

LES APARTÉS

Savoir

On n'a jamais fini
d'apprendre

1/2025

LES APARTÉS

NOTRE POINT DE VUE

Une approche globale

8



PORTRAIT

Janine Umiker

4

FAITS & CHIFFRES

À l'époque, je pensais...

12

MARKETING DE L'EMPLOYEUR

World Café

14

CHANGEMENT DE PERSPECTIVE

Un compagnon pour la vie

18

FORMATION

Le courage du changement

24

COLLABORATEURS

Retraites, Jubilés, Chronique

28

PHOTO DE COUVERTURE

Explorer sans cesse de nouvelles choses et élargir ainsi ses connaissances.



Je sais...

« J'ai donc étudié, hélas! la philosophie, le droit, la médecine, et, hélas! la théologie, avec ardeur et peine; et voici que je suis, pauvre fou, aussi sage qu'auparavant. »¹

Nous sommes une société de la connaissance. Le savoir individuel et collectif sert de base à l'organisation de la vie en commun. En effet, le savoir a énormément augmenté dans notre pays et dans le monde entier, et il continue de croître. Mais en même temps, il me semble que la possibilité de savoir quelque chose est de plus en plus remplacée par l'affirmation et l'insistance sur les opinions: « Mon opinion est faite! Ne m'embrouillez pas avec des faits. »

Les sources d'information sont si nombreuses. Il est bon de vérifier leur sérieux et leur fiabilité. Ces sources vont des informations établies et fiables aux théories du complot, des messages basés sur des faits aux pamphlets démagogiques, et tout se retrouve sans filtre sur le web et dans les médias imprimés avec le sceau « C'est comme ça! ». Il est donc d'autant plus important de toujours se demander ce qu'il en est de la crédibilité des déclarations, de la fidélité aux faits des contenus.

Or même avec des sources solides, nos connaissances sont fragmentaires et le resteront de notre vivant. On pourrait donc se tourner vers la magie, comme le fait Heinrich Faust dans l'œuvre qui fera date de Goethe: « Il ne me reste désormais qu'à me jeter dans la magie. ... si enfin je pouvais connaître tout ce que le monde cache en lui-même... »² Cela exprime le regard divisé sur le monde auquel nous sommes attachés. Nous appelons « connaissance » les éléments toujours limités avec lesquels nous essayons d'expliquer le visible. Ces éléments doivent être vérifiables, et nous devons nous donner la peine de les vérifier. Celui qui se base sur l'imagination ou l'idéologie affirmera par exemple encore aujourd'hui que la Terre est un disque.

La question de savoir « tout ce que le monde cache en lui-même » est cependant pour moi une question de connaissance. Le savoir dans le sens des éléments mentionnés ci-dessus, ce n'est pas cela. Il va dans le sens de la foi: « Je crois pour comprendre. »³ La foi est quelque chose de très personnel, et je veux laisser à chacun sa foi ressentie. Si j'accepte que mes connaissances sont incomplètes, je ne peux pas non plus prétendre que le peu de connaissances que j'ai est universel. Je ne devrais pas croire savoir ce que je ne peux pas savoir: « Je sais que je ne sais pas! »⁴

¹ J. W. von Goethe (1749-1832), Faust I, scène 1 « Nuit », traduit par Gérard de Nerval.

² J. W. von Goethe (1749-1832), Faust I, scène 1 « Nuit », traduit par Gérard de Nerval.

³ Anselme de Cantorbéry (1033-1109), Proslogion: ... credo ut intelligam.

⁴ Socrate (469-399 av. J.-C.), Οἶδα οὐκ εἰδώς (abrégé).



JANINE

PORTRAIT

« J'ai toujours eu
une grande soif de
connaissances »

Les Apartés 1/2025

5

Photographie BEAT REMUND

Texte TAMARA ULRICH

En tant que gestionnaire de produits de la division Communication, Janine Umiker est responsable des produits et prestations numériques chez Stämpfli.

En plus de son travail à temps plein, elle enseigne le module Technique de présentation et conduite d'entretiens à l'Institut suisse d'économie d'entreprise (SIB) à Berne. Elle nous explique son parcours, sa manière de concilier ces deux rôles différents et la valeur ajoutée qu'elle en retire.

De la pharmacie à l'entreprise de communication

Récemment, Janine a terminé sa formation continue de marketing manager ES. Ce domaine l'a toujours intéressée, mais à l'origine, elle vient d'un tout autre secteur : elle a d'abord effectué un apprentissage d'assistante en pharmacie, mais n'a jamais vraiment exercé ce métier. En revanche, elle a travaillé pendant dix ans pour une entreprise qui propose des solutions de systèmes pour les pharmacies et les drogeries. C'est ainsi qu'elle a découvert le domaine du marketing et de la communication. Les bonnes personnes qui l'ont coachée ont été essentielles. Et sa curiosité : « J'ai toujours eu une grande soif de connaissances », dit-elle. Janine est surtout fascinée par la diversité qu'offre le secteur du marketing. On peut sortir du cadre protégé, tester des choses et faire preuve de créativité. Les possibilités d'entrer en contact avec les gens sont plus variées que dans une pharmacie, même si la communication avec la clientèle y joue aussi un rôle important.

Après dix ans dans la même entreprise, elle a délibérément choisi un nouveau secteur en travaillant chez Stämpfli. Elle s'est jetée à l'eau, beaucoup de choses étaient nouvelles.

Mais un regard extérieur peut aussi avoir des avantages. On est plus impartial et on perçoit des aspects que l'on ne remarque peut-être plus après des années dans le même domaine. Parallèlement à son travail chez Stämpfli, Janine a suivi une formation continue de marketing manager.

Enseigner : son rêve d'enfant

Dans son ancien poste au sein de l'entreprise de solutions de systèmes pharmaceutiques, Janine s'occupait du support des applications, animait des ateliers et dirigeait des formations à la clientèle lors des changements d'ERP. C'est là qu'elle a découvert son plaisir d'enseigner. Enfant déjà, elle souhaitait devenir enseignante, raconte-t-elle. C'est pourquoi elle voulait continuer à enseigner après son entrée chez Stämpfli. Lors de la remise des diplômes de sa formation continue de marketing manager, Janine a demandé des conseils à la directrice de l'école sur la manière de réaliser cet objectif. Celle-ci lui a conseillé de soumettre son dossier à l'école. Quelques mois plus tard, elle reçut une offre inattendue et alléchante : on lui proposait d'enseigner dès le semestre suivant le module « Techniques de présentation et conduite d'entretiens » aux futurs diplômés en gestion d'entreprise ES.



West Mitten Butte, Monument Valley, Arizona – Voyage aux États-Unis en 2014

Il semblait presque trop facile à Janine de voir son souhait se réaliser aussi rapidement. Elle a saisi cette chance unique et a accepté l'offre. Il lui restait deux mois et demi de préparation avant le début du semestre. Elle a vite réalisé qu'elle avait pris la bonne décision.

L'enseignement procure beaucoup de plaisir à Janine et s'accorde bien avec son emploi à plein temps chez Stämpfli. Pendant un semestre, elle enseigne deux journées complètes et quatre demi-journées au total, les lundis et samedis. L'activité d'enseignement a tout au plus une influence inconsciente sur son travail chez Stämpfli. Il est certain que le changement de perspective apporte un regard neuf. L'expérience de se tenir devant une classe et de transmettre un savoir lui offre également la possibilité de réfléchir à sa propre communication. Inversement, le travail quotidien l'aide aussi à concevoir des cours adaptés aux destinataires et proches de la pratique.

Ce que l'avenir lui réserve

Lorsqu'on lui demande si elle a un objectif ou un souhait privé ou professionnel qu'elle veut absolument réaliser un jour, Janine répond : « J'en ai beaucoup, et pourtant rien de concret. Pour moi, les choses ont beaucoup évolué ces derniers temps. J'ai pu terminer ma formation et osé franchir une nouvelle étape en enseignant. Je suis donc très épanouie en ce moment et je veux d'abord m'établir dans mes nouvelles fonctions avant de m'attaquer à mes prochains objectifs. »

L'ÉQUILIBRE DE VIE DE JANINE

VOYAGES Janine aime bouger. Que ce soit lors de longs voyages ou d'excursions le week-end. Changer régulièrement de décor est important pour elle pour remettre ses idées en place et aborder les choses avec un regard neuf.

CULTURE Même lorsqu'elle ne voyage pas, Janine aime se déplacer. Ce qu'elle préfère, c'est assister à des concerts ou aller au cinéma. Elle apprécie particulièrement de pouvoir se changer les idées et se plonger dans l'instant présent.

Une approche globale



8

Développement du personnel et orientation stratégique des RH chez Stämpfli



Dans le monde du travail actuel, en constante évolution, la formation initiale et continue est un facteur de réussite important. Sans cela, il devient difficile de suivre les progrès technologiques et sociaux, ainsi que les nouvelles exigences du marché. C'est pourquoi, chez Stämpfli, nous nous demandons comment nous pouvons enthousiasmer nos collaboratrices et collaborateurs, les fidéliser à long terme et garantir ainsi notre succès commercial.

Le groupe Stämpfli se caractérise par une culture d'entreprise qui est vécue activement à tous les niveaux. Un aspect de cette culture est la collaboration d'égal à égal, qui s'applique bien entendu aussi entre l'entreprise et ses collaborateurs. Le contrat de travail fixe et règle cette relation de partenariat dont les deux parties profitent durablement. La formation initiale et continue, importante pour l'entreprise et le personnel, en fait aussi partie. Pour les collaborateurs, l'apprentissage tout au long de la vie ne signifie pas seulement une plus grande mobilité professionnelle et l'évolution de leur carrière, mais aussi une plus grande satisfaction et une meilleure expérience de travail. Cette dernière, également appelée *Employee Experience*, décrit les expériences que les collaborateurs font pendant toute la durée de leur engagement chez Stämpfli. Quant à nous, en tant qu'entreprise, nous bénéficions de professionnels qualifiés qui sont prêts à relever les défis de l'avenir. Notre investissement dans la formation continue s'inscrit donc dans une stratégie d'entreprise orientée vers l'avenir.

La formation professionnelle initiale et continue, parties intégrantes de la politique du personnel

Chez Stämpfli, la formation professionnelle initiale, la formation continue et le développement personnel font partie intégrante de la politique du personnel. En encourageant de manière ciblée les compétences professionnelles, méthodologiques et sociales, nous nous assurons que les collaborateurs sont en mesure de répondre aux exigences changeantes du marché. Outre les formations individuelles, cela comprend également des formations internes sur les produits et les systèmes. Nous suivons de près les offres de formation et garantissons ainsi

une formation continue adaptée aux besoins. De plus, nous veillons à notre propre relève avec une vingtaine de places d'apprentissage dans différents secteurs. L'un de nos objectifs déclarés est de permettre aux personnes ayant terminé leur formation de mettre à profit leurs connaissances chez Stämpfli.

Lorsqu'il s'agit de financer des formations continues, notre principe est clair : ce qui est déterminant, c'est de savoir si l'entreprise a un intérêt direct ou conditionnel à une formation continue souhaitée par un collaborateur ou si cette dernière sert avant tout à son développement personnel. Selon le degré d'intérêt, Stämpfli prend en charge tout ou partie des coûts. Actuellement, nous soutenons une vingtaine de collaborateurs en leur accordant du temps et de l'argent pour des formations continues externes individuelles.

Orientation stratégique des RH et pérennisation du savoir

Dans le cadre de l'orientation stratégique RH, un concept global de formation initiale et continue sera défini l'année prochaine. Pour l'instant, cette approche n'est pas encore structurée, mais les jalons sont posés. Grâce à des catalogues de formation internes, un suivi régulier et des mesures de développement du personnel ciblées, il s'agira non seulement de renforcer les compétences professionnelles des collaborateurs, mais aussi d'améliorer leur expérience. Des plans de développement individuels seront notamment élaborés à l'avenir. En outre, il est prévu d'accompagner activement le changement de génération, de garantir la pérennisation du savoir précieux et de promouvoir l'employabilité à long terme des collaborateurs.

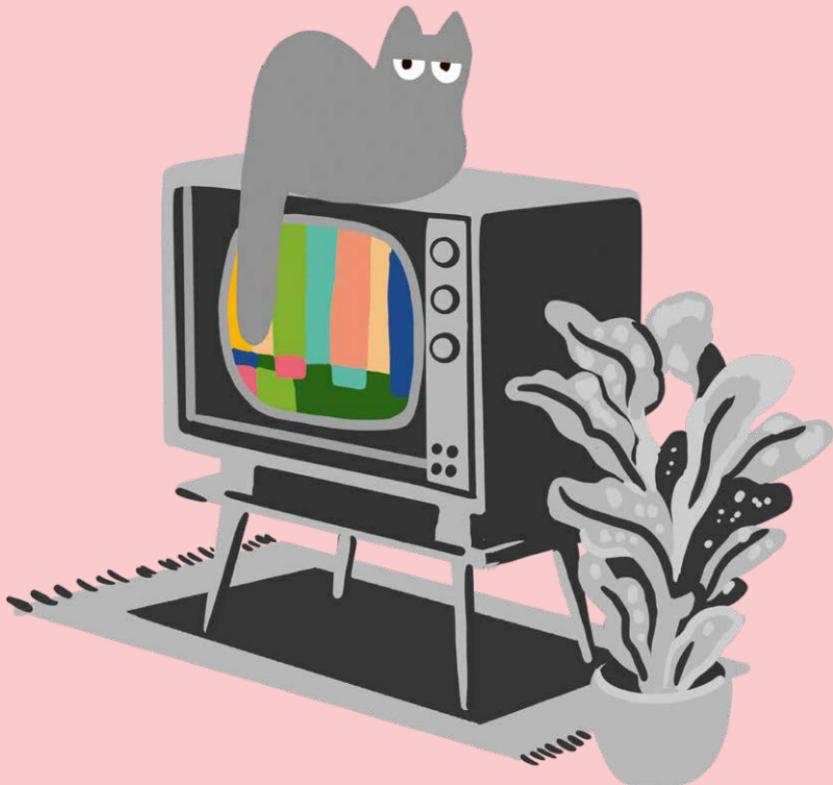
Le développement structuré du personnel profite aux deux parties

En investissant, en tant qu'entreprise, dans la formation professionnelle et personnelle continue grâce à un développement structuré du personnel, nous renforçons non seulement le développement individuel des collaborateurs, mais aussi la compétitivité et la sécurité future de toute l'entreprise. En même temps, nous luttons contre la pénurie de main-d'œuvre qualifiée à l'interne et promouvons la qualité et la force d'innovation. Notre approche s'inscrit dans une stratégie innovante garantie d'un succès à long terme – en collaboration avec notre personnel.

Nous voulons permettre aux personnes ayant terminé leur formation de mettre à profit leurs connaissances chez Stämpfli.

À l'époque, je pensais...

Pour les enfants, le monde est plein de merveilles – et plein d'erreurs. Ainsi, autrefois, nous croyions peut-être à la petite souris ou craignions que le chewing-gum reste sept ans dans l'estomac. Des collaborateurs de Stämpfli racontent quels mythes de l'enfance ils ont (trop) longtemps tenus pour vrais.



NOIR ET BLANC «Enfants, nous pensions tous deux que les photographies et les films en noir et blanc des générations précédentes correspondaient à la réalité. Nous étions bien sûr heureux de ne plus vivre dans un monde en noir et blanc.»

Nathalie Blum, conceptrice typographique, et Bruno Schaub, responsable du secteur d'activité Individualisation, Stämpfli Communication



GASTRONOMIE «Les *Fleischvögel*, l'équivalent suisse des roulades de bœuf allemandes, sont certainement connus de beaucoup de gens. Enfant, je croyais qu'il s'agissait en fait de petits oiseaux que l'on liait en un paquet et que l'on faisait ensuite cuire à l'étouffée.»

Oliver Glauser, chef nextgen, Stämpfli Communication



QUESTION DE GENRE «Avant, je pensais que tous les chats étaient des femelles et tous les chiens des mâles.»

Natascha Aust, service clientèle shop Stämpfli, Éditions Stämpfli



REMettre l'église au milieu du village «Enfant, j'étais toujours très impressionnée par le nombre de personnes qui faisaient le long trajet jusqu'à Bethléem juste pour faire leurs courses. Ce n'est que lorsque mon rayon de déplacement s'est agrandi et que j'ai appris à mieux connaître l'agglomération de Berne que cette distance a été relativisée. Mais j'ai pris conscience relativement tard qu'il y avait aussi Berne-Bethlehem à côté de la Bethléem enseignée à l'école.»

Melanie Schweizer, cheffe d'équipe Image et photographie, Stämpfli Communication

Ro Man

Qui est Roman en fait? «Quand j'étais petit, je croyais que les romans étaient écrits par un homme appelé Roman. Après tout, ce nom supposé figure souvent sur la couverture. Ce n'est que plus tard que j'ai compris que cela signifiait le genre.»

Andri Stalder, assistant de projet, Stämpfli Communication

Plus de mythes
sur l'enfance en
vidéo



World Café

Acquérir des connaissances,
échanger des idées

Aux Éditions Stämpfli, nous misons sur l'approche participative du World Café pour échanger et recueillir des idées et des perspectives sur des thèmes choisis. Dans une atmosphère ouverte, créative et productive, semblable à celle d'un café, nous discutons en petits groupes à différentes tables de questions complexes ou développons de nouvelles idées. L'objectif est d'encourager les contributions individuelles, d'associer des opinions différentes et d'intégrer des connaissances issues de différents domaines. Cela permet de stimuler l'intelligence individuelle et collective du groupe.

14



VOIX DU *World Café*



Elena Strate

Responsable presse,
sponsoring & événements
Éditions Stämpfli

« Que ce soit en tant qu'organisatrice, animatrice ou participante, les World Cafés m'ont montré à quel point cette méthode sur l'art d'accueillir est précieuse pour l'échange ouvert d'idées. Ils créent un cadre structuré, néanmoins libre, pour des discussions inspirantes. Je garde un souvenir particulier du World Café avec les étudiants de l'Université de Zurich, qui nous a fourni de précieux aperçus pour l'analyse du groupe cible de l'une de nos personas. »



Yannick Rothenbühler

Service clientèle shop Stämpfli
Éditions Stämpfli

« Le World Café a été une occasion intéressante d'avoir un aperçu des processus tels que l'acquisition de nouveaux auteurs et l'amélioration de leurs expériences avec la maison d'édition. L'atmosphère de discussion ouverte a favorisé les échanges intersectoriels, même si les questions n'ont pas surgi immédiatement. »

Une question centrale...

Chaque World Café commence par une question clé actuelle qui préoccupe l'entreprise. Cette question doit être approfondie grâce aux expériences, aux connaissances et aux opinions d'un groupe sélectionné. Le groupe peut être composé de personnes internes, externes ou mixtes. Les thèmes vont des questions d'innovation et de stratégie à la promotion de la formation et du savoir. Aux Éditions Stämpfli, nous avons par exemple déjà déterminé les besoins des clients avec un groupe d'étudiants et ainsi affiné notre orientation ou travaillé à l'optimisation de processus internes avec différentes équipes. Au début du World Café, la question clé, le déroulement et l'objectif sont expliqués afin de mettre tous les participants dans l'ambiance des discussions de groupe.

... différents aspects partiels...

Des sous-questions relatives à la question clé sont élaborées pour les discussions de groupe. Leur sélection et leur formulation sont déterminantes pour le succès du World Café. Les questions doivent susciter l'intérêt, être formulées de manière claire et ouverte et, surtout, favoriser un dialogue vivant. Elles doivent inciter les participants à réfléchir et les inviter à partager et à développer leurs idées. Aux Éditions Stämpfli, nous adaptons les sous-questions en fonction de la question clé. Lors de l'enquête sur les besoins des clients, elles étaient plus étroitement liées et mettaient en lumière différentes perspectives telles que l'utilisation numérique et analogique. En revanche, lors d'un brainstorming créatif sur les processus internes, les questions sont plus libres et indépendantes les unes des autres.

... des tables de discussion changeantes

Après les mots d'introduction, de petits groupes (environ cinq personnes) se réunissent à différentes tables de discussion. Il y a une table par sous-question et une personne qui anime la discussion, introduit le sujet si nécessaire et active la discussion et l'échange d'idées. Les participants discutent, notent leurs pensées et peuvent, par leurs contributions, faire évoluer la question centrale. Aux Éditions Stämpfli, nous misons sur une atmosphère créative et informelle : les tableaux



Dorothee Schneider

Directrice de la maison
d'édition
Éditions Stämpfli

« Nous travaillons depuis environ un an avec le format du World Café au sein de la maison d'édition. Je l'avais moi-même expérimenté lors d'un congrès externe et j'ai tout de suite été convaincue par ce type de communication interactive. Nous utilisons volontiers le World Café en interne pour pouvoir traiter rapidement et simultanément plusieurs thèmes, mais nous l'avons aussi appliqué avec des étudiants d'une université. D'après mon expérience, le seuil d'inhibition est nettement plus bas que lors de discussions en séance plénière : les gens prennent plus rapidement la parole, se répondent aussi mutuellement, apportent des compléments ou approfondissent des questions. À recommander vivement ! »

blancs, post-it et nappes en papier permettent de noter rapidement les idées. À certaines tables, des collations et des boissons contribuent à une ambiance détendue et favorisent les échanges créatifs.

Après 10 à 20 minutes, les participants changent de table. Au début, ils reçoivent un papier avec des numéros de table attribués au hasard, qu'ils suivent à chaque changement. Cela permet d'assurer la formation de nouvelles constellations de groupes variées. À chaque nouveau tour, les animateurs peuvent intégrer des inputs d'autres groupes, permettant ainsi aux participants de développer les idées des groupes précédents.

La conclusion

Lorsque tous les participants se sont assis à toutes les tables, le World Café prend fin. Les animateurs résument les nouvelles idées, les conclusions les plus importantes, les découvertes surprises et les présentent à l'assemblée. Aux Éditions Stämpfli, cela se fait souvent sous la forme de courts exposés ou d'un *gallery walk* le long des tables de discussion.

La dynamique créée lors de l'atelier doit maintenant être transposée dans la vie quotidienne. Il s'agit de clarifier les responsabilités, d'évaluer les idées et de planifier leur mise en œuvre. Cette tâche ne devrait pas incomber uniquement à la direction. Les personnes se sentent plus engagées et motivées dans les processus de changement lorsqu'elles sont impliquées dans la prise de décision et font partie du développement. Il est donc crucial de poursuivre et d'exploiter la coresponsabilité qui est née lors du World Café en continuant d'impliquer continuellement les participants. Le World Café sera ainsi un véritable succès, non seulement pour l'entreprise, mais aussi pour les participants.



18

Un compagnon pour la vie

Le livre de cuisine culte
Croqu'menus fait des petits

Les Apartés 1/2025

Cuisiner et manger sont des éléments essentiels de notre quotidien. C'est pourquoi ce thème est également abordé à l'école. Or, on constate que les jeunes ont de moins en moins de connaissances à ce sujet. Schulverlag plus AG souhaite changer cela à l'automne 2025 avec le *Kleiner Tiptopf* (en allemand). Il doit permettre aux enfants à partir de 4 ans de faire leurs premiers pas en cuisine de manière autonome.

Coup d'œil dans une cuisine d'école quelconque, quelque part en Suisse : une douzaine de jeunes se tiennent à leur plan de travail et se penchent, plus ou moins concentrés, sur différents aliments qu'ils doivent transformer en un plat. Des herbes aromatiques apparaissent dans la recette : basilic, romarin, thym. « Je ne sais pas ce que c'est », dit l'un des adolescents à sa voisine. Celle-ci regarde les branches vertes et se contente de hausser les épaules.

Ce n'est là qu'un petit exemple de la manière dont les connaissances autour du grand thème de l'alimentation s'amenuisent lentement mais sûrement. Les enseignants en économie familiale le constatent : lorsque les jeunes du secondaire font leurs premiers pas dans la cuisine de l'école, ils n'ont souvent aucune idée de ce qui arrive à un aliment lorsqu'il est chauffé, rôti, cuit ou congelé. Il ne s'agit en aucun cas d'un reproche. Cela s'explique par une société dans laquelle on trouve de moins en moins le temps de préparer des repas pour soi et pour les autres au quotidien et encore moins de s'asseoir pendant des heures pour les savourer. À cela s'ajoute la diversité des plats prêts à l'emploi dans les supermarchés ou les restaurants. Tout est disponible au coin de la rue. Même si l'on a envie de quelque chose de spécial, on le trouve sans trop d'efforts.



L'œuvre de générations

Lorsque nous pensons à nos années d'école, nous avons presque tous des histoires amusantes à raconter sur les cours de cuisine: des souvenirs de petites mésaventures, un thé trop sucré, des pâtes salées ou de petits gâteaux déformés. Au cours des 40 dernières années, beaucoup d'entre nous n'ont pas fait leurs premières expériences en cuisine à la maison, mais à l'école, avec le livre de cuisine culte *Croqu'menus*. Publié pour la première fois en 1986, ce livre a été le premier outil pédagogique à faire son entrée dans toutes les cuisines scolaires de Suisse. Depuis, il a permis à des générations de jeunes d'apprendre les bases de l'alimentation et de nombreuses recettes de base.

Croqu'menus accompagne les gens tout au long de leur vie, même après l'école: dans leur première colocation, dans leur premier appartement, en cuisinant avec leurs enfants et petits-enfants. Aujourd'hui encore, on le trouve dans la plupart des foyers. Il veille à perpétuer les connaissances en matière d'alimentation, de denrées alimentaires, de régionalité, de saisonnalité et de durabilité.

Mais pourquoi faudrait-il attendre l'âge de 13 ou 14 ans pour entrer en contact avec ce domaine passionnant? Est-ce uniquement le rôle de l'école de consolider ces connaissances afin qu'elles ne se perdent pas complètement? Ou ne pourrait-on pas commencer bien plus tôt et essayer d'ouvrir la voie de la cuisine aux jeunes enfants de manière ludique?

Une œuvre pour les nouvelles générations?

Schulverlag plus AG pense qu'il vaut la peine d'essayer. Il n'est pas certain que les enfants mangent vraiment des choux de Bruxelles s'ils les ont préparés eux-mêmes. Mais les chances qu'un enfant goûte à un nouvel aliment qu'il a préalablement épluché, découpé et/ou cuisiné lui-même sont certainement beaucoup plus grandes. Et c'est déjà une bonne perspective.

Lorsque des personnes expérimentent la cuisine avec succès dès l'enfance, c'est un pas important vers plus d'autonomie, ce qui leur sera très utile au plus tard lorsqu'elles tiendront leur premier ménage. C'est pourquoi notre objectif principal est



MARGAUX SCHÄRER Margaux Schärer a grandi dans la cuisine: son père était aubergiste et le restaurant était sa deuxième maison. Enfant, elle a passé de nombreuses heures à observer et à aider l'équipe en cuisine et au service. Son désir de cuisiner elle-même a été éveillé très tôt. Elle est convaincue que la nourriture ne doit pas être un but en soi, mais qu'elle doit avant tout être source de plaisir et de convivialité.

Les Apartés 1/2025



ANNIC BERSET a enseigné l'économie familiale pendant plus de dix ans et a participé à la révision *Croqu'menus* en tant que cheffe de projet en 2020. Elle a hérité du plaisir de cuisiner de sa mère italienne et de ses grands-parents. Elle se souvient volontiers des dimanches où le repas de midi pouvait durer trois heures, ou de la tresse qui arrivait chaque semaine sur la table du petit-déjeuner.

Les jeunes enfants sont déjà capables de réaliser de nombreuses recettes de cuisine, pour autant que les instructions soient adaptées à leur âge.

d'encourager le sentiment d'auto-efficacité des enfants. Nous sommes convaincus que la confrontation consciente et précoce avec les thèmes de l'alimentation et de la cuisine aide chacun à prendre des décisions, leur facilite la vie et exerce ainsi un effet positif sur le bien-être général.

Les enfants apprennent en jouant

Les enfants sont curieux – ils veulent apprendre et jouer. Lorsque ces composantes sont associées, l'apprentissage durable et spontané est programmé d'avance. C'est pourquoi l'équipe de *Croqu'menus* s'est fixé l'objectif, début 2024, de concevoir avec le *Kleiner Tiptopf* un livre de cuisine pour les enfants dès 4 ans. L'objectif est ambitieux, mais réalisable, comme le montrent les tests.

La répartition en trois niveaux de difficulté doit permettre à tous les enfants de réaliser les recettes du livre, même s'ils ne savent pas encore lire. Dans ce but, la forme de présentation, le temps de préparation, la complexité et l'utilisation des différents ustensiles de cuisine varient – des pures illustrations aux textes et des plats froids aux plats préparés sur la cuisinière ou au four.

À l'instar de l'original, le *Kleiner Tiptopf* vise à transmettre des connaissances de base. Les thèmes tels que la saisonnalité, le gaspillage alimentaire, l'alimentation équilibrée ou la préparation/la découpe sont simplifiés afin de les rendre accessibles aux enfants. Des pages laboratoire de cuisine permettent de s'amuser avec l'amidon, l'acide, la levure et d'autres substances. Par l'expérience, les enfants découvrent notamment de près pourquoi une pâte lève au four lorsqu'on y ajoute de la levure.



Petit, mais grand

Trois tests ont eu lieu en novembre 2024 : le prototype, et donc l'ensemble du concept, a été mis à l'épreuve avec les élèves de cinquième et de sixième, ainsi qu'avec dix enfants et leurs accompagnants. Il s'est rapidement avéré que les jeunes enfants sont déjà capables de réaliser de nombreuses recettes de cuisine, pour autant que les instructions soient adaptées à leur âge.

Lorsqu'une petite fille de 4 ans a reconnu dans l'illustration les aliments nécessaires et compté le nombre de tomates cerises, nous avons tout de suite remarqué que les détails étaient importants. Avec une facilité déconcertante, elle embrochait les aliments dans le bon ordre sur les brochettes en bois, tout en jetant régulièrement un coup d'œil à l'illustration. À côté d'elle, un garçon de 6 ans n'a pas hésité à casser des œufs au-dessus d'un bol et à confectionner une pâte à muffins aux framboises. Il ne jetait qu'un bref regard interrogateur à sa mère lorsqu'il s'agissait de lire une lettre ou un chiffre dans la recette.

Au terme de l'expérience, les enfants étaient très fiers d'avoir réalisé quelque chose eux-mêmes – et, durant ces quelques heures, les adultes accompagnants ont également pu constater que les enfants étaient beaucoup plus autonomes qu'ils ne le pensaient dans certains domaines.



Le courage du changement

24



DE MÉCANICIEN SUR MACHINES À CHEF
DE PROJET À LA POLICE CANTONALE

Texte NOEMI LINDER



Les carrières professionnelles se déroulent rarement en ligne droite – elles sont souvent marquées par des changements, de nouveaux intérêts et des décisions courageuses. Frank Nyffenegger montre de manière impressionnante à quel point un parcours professionnel peut être varié. Sa carrière a commencé de manière classique par une formation de mécanicien sur machines, mais il a rapidement été attiré par le secteur informatique. Après 15 ans en tant que responsable informatique, il a pris un virage surprenant en allant travailler dans les services de secours. Aujourd’hui, il met à profit toute l’expérience acquise au fil des ans en tant que chef de projet à la Police cantonale bernoise. Dans cet entretien, Frank nous explique comment il a réussi à se réinventer sans cesse, les défis qu’il a relevés dans les différents domaines professionnels et ce qui le motive en fin de compte. Un entretien sur le changement, le courage et la signification de la carrière.



Ton premier poste était un apprentissage de mécanicien sur machines. Pourquoi as-tu choisi cette formation ?

Je n'ai pas pris cette décision moi-même. Mon beau-frère y travaillait et mes parents pensaient que c'était une bonne base. En fait, je voulais devenir monteur en télécommunications et en appareils, mais il en a été autrement.

Est-ce pour cette raison que tu n'as pas continué à travailler dans ce métier après ton apprentissage ?

Oui, l'intérêt n'était tout simplement pas là. Durant mon apprentissage, j'ai compris au bout d'un mois que je voulais faire autre chose. C'est pourquoi je n'ai pas du tout travaillé dans ce métier par la suite.

Qu'est-ce qui t'a inspiré à faire le grand saut dans le monde de l'informatique ?
C'était à la fin des années 1980, lorsque les caisses mécaniques ont été remplacées par des caisses informatiques. J'ai pu mettre à profit mon bagage technique et j'ai rapidement compris le potentiel de l'informatique. Après une formation de support

parcours éclectique m'aide à penser de manière flexible et à trouver des solutions.

Maintenant, quelques questions plus générales : comment ta vision de la carrière a-t-elle évolué au fil des années ?

Avant, je voulais gravir les échelons rapidement. Avec le temps, j'ai réalisé que l'influence et le salaire ne faisaient pas tout. Aujourd'hui, l'équilibre entre vie professionnelle et vie privée est plus important pour moi et j'apprécie de pouvoir organiser mon travail comme bon me semble.

Que conseillerais-tu à quelqu'un qui s'apprête à changer de carrière ?

Les limites ne sont souvent que dans la tête. Si l'on veut vraiment quelque chose, il faut oser. On ne sait jamais où le chemin va nous mener – mais ne rien faire n'est pas une option.

Pour conclure, as-tu pour nous une leçon de vie qui t'a accompagné ?

Ma devise est la suivante : « Si tu veux laisser une trace, tu ne peux pas marcher dans les pas des autres. » Le changement demande du courage, mais il est souvent la source des meilleures expériences.



Nous savons comment tu as pris ta décision. Mais comment as-tu vécu le passage de l'informatique au domaine de la santé ?

C'étaient deux mondes différents. Dans l'informatique, je savais toujours à quoi m'attendre. Dans les services de secours, chaque jour était imprévisible. Cette dynamique m'a fasciné. Un moment clé a été une réanimation réussie – elle m'a fait comprendre l'importance de ce métier.

Qu'est-ce qui t'a incité à revenir à un travail basé sur des projets ?

Au sein de la Centrale d'intervention cantonale, j'étais de plus en plus impliqué dans la planification de projets. Mes connaissances en informatique étaient appréciées et lorsque la police cantonale m'a demandé si je voulais changer, j'ai décidé de le faire.

Peux-tu mettre à profit ton expérience de l'informatique, de la santé et de la conduite dans ton rôle actuel ?

J'ai appris à travailler de manière structurée et à improviser en même temps. Les projets ne se déroulent jamais comme prévu, et mon



PC, j'ai commencé à travailler dans ce domaine et j'ai suivi des formations continues jusqu'à devenir ingénieur système.

Tu as été responsable informatique chez Stämpfli pendant 15 ans - qu'est-ce qui t'a fasciné ?

L'étendue des tâches. J'ai été impliqué dans de nombreux domaines, des réseaux à la technique du bâtiment. Ce qui m'a particulièrement marqué, c'est la collaboration avec les gens et la possibilité de participer activement à l'organisation des structures.

RETRAITES



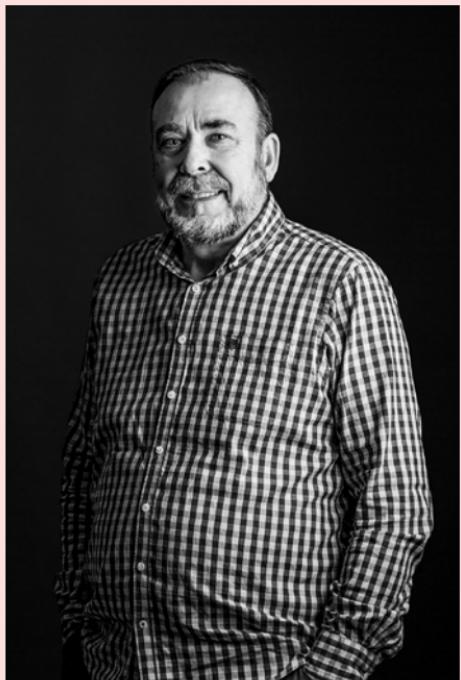
Claudia Fasel

Collaboratrice spécialisée Distribution
Éditions Stämpfli

Chère Claudia, tu as pris ta retraite en décembre dernier. Tu as postulé chez Stämpfli en février 2016 en tant que collaboratrice spécialisée Distribution, ce qui nous avait surpris au vu de ton parcours professionnel et de ton expérience : études d'archéologie classique, de géographie et de préhistoire, débuts dans le commerce du livre, activité dans l'édition et prise en charge de la direction générale du service interne, sans oublier ton expérience professionnelle à l'ambassade d'Australie et à Radio Suisse Internationale. Tu as joué un rôle important

chez nous, à l'interface entre la rédaction, la distribution, les clients et les auteurs. Toutes les parties ont bénéficié de tes connaissances spécialisées, de ta précision, de ton calme et de ton amabilité constante. Lorsqu'il s'agissait de trouver une lacune dans un concept, tu étais toujours la première à demander prudemment : « Il ne manque pas quelque chose ? » De nombreux titres sont passés entre tes mains, qu'il s'agisse de nouveaux commentaires ou d'ouvrages spécialisés, et ils ont toujours été entre de bonnes mains chez toi en matière de distribution. Même sans consulter le logiciel, tu savais qu'il y avait « quelque chose à ce sujet dans le programme ». Et les auteurs : tu leur envoyais leur décompte annuel d'honoraires, puis tu leur expliquais patiemment en allemand ou dans une autre langue comment il avait été établi. Tu étais aussi une sorte de référence pour notre équipe, les plus jeunes en particulier avaient beaucoup à apprendre de toi. Tu t'es investie avec beaucoup d'engagement dans l'encadrement des apprentis, et je suis certain que tous en ont grandement profité. Ton amour des livres et ton engagement dans le monde de l'édition ont marqué et enrichi notre quotidien. Nous te souhaitons de tout cœur une retraite aussi passionnante et épanouissante que ta carrière professionnelle. Profite de cette nouvelle étape, découvre de nouveaux horizons et fais-nous partager tes aventures de temps en temps !

*Lutz Maertin
Chef de la distribution &
de la librairie*



« Yüksel apprécie l'ambiance des marchés aux puces et les rencontres avec d'autres personnes. »

leurs connaissances théoriques en logistique.

Pendant les périodes de forte activité, il était également présent sur le quai pour aider les logisticiens. Enfin, il se rendait disponible comme coursier pour livrer nos produits imprimés au bon endroit et au bon moment.

Pendant son temps libre, Yüksel se consacrait avec passion à ses différents loisirs. Il aime particulièrement fréquenter les marchés aux puces, où il recherche non seulement des trésors particuliers, mais apprécie également l'ambiance et les rencontres avec d'autres personnes. Il y expose également sa collection de montres à la vente. Ces sorties sont pour lui une merveilleuse occasion de découvrir de nouvelles choses et d'enrichir ses collections.

La photographie est un autre passe-temps important pour Yüksel. Il adore voyager avec sa famille et immortaliser des moments inoubliables. Qu'il s'agisse d'une excursion dans une ville ou d'un voyage dans des pays lointains, son appareil photo est toujours à portée de main pour capturer les plus beaux instants. Il en résulte des images qui ne sont pas seulement des souvenirs, mais aussi l'expression de son amour pour sa famille et la nature.

*Hansrudolf Kessler
Chef Transport et logistique*

Yüksel Toy

Collaborateur spécialisé Transport et logistique
Stämpfli Communication

Yüksel Toy a débuté sa carrière chez Stämpfli le 1^{er} janvier 2017 en tant que logisticien. Sa tâche principale consistait à gérer l'entrepôt client. Il s'occupait donc de la préparation, de l'emballage et de l'expédition des produits destinés à nos clients. Il était également responsable de toutes les statistiques et de l'inventaire du magasin client. Très précis dans son travail, il a mis en place un système efficace qu'il a pu enseigner aux apprentis. En effet, il avait également pour mission d'encadrer les apprentis et de leur apprendre à mettre en pratique

JUBILÉS



25 ANS CHEZ STÄMPFLI

Lukas Hofstätter

Ingénieur système
Stämpfli Communication

Cher Lukas, cela fait maintenant plus de 25 ans que nous nous connaissons. Tout a commencé, comme tu le dis toi-même, par «des études en génie rural et mensuration brillamment abandonnées». Peu de temps après, tu as effectué un stage dans une petite entreprise en tant que développeur de bases de données clients. Tu as ensuite rejoint Stämpfli. Tu as été l'un des premiers développeurs du générateur d'impri-més. Très vite, tout le monde a su que tu étais un expert des appareils Apple. Tu t'occupais également des

Mac dans le service prépresse. Cela n'a bien sûr pas échappé à notre service informatique. C'est ainsi que tu as rejoint notre équipe. Ton do-main de compétences s'est rapidement élargi. Aujourd'hui, tu t'oc-cupes des serveurs Linux et des bases de données, des sauvegardes, des appareils Apple et de bien d'autres choses encore. Tu te distingues par ta grande capacité d'analyse. À cela s'ajoute ta faculté à comprendre, à simplifier et à transmettre des notions complexes. Tu apportes ton soutien aux collaborateurs avec beaucoup d'enthousiasme, de pa-sion et une pointe d'humour. Ton côté espiègle ressort parfois lorsque tu détends l'atmosphère avec une «petite réflexion qui tombe à pic» (souvent teintée d'ironie).

Marié à Manuela depuis de nombreuses années, tu as deux en-fants. Ils te prennent beaucoup de temps, mais tu aimes beaucoup cela. Que ce soit lors d'une excursion au lac ou dans votre pratique commune du géocaching. Tu emportes tou-jours avec toi un couteau de ta col-lection. Ton «hobby» le plus chrono-phage est sans doute le «service de taxi». Plusieurs fois par semaine, tu roules pour ta famille: aller chercher Manuela quelque part, conduire ta fille à l'écurie ou ton fils à l'entraîne-ment. Il y a toujours quelque chose à faire, mais tu restes calme, serein et fiable. Je suis très heureux que tu fasses partie de notre équipe!

Cher Lukas, un grand merci pour tout!

*Thomas Kaeser
Chef d'équipe Infrastructure
informatique*



25 ANS CHEZ STÄMPFLI

Martin Gyger

Collaborateur Entretien ménager
Stämpfli Communication

Martin est un membre apprécié de notre équipe du service d'entretien depuis novembre 2016. Il a rejoint notre entreprise après le renouvellement de la technologie de plaques d'impression CtP, et nous sommes extrêmement reconnaissants du renfort qu'il nous apporte. Collègue ouvert, communicatif et serviable, Martin enrichit notre équipe. Sa capacité à donner un feedback direct et constructif contribue à une atmosphère de travail sereine et productive. Fort de

« Sa fiabilité et sa rigueur dans l'accomplissement de ses tâches sont impressionnantes. »

25 ans d'expérience dans différents départements de Stämpfli Communication, notamment l'imprimerie et l'exposition de plaques CtP, Martin dispose d'un riche bagage. Sa fiabilité et sa rigueur dans l'accomplissement de ses tâches sont impressionnantes et font de lui un membre précieux de notre équipe.

Martin a des centres d'intérêt très variés. Il est non seulement férus d'arts martiaux, mais il collectionne aussi des armes historiques, notamment des arbalètes. Sa passion pour les plaisirs culinaires et le bien-être se reflète dans son goût pour les restaurants raffinés et les séjours de détente dans des centres de bien-être. Il aime également tenter sa chance au casino, aux machines à sous ou à la roulette. Martin a en outre un hobby particulier : la distillation de spiritueux à base de fruits, et il possède même une licence. Cette compétence témoigne de son intérêt pour l'artisanat traditionnel et de son souci du détail.

Pendant ses vacances, Martin profite de la diversité de la nature. En hiver, il est attiré par les plages chaudes, tandis que le reste de l'année, il explore les montagnes en randonnée, avant de se détendre avec des programmes de bien-être.

La personnalité polyvalente et l'engagement de Martin font de lui un collègue apprécié qui enrichit notre équipe tant sur le plan professionnel qu'humain.

*Celal Sarigül
Chef Système de gestion*



40 ANS CHEZ STÄMPFLI

Peter Zbinden

Planificateur de production
Stämpfli Communication

Certains commencent un nouvel emploi le 1^{er} avril en pensant qu'il s'agit d'une blague, mais pas Peter Zbinden! Depuis le 1^{er} avril 1985, il est fidèle à Stämpfli et a vu plus de couleurs que certains artistes au cours de toutes ces années. Qu'il soit imprimeur de livres et offset ou, depuis le 1^{er} août 2022, planificateur de production, Peter relève tous les défis avec brio. Même le passage au tableau de planification du nouveau système ERP ne l'a pas fait transpirer (du moins pas visuellement).

Peter est tout aussi actif dans sa vie privée : randonnée ou vélo – de préférence avec un coup de pouce électrique –, l'essentiel étant

«Depuis le 1^{er} avril 1985, Peter est fidèle à Stämpfli et a vu plus de couleurs que certains artistes au cours de toutes ces années.»

de bouger! Depuis son infarctus, il mise encore plus sur un mode de vie sain, du moins tant qu'il n'y a pas de match de hockey sur glace de Fribourg-Gottéron ou de Manchester United. Son cœur bat alors un peu plus vite.

Au fait: si quelqu'un s'approche de lui avec une égratignure sanglante, appelez immédiatement les secours pour Pesche, car il ne supporte pas la vue du sang. Nous le savons depuis qu'un employé de l'imprimerie s'est présenté devant son bureau avec un doigt en sang. Mais heureusement, dans le secteur de l'imprimerie, il y a généralement plus d'encre que de sang!

Cher Peter, nous te remercions pour ton engagement sans faille depuis toutes ces années et te souhaitons beaucoup de joie chez Stämpfli et une bonne santé!

*Reto Gerber
Chef de division Imprimerie, membre de la direction*

CHRONIQUE

Années de service

5 ANS

Pascal Coppola

Philipp Hofer
Linda Kubli

Nadja Kummer Kronig
Loris Leuenberger

Lutz Maertin
Marc Menthä
Michel Rossier
Michel Schwander
Johanna Stämpfli
Stefan Treier

10 ANS

Philippe Känel
Bruno Lauper
Dorothee Schneider
Ernest Zongo

15 ANS

Pascal Bader
Emil Fuhrer
Ivana Jovanovic
Celal Sarigül
Sandra Stettler

Retraites

CLAUDIA FASEL 31.12.2024
YÜKSEL TOY 31.1.2025

Joyeux événements

NAISSANCE 17.1.2025

de Lio Max, fils de Daniel et Martina Stauffer

MARIAGE 17.12.2024

de Celal Sarigül et Karin Grossenbacher

Examens

CHRISTOPH