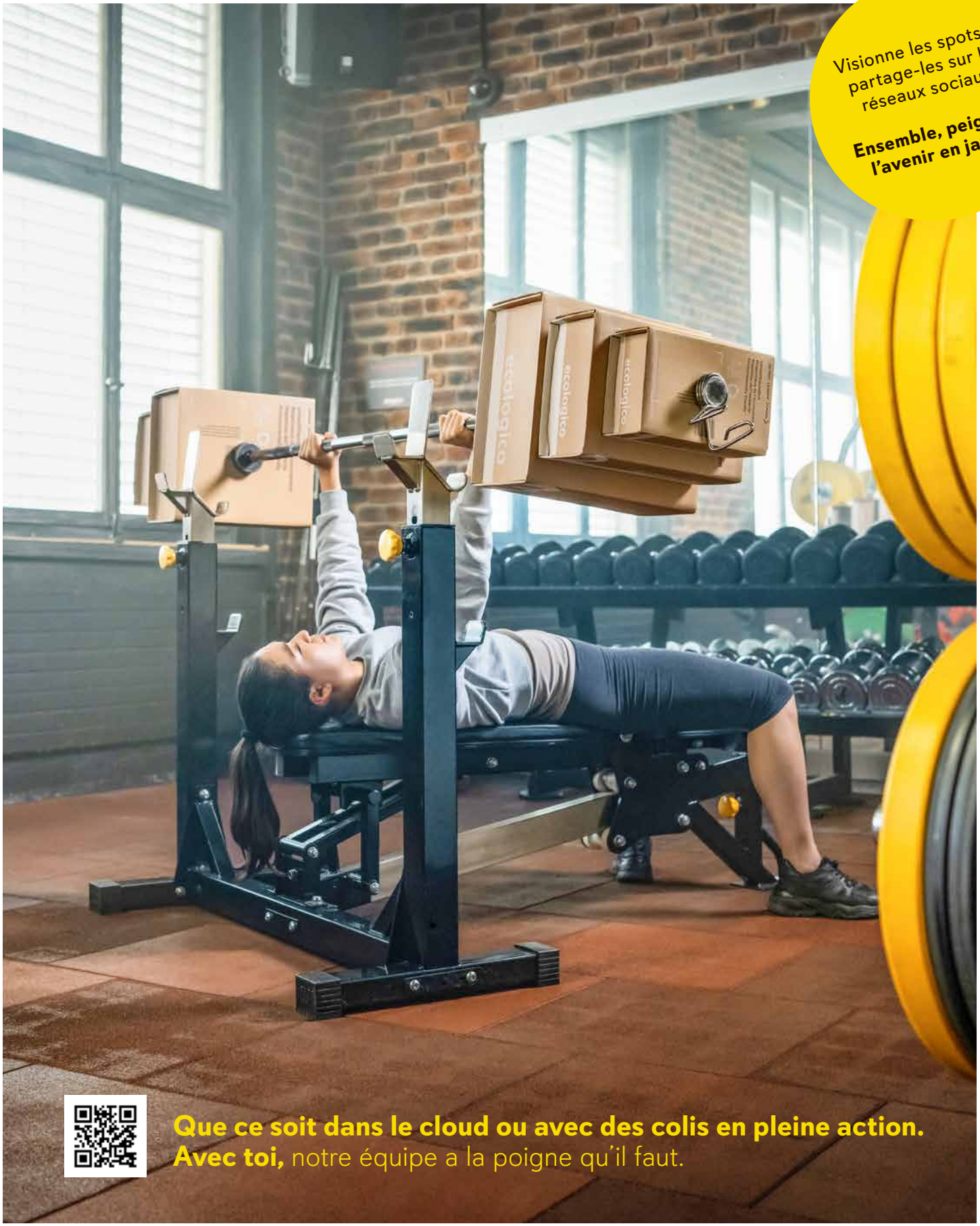
Dans les spots, l'idée de diversité des métiers est véhiculée à l'aide d'objets typiques de la Poste, comme des colis, un trois-roues ou un timbre à date. Mis en scène de manière inattendue, ils font le lien avec la diversité des métiers non sans une pointe d'humour. Le message de conclusion utilise les mêmes codes.

Quelque peu décalée, la campagne est empreinte d'audace et de fraîcheur, tout en réussissant à faire le tour de la question en 20 secondes. De plus, les personnes représentées transmettent un sentiment positif quant à leur travail à la Poste.

La Poste, pour l'amour du métier

La formulation «Avec toi…» ramène au nouveau positionnement de l'employeur et montre que la Poste doit son succès à des personnes et au cœur qu'elles mettent à l'ouvrage pour faire avancer les choses. Cet aspect est mis en avant en faisant le lien entre l'implication personnelle des protagonistes et l'amour du métier, tel qu'il est vécu à la Poste.

Les spots défilent depuis début mars sur les écrans des filiales de RéseauPostal ainsi que sur les réseaux sociaux. À cela s'ajoute la diffusion sous forme d'annonces vidéo sur Internet. (SK)


Visionne les spots et partage-les sur les réseaux sociaux!
Ensemble, peignons l'avenir en jaune.
Que ce soit dans le cloud ou avec des colis en pleine action.
Avec toi, notre équipe a la poigne qu'il faut.

People4Post: tout le monde y gagne

Roman Ott et René Casagrande avaient travaillé ensemble avant que leurs chemins ne se séparent. People4Post les a à nouveau réunis.

Comment se fait-il que vous soyez à nouveau collègues?

Roman Ott: «Je savais depuis le début que René collerait bien avec la Poste. J'ai tout de suite pensé à lui lorsque j'ai vu que mon précédent poste de responsable Service Desk West était mis au concours. Et la prise de contact via l'application avec les offres d'emploi est vraiment simple.»

René Casagrande: «J'ai été agréablement surpris en recevant la demande et content que ma personnalité ait laissé une impression positive. J'ai pu échanger avec Roman sur le poste à pourvoir. Cela m'a aidé à prendre la décision de déposer ma candidature.»

Comment évaluez-vous la plateforme People4Post?

Roman Ott: «C'est un programme génial! Moi aussi, j'ai déjà embauché dans mon équipe des personnes recommandées par d'autres collègues. Et j'ai surtout proposé des gens, ce qui a débouché à trois reprises sur un contrat de travail.»

René Casagrande: «People4Post est une plateforme très utile, qui permet de s'adresser directement aux personnes de son cercle d'amis, par exemple. Je recommande sans hésiter la Poste comme employeur.» (KL/SM)



Roman Ott, responsable Service Management II chez IT et René Casagrande, responsable Service Desk West

Rechercher de nouveaux collaborateurs IT et gagner des bons

Avec chaque candidature que tu auras générée, que ce soit en partageant des liens ou par des recommandations, tu participes au concours de People4Post. Trois bons Digitec Galaxus de 300 francs seront tirés au sort. Tu aides ainsi la Poste à trouver de bons profils IT et tu profites de primes attrayantes pour toi et ton équipe. Le programme People4Post rend cela possible: il suffit de télécharger l'app Talentry et d'utiliser People4Post. Avec toi, nous ne pouvons que gagner!

Télécharge l'application Talentry et utilise **People4Post**.

iOS Android

À toute vapeur!

Premier bateau à vapeur en Suisse, le Guillaume Tell a fait sa première traversée sur le lac Léman le 18 juin 1823, inaugurant ainsi la nouvelle ère des machines. Le bateau transportait principalement des marchandises en semaine, et des passagers pouvaient monter à bord le week-end. Le succès du bateau à aubes a boosté l'industrialisation locale. Les premiers doutes balayés, on s'est vite rendu compte que ce qui fonctionnait sur l'eau pouvait aussi être utilisé sur la terre ferme. La technique de la machine à vapeur a ainsi été introduite dans l'industrie et le transport ferroviaire, accélérant le développement de la Suisse.



Bien qu'il n'existe aucune photo et très peu de dessins du Guillaume Tell, un timbre au format spécial le représente 200 ans plus tard. Il est en vente dans les filiales de la Poste et sur postshop.ch dans la limite des stocks disponibles. (GE)

Photo: Ronny Steck

Trouver l'équilibre avec Viva Insights

Pas de temps pour une pause, difficultés à se concentrer? Nous avons le remède: la Poste a introduit Microsoft Viva Insights. Cette application donne un aperçu personnalisé, basé sur les données, de la structure de ta journée et te donne des conseils pour améliorer la productivité, la collaboration et le bien-être. Fais donc un essai! Tu peux y accéder dans Teams via la barre de menu (celui des trois points à la première connexion).

Viva Insights n'est activée que pour ton utilisation personnelle et n'est visible que pour toi. Ni les responsables de conduite ni I/T n'ont accès à tes données. C'est à toi de décider si tu souhaites utiliser ou non Viva Insights.

Microsoft Viva est une plateforme qui vise à aider le personnel dans les domaines de la santé, de l'apprentissage et de la collaboration. La Poste a déjà décidé d'introduire Viva Learning en plus de Viva Insights. D'autres offres de Viva sont évaluées. Plus d'informations sur la page SharePoint de MyWorkspace dédiée à Microsoft Viva. (CH)

www.poste.ch/myworkspace-viva
Accessible uniquement à partir d'un PC de la Poste.

Illustration: iStock

ÉCHEC ET MAT



À ne manquer sous aucun prétexte! Le grand tournoi d'échecs de la Poste se déroulera le **vendredi 2 juin 2023** à l'auditorium d'EspacePost à Berne. Seras-tu la future Beth Harmon ou le futur Magnus Carlsen de la Poste?

Dans le prochain numéro de Pmag, nous te présenterons le tournoi d'échecs et notre collègue Afrim Fejzullahu, à l'origine de l'événement.

Avec toi, la Poste s'active!

Travailler à la Poste, c'est cool. Mais c'est encore mieux de se réunir pour randonner, jouer au hockey ou profiter d'une session de yoga. C'est la raison d'être de PostActivity, et la plateforme n'attend que tes propositions.

Rien ne fait autant plaisir que s'adonner à une activité que l'on aime. Et c'est encore mieux de le faire à plusieurs. PostActivity est la plateforme pour toutes les personnes entreprenantes de notre communauté de la Poste. Tu y trouveras toutes les informations sur les événements à venir, comme le PostFestival en août 2023, ainsi que de nombreuses activités de loisirs par et pour le personnel. Avec tes idées, tes suggestions personnelles et tes offres, PostActivity sera encore plus active! Tu aimerais cuisiner en bonne compagnie, jouer au foot, organiser une session de yoga commune ou jouer de la musique en groupe? N'hésite pas! Deviens hôte et présente ton offre! Il suffit de scanner le code QR pour accéder à la page de PostActivity. PostActivity montre qu'à la Poste, nous faisons bien plus que simplement travailler. Avec toi, la Poste reste active. Peins l'avenir en jaune! (FG)



Partager un jogging – une des nombreuses propositions de PostActivity.

PostActivity, c'est par ici.

Attirer l'attention sur le risque de faux pas

Sur le parcours d'embûches de la Suva, le personnel du centre courrier de Zurich-Mülligen a appris à prévenir les faux pas et les chutes.

Une seconde d'inattention, un faux pas et c'est la chute. Si dans la majorité des cas les chutes sont sans gravité, elles peuvent aussi avoir des conséquences fâcheuses. En Suisse, les faux pas et les chutes sont la principale cause d'accident et environ 64 000 personnes en sont victimes au travail chaque année. Si l'on est conscient des dangers, le nombre d'accidents et de blessures peut toutefois être considérablement réduit. C'est pourquoi, au centre courrier de Zurich-Mülligen, l'ensemble du personnel, de l'apprenti au chef d'exploitation, a expérimenté le parcours d'embûches de la Suva en novembre 2022.

Au fil des sept postes, près de 1000 personnes ont vécu de près les risques liés aux différents revêtements de sol et ont ressenti comment la pression du temps et la distraction, mais aussi un déficit de forme physique, peuvent favoriser les accidents. «Pour nous, il était important de ne pas nous limiter à une campagne d'information sur les risques de chute et de faux pas», explique Rolf Steckeisen, responsable Sécurité et infrastructure à Zurich-Mülligen. «Grâce au parcours, le sujet devient beaucoup plus concret et reste ainsi plus longtemps en tête.» Les participantes et les participants ont en outre identifié tous les pièges à éviter au sein de l'exploitation elle-même. Les câbles qui traînent, les caisses qui ne sont pas empilées avec soin ou les trous dans le sol qu'on omet de sécuriser représentent en effet un risque supplémentaire.

«Pour beaucoup, le parcours d'embûches a été un appel à la vigilance dans la vie quotidienne et pour l'équipe de direction, une occasion de réduire l'ensemble des risques de faux pas au sein de l'exploitation», résume Florian Mehl, responsable suppléant Sécurité et infrastructure, en évoquant le succès du parcours d'embûches. «Moi-même, j'ai pris des mesures pour diminuer les risques à mon domicile.» (ISW)

Les participantes et les participants découvrent au plus près les dangers que peuvent représenter le verglas, les dalles instables et les escaliers.



Informations complémentaires

Des informations sur le parcours sont disponibles sur le site de la Suva: le parcours d'embûches fait partie des modules de simulation pour entreprises (suva.ch).

Illustration: Suva, iStock

Es-tu à l'aise avec les réseaux sociaux?

De nos jours, les réseaux sociaux sont un élément essentiel de la communication d'entreprise. Ils nous permettent d'interagir directement avec notre clientèle, ce qui est particulièrement précieux. En tant que collaboratrice ou collaborateur, tu peux apporter une contribution importante en suivant les différents profils de la Poste et en connaissant les principales règles de comportement sur les réseaux sociaux. Aucun problème pour toi? Passe le test avec notre quiz. Tu peux gagner un superbe iPad Mini, des AirPods très pratiques ainsi que des lampes annulaires tendance pour ton mobile. La date limite de participation est le 24 avril 2023. Bonne chance!

Scanne le code QR
pour tenter ta chance!

Nous recherchons une famille de randonneurs!

Quelle est l'activité sportive la plus populaire en Suisse? La randonnée, bien sûr! Tu pratiques cette activité avec ta famille? Alors c'est peut-être toi et ta famille que nous recherchons pour réaliser un portrait. Vous aimez faire des randonnées tous ensemble et les enfants ont idéalement entre cinq et douze ans. Si, en plus, ta famille est à l'aise face caméra, cet appel est pour toi. Dans le prochain Pmag, nous publierons un portait et vous accompagnerons lors de différentes randonnées. La Poste prend en charge tous les frais de participation et de déplacement pour toi et ta famille, sans oublier un généreux bon d'achat sur postshop.ch et de superbes accessoires de randonnée. Alors, qu'attends-tu? C'est parti! (CF)

Inscris-toi et découvres-en plus! randonner@poste.ch

Kambly
EXCELLENCE SUISSE DEPUIS 1910

OFFRE SPÉCIALE POUR LES COLLABORATEURS DE LA POSTE



Nous vous offrons 20% de rabais pour une commande d'une Boîte Créative dans la boutique en ligne Kambly.
Créez votre boîte de biscuits Kambly personnalisée et conservez des souvenirs durables. Offrez des moments de plaisir avec Kambly !
www.kambly.ch/shop

*Code promotionnel **PMag2023** à utiliser en ligne sur www.kambly.ch/shop. Pour ce faire, saisissez le code promotionnel dans votre panier. Cette offre promotionnelle est valable jusqu'au 30 avril 2023, uniquement en cas de commande d'une Boîte Créative. Elle n'est pas utilisable ultérieurement, ni cumulable avec d'autres offres.

RealTalk – parlons sans tabous

Le 26 janvier 2023, la Poste a tenu un nouvel engagement en lançant «RealTalk, la série de Talks qui ne passe pas par quatre chemins».

Prenez deux personnalités passionnantes, femmes ou hommes, un thème spécifique en lien avec la diversité, l'égalité des chances ou la compétence financière et laissez-les s'exprimer en toute franchise dans un dialogue encadré. Telle est la recette de «RealTalk», la nouvelle série d'événements de PostFinance, inaugurée le 26 janvier dernier par la présentatrice TV et actrice Susanne Kunz et le musicien Andres Andrekson, alias Stress, dans un débat animé par Viola Tami.

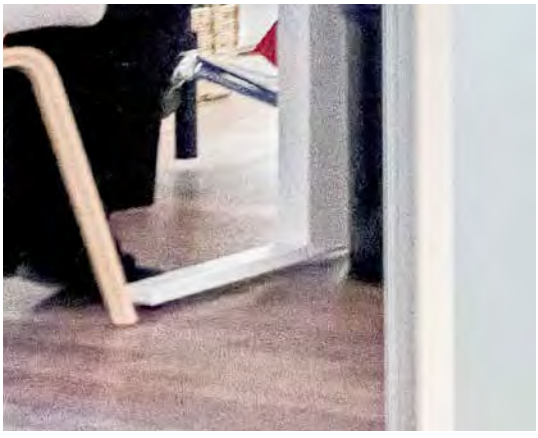
Lors de cette discussion parfois houleuse sur le thème «Écarts de salaire – pourquoi l'argent fait la différence», les deux invités ont parlé ouvertement et sincèrement de leurs expériences respectives. «Il faut briser le tabou des salaires», a encouragé Susanne Kunz. Pour Stress, qui est l'employeur des membres de son groupe, le fait est clair: «La question n'est pas de savoir si c'est une femme ou un homme, mais de trouver la meilleure personne pour occuper un poste.» Tous les deux étaient en revanche d'accord pour dire qu'en Suisse, les choses n'avancent pas assez vite en ce qui concerne l'égalité de traitement et l'égalité salariale.

PostFinance a lancé cette série afin de mettre en lumière des interactions de genres positives. Elle souhaite susciter une discussion pour que les genres soient tous entendus, vus, respectés et valorisés à l'identique. Ce projet est en phase avec les valeurs et les objectifs d'entreprise de PostFinance, qui encourage la diversité dans tous ses aspects, notamment en mettant l'accent sur l'égalité. En 2023, cet événement gratuit aura lieu à trois reprises et dans différents lieux. (KB)

www.postfinance.ch/realtalk

Devine un peu

Cette fois, tu vas devoir ouvrir l'œil. Trouve la page d'où est extraite cette image et envoie-nous ta réponse à **redaction@poste.ch** en indiquant en objet «Devinette». Avec un peu de chance, tu remporteras un petit prix.



Toutes nos félicitations...

... à Corinne Hager d'Uster. Comme beaucoup d'autres, elle a résolu l'énigme du dernier numéro. En attendant que Nora Zimmerli devienne la première monitrice de conduite de CarPostal, cinq moniteurs sont actuellement en poste.

Participe!

Indique-nous ton terme du jargon postal ou envoie-nous ta photo d'un objet curieux utilisé à la Poste à l'adresse **redaction@poste.ch.**

Illustration: iStock

TWINT pour tous les comptes

Depuis fin 2022, il est possible de relier plusieurs comptes à PostFinance TWINT et de basculer entre les comptes de débit et de crédit souhaités. PostFinance a ainsi réalisé un souhait de sa clientèle. La popularité du mode de paiement PostFinance TWINT augmente: en 2022, l'application a enregistré presque deux fois plus de transactions que l'année précédente. (IF)



PostFinance Women's League

PostFinance s'engage depuis plus de 20 ans en faveur du hockey sur glace suisse. Elle est désormais partenaire principal et partenaire de naming de la PostFinance Women's League, la première division du hockey sur glace féminin suisse. Conclu pour une durée de trois ans, ce contrat de sponsoring doit contribuer à professionnaliser le hockey féminin et à renforcer la promotion de la relève. Dans cette optique, il faut, par exemple, éveiller l'intérêt du public, offrir de meilleures conditions d'entraînement et proposer des infrastructures de qualité. (KB)

Yuh franchit la barre des 100 000

Fin 2022, Yuh comptait pour la première fois plus de 100 000 utilisatrices et utilisateurs. Et l'application financière de PostFinance et de Swissquote poursuit son expansion. Rien d'étonnant puisque Yuh permet de gérer ses finances par voie numérique en toute simplicité et en totale autonomie. Sans oublier qu'elle a joué un rôle de pionnier en octroyant à nouveau des intérêts avant même d'autres banques. Tu n'es pas encore Yuhser? N'attends plus: www.yuh.ch (IF)

Demande à Roberto Cirillo!

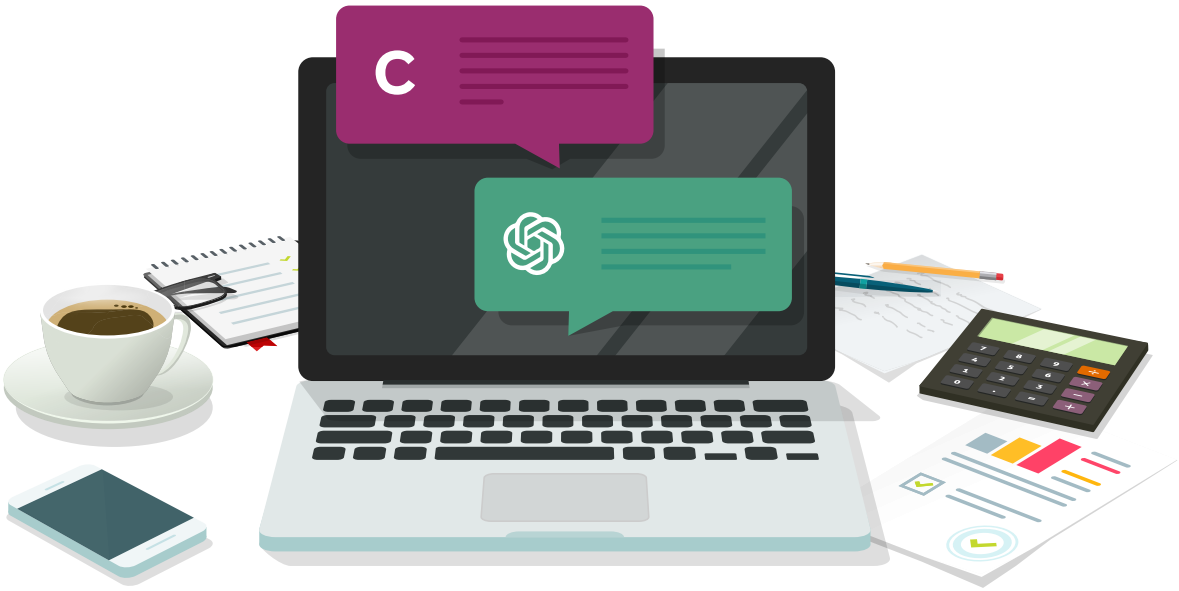
Tour de Poste

Tu veux savoir comment la Poste aborde son avenir et où elle en est dans la mise en œuvre de sa stratégie? Tu aimerais découvrir ce que fait la Poste pour économiser l'énergie et protéger le climat? Alors participe au Tour de Poste 2023! Ces séances de dialogue t'offrent l'opportunité de poser tes questions à notre directeur général en personne, Roberto Cirillo. Cette année, le Tour de Poste s'arrêtera dans les centres courrier et colis de six régions de Suisse et sera également retransmis en direct depuis EspacePost à Berne. Tous les membres du personnel sont invités.

Dates du Tour de Poste 2023

21 avril 2023	Cadenazzo (IT)
4 mai 2023	Härkingen (DE)
10 mai 2023	Pratteln (DE)
11 mai 2023	Zurich-Mülligen (DE)
21 juin 2023	Vétroz (FR)
22 juin 2023	Éclépens (FR)
28 juin 2023	EspacePost Berne (DE)
	Live stream, (DE, FR, IT, EN)

Pour obtenir davantage d'informations sur les événements et t'inscrire, scanne le code QR.



ChatGPT, quèsaco?

Tu as besoin d'un texte pour l'invitation à ton anniversaire, d'une recette avec ce qui reste dans ton frigo ou d'un conseil de série à regarder? Pas de problème, ChatGPT est là pour toi. La vigilance reste toutefois de mise pour les informations plus sensibles. En effet, qui sait où elles sont enregistrées.

Anecdote:
ChatGPT ne connaît pas bien la Poste. Il n'a pas su dire qui était la meilleure poste du monde. Presque vexant, non?

Mais revenons à nos moutons. À toi l'honneur: **ChatGPT, présente-toi!**

Bonjour à tous, je suis un programme informatique conçu pour comprendre et générer du langage naturel. Je suis capable de répondre à vos questions, vous faisant ainsi gagner du temps et des ressources. Cependant, je n'ai pas d'émotions ou de créativité humaine. Il est donc important de vérifier mes résultats avant de les utiliser dans un environnement productif. Je suis là pour vous aider et je suis impatient de travailler avec vous.*

* La présentation a été écrite par ChatGPT lui-même.

Texte: Carmen Fusco Illustration: iStock

Quelle opinion Lisa Weinzierl et Khalil Bawar d'I/T ont-ils de ChatGPT? Innovations, données et intelligence artificielle sont autant de concepts qui les passionnent. Et pourtant, ils ne partagent pas le même avis sur le nouveau bot.

Khalil: Salut Lisa! Tu as aussi déjà testé ChatGPT j'imagine. Tu ne trouves pas ça génial? Avec peu d'efforts, le programme exécute à notre place de nombreuses tâches administratives et répétitives. Il fournit aussi des premiers jets pour des travaux plus complexes. En ce qui me concerne, j'en suis convaincu: **avec ChatGPT, le principe des 80/20 passe à 90/10.**

Lisa: Salut Khalil. Je ne sais pas trop... Moi aussi je trouve ça cool, mais nous avons tous déjà commencé une phrase par «J'ai entendu dire que...». Non? C'est précisément ce que fait ChatGPT: il relaie des infos dont il a «entendu parler». Je pense donc qu'il faut **vérifier les réponses** et ne pas croire aveuglément l'intelligence artificielle. Autre point essentiel: **il ne faut pas copier les réponses sans les modifier**, afin d'éviter tout risque de violer des droits d'auteur.

Nous sommes ici en présence d'un **éternel étudiant assoiffé de connaissances**. Le système va devenir de plus en plus intelligent. Avec quelques feed-back et en peu de temps, le chatbot peut donner des réponses bluffantes, qui reposent sur les textes que tu auras fournis. De plus, les utilisatrices et les utilisateurs peuvent évaluer les réponses avec un pouce vers le haut ou vers le bas. Ainsi, lorsque plusieurs milliers de personnes indiquent qu'une réponse n'est pas correcte ou n'est plus d'actualité, la machine s'adapte.

Oui, mais attention! Le chatbot apprend à partir de données librement disponibles sur Internet, avec lesquelles il est alimenté. **Sa valeur se mesure donc à celle des données avec lesquelles il a été entraîné.**

"Allons un peu plus loin et vérifions les réponses."
Lisa Weinzierl

"Un million d'utilisateurs en seulement cinq jours. Une ambition, dont la Poste devrait s'inspirer."
Khalil Bawar

Peu importe que celles-ci soient obsolètes, incomplètes, inexactes voire discriminantes, il les restitue telles quelles. Par ailleurs, la version actuelle de ChatGPT repose sur des informations remontant au plus tôt à 2021.

C'est vrai. Mais il n'empêche que j'aurais adoré avoir ChatGPT pendant ma scolarité. **Apprendre n'a jamais été si simple.** À l'époque, si tu voulais comprendre une formule mathématique ou la théorie de la relativité mais que tu étais trop timide pour poser une salve de questions au prof, un assistant patient et polyglotte tel que ChatGPT aurait été le bienvenu. Qu'il s'agisse d'explications de niveau primaire, de jargon technique ou de poésie, ChatGPT te livre les infos au format que tu souhaites. De plus, il ne te critique pas et il n'est pas fatigué ou agacé lorsque tu poses une question pour la énième fois.

D'accord, tu as raison sur ce point. ChatGPT excelle dans l'art d'associer, de restituer et de résumer. **Mais raisonner? Non.** Par exemple, il résout sans problème des calculs simples, mais il est dépassé par les énigmes plus épineuses. **Le bon sens restera crucial comme jusqu'ici.**


Lisa Weinzierl


Khalil Bawar

Peux-tu tester ChatGPT sur ton ordinateur de la Poste?

Selon le contexte, l'utilisation d'un tel outil peut permettre d'accéder à des informations plus approfondies et contribuer de manière efficace à la formation ou à la réalisation de tâches. ChatGPT n'est toutefois pas introduit officiellement à la Poste. Veille donc à ne pas enfreindre de directives en matière de sécurité, de confidentialité ou de protection des données et à ne pas violer de droits d'auteur, tout en respectant les conditions d'utilisation du fournisseur. En cas de doute ou de question, contacte par e-mail **innovationenabling@poste.ch**.

Fais donc un essai!

DÉCOUVREZ LE SUNRISE BENEFIT PROGRAM



Sunrise

Scannez ce code QR
et inscrivez-vous.

Autrefois

(1970)



Une cuisine de taille

La Schönburg, le nouveau bâtiment de la Direction générale des PTT à Berne, a été inaugurée en 1970. Lors d'une journée portes ouvertes en automne, les personnes du voisinage ont pu visiter les locaux et notamment jeter un œil aux immenses marmites de la cuisine d'entreprise, comme le montre cette photo extraite de la Revue des PTT. La cuisine dans laquelle étaient préparés les repas pour le personnel de la Schönburg, était équipée selon les standards les plus modernes pour l'époque.

Texte: Susanna Stalder Photo: Archives des PTT

Impressum

Éditeur
La Poste Suisse SA
Communication, Wankdorfallee 4
3030 Berne
E-mail: redaction@poste.ch

Rédacteur en chef
Marcel Suter (MS)

Direction artistique/ conception visuelle
Dieter Röösli

Rédaction
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

Contribution
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

Traduction et relecture
Service linguistique de la Poste

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

Impression
CH Media Print AG, Aarau

Photo de couverture
Adrian Brand

Tirage
Édition en allemand: 53 300 ex.
Édition en français: 16 500 ex.
Édition en italien: 5200 ex.
Total: 75 000 ex.

Reproduction avec autorisation écrite de la rédaction uniquement.

Abonnements/changements d'adresse
Personnel actif:
PostWeb (Portail RH > Données personnelles), auprès des Services RH compétents (selon décompte de salaire) ou à l'adresse hrservices@poste.ch
Retraités:
Par courrier à: Caisse de pensions Poste, Viktoriastrasse 72, case postale, 3000 Berne 22
Autres abonnés:
E-mail: abo@poste.ch,
Tél.: 058 338 20 61

Adresses utiles
Conseil social, Centre de carrière:
058 341 40 40
santeetaffairessociales@poste.ch
Fonds du Personnel Poste:
fondsdupersonnel@poste.ch

imprimé en suisse



Inauguration du premier drapeau de la fanfare de la Poste de Berne en 1927.



Photo: màd

La fanfare de la Poste menacée de disparition

Autrefois, de grandes fanfares de la Poste donnaient le ton à Zurich, Bâle et Lausanne. De nos jours, seule subsiste la formation bernoise, mais celle-ci, en manque de relève et d'un local de répétition, réfléchit à une dissolution de l'association vieille de presque 120 ans.

Texte: Sandra Gurtner

La fanfare de la Poste de Berne existe depuis le 9 avril 1905. Son répertoire s'étend des marches traditionnelles aux réinterprétations pop. Malgré un grand savoir-faire et un esprit de camaraderie unique, il ne reste que peu de choses de la splendeur d'antan. «Le manque de relève est un énorme défi pour nous», explique Margret Aebersold, présidente de la fanfare de la Poste. En 1975, l'ancienne collaboratrice de la Poste était également la première femme à rejoindre la fanfare et, à l'époque, certains messieurs ne l'avaient acceptée qu'à contre-cœur. «À ce moment-là, ils pouvaient encore se le permettre. Aujourd'hui, nous sommes heureux de chaque nouvelle recrue», poursuit-elle.

Majorettes et hymne national

Dans les années quatre-vingt, plus de 60 musiciennes et musiciens vêtus d'élégants uniformes bleu gris jouaient encore à l'occasion des défilés, festivités ou manifestations. L'imposant corps de musique était même mené par sa propre troupe de majorettes, qui éblouissaient le public avec les figures acrobatiques de leurs bâtons. En 1995, la fanfare de la Poste a eu l'honneur d'interpréter l'hymne national au stade du Wankdorf, avant le match international entre la Suisse et l'Allemagne retransmis en direct à la télévision.

Aujourd'hui encore, la fanfare de la Poste continue d'enthousiasmer le public lors de ses différentes représentations. Son avenir n'en demeure pas moins menacé.



La fanfare de la Poste de Berne est en quête de relève. Elle recherche en particulier de toute urgence une batteuse ou un batteur. Les instruments à vent ont également besoin de renfort.

Tu aimerais rejoindre la fanfare de la Poste de Berne?
www.postmusikbern.ch

En effet, de moins en moins de jeunes s'y intéressent et sur les 500 membres passifs d'autrefois ne subsistent qu'environ 200 fidèles, mais ceux-ci sont d'autant plus passionnés. Les musiciennes et les musiciens de la fanfare de la Poste sont hautement motivés à transmettre leur savoir à une nouvelle génération. Outre le vieillissement des effectifs, un autre sujet préoccupe la présidente: «Le contrat de location de notre local de répétition expire en 2024. Nous devons donc non seulement trouver de nouveaux membres, mais aussi un nouveau local de répétition.» Ce printemps sera décisif pour l'avenir de la fanfare de la Poste de Berne.

Carré d'agneau de lait des Pyrénées



Jeûner présente de nombreux avantages. Certaines personnes en sont de véritables adeptes. J'en faisais moi-même partie, avant. Pour en revenir aux avantages: le gain de temps en est assurément un. On n'imagine même pas le temps que l'on passe à manger! Il se compte en heures, et ce chaque jour. Durant un jeûne, inutile de réfléchir à ce que l'on souhaite (ou devrait) manger pour démarrer la journée, d'acheter de la nourriture, de faire des listes de courses, de se mettre aux fourneaux, de pleurer en épluchant les oignons, de remuer la préparation dans la casserole, de faire la vaisselle ou de se rendre dans un restaurant et de régler l'addition.

Mais comme souvent, derrière ces prétendus avantages, se cachent des inconvénients. En effet, que fait-on de tout ce temps désormais libre? Je vous le donne en mille: on pense à la nourriture, car l'estomac vide et le ventre qui gargouille nous y ramènent sans cesse. On se réjouit à l'idée d'avoir à nouveau quelque chose de solide à se mettre sous la dent après le jeûne. À l'époque où je jeûnais, je profitais de ma pause de midi pour me promener en ville et foncer tout droit à la librairie, au rayon des livres de recettes. J'y passais un moment à feuilleter les ouvrages de référence culinaires, à admirer les magnifiques photos de plats plus généreux et appétissants les uns que les autres: le «goulasch à la viennoise» me subjuguait, les «pois chiches au boudin noir» avaient l'air délicieux et la «joue de bœuf braisée en croûte dorée» m'évoquait une forme de paradis. J'en avais l'eau à la bouche, au point de devoir prêter attention à ne pas baver sur les livres.

Le soir, alors que les librairies étaient fermées depuis belle lurette, je parcourais les cartes de (très) bons restaurants sur Internet. J'étudiais les copieux menus jusque tard dans la nuit. Les plats s'intitulaient «sépiole, bouillon miso et lonzu, raifort et avocat», ou encore «carré d'agneau de lait des Pyrénées aux épices, servi avec des haricots coco». Cette poésie flattait autant mes oreilles que mes papilles. Je ne pouvais pas imaginer de plus beau poème que cette liste de mets. Sur ce, j'avalais une infusion pour me détendre, même si les effets ne duraient pas longtemps.

"On n'imagine même pas le temps que l'on passe à manger!"



Max Küng (54 ans) est chroniqueur et écrivain. Il vit à Zurich.

Illustration: Romy Blümel

PostFestival

19. & 20.8.23 | Zofingen

Le premier PostFestival aura lieu les 19 et 20 août 2023 à Zofingue. Réserve l'une de ces deux dates pour toi et ton équipe!

De grands noms de la scène musicale suisse et internationale, une multitude de stands de nourriture et de nombreuses surprises sont au programme.

SAVE THE DATE!

Avec toi, nous faisons vibrer la Poste.

Peins l'avenir en jaune.

pro clima
poste.ch/climat
Envoi

P.P.
3030 Berne
Poste CH SA

En Une

Apprécier les choses simples



Quand Gordana fait sa tournée, tout le monde la salue, même des inconnus. «La figure de la postière ou du postier reste une véritable institution dans les villages.»

Quand la voie que tu empruntes est profondément tienne, toutes les portes s'ouvrent», affirme Gordana Josic. Et la voie qui l'a menée à la Poste est pour le moins peu commune. D'abord couturière, styliste, puis vendeuse, la Tessinoise d'origine serbo-croate s'est retrouvée sans emploi au début de la pandémie. Elle s'est éprise de son nouveau travail de factrice dans la zone de Lumino (TI) et de Monticello (GR). Lorsque Gordana parle de son travail, son enthousiasme est palpable. Un travail qui requiert à la fois de la force physique et une mémoire d'éléphant: «Lors de mon premier jour de travail, je suis tombée des nues. J'étais loin d'imaginer la complexité des tâches d'une factrice et la quantité d'informations à retenir! Tournée, noms et prénoms, et même prénoms des enfants qui habitent à une adresse! De plus, il faut être rapide, respecter les horaires et ne jamais oublier de veiller à la sécurité.»

À 39 ans, la factrice de Camorino est heureuse de retrouver son équipe de distribution tous les jours, et ce malgré les réveils très matinaux (à 4h00). «La bonne humeur règne dans notre équipe. Nous aimons tous rire, plaisanter et chanter à tue-tête. Je me suis tout de suite sentie à ma place ici durant ma période d'essai.» Se lever à l'aube, c'est aussi avoir les après-midi de libre. La factrice peut ainsi en profiter pour se rendre au fitness ou visiter des expositions. «J'ai beaucoup de temps pour m'occuper de moi. C'est un véritable luxe à l'heure actuelle!»

Mais il y a une chose que Gordana aime par-dessus tout pendant sa tournée de distribution: assister aux magnifiques levers de soleil aux couleurs pastel ou rougeoyantes. Elle entend d'ailleurs bien en faire un jour un livre qu'elle intitulerait «Les petits bonheurs dans la vie d'une factrice». «Ce sont les choses simples qui me rendent heureuse, comme par exemple admirer une œuvre d'art, apprécier la beauté de la nature qui nous entoure ou la délicatesse d'un vieil homme qui me tend une mandarine pour me remercier.»

Apprends-en plus sur Gordana Josic! Dans la série «Humans of Swiss Post», nous racontons le parcours de collaboratrices et de collaborateurs.

Texte: Claudia Iraoui Photo: Adrian Brand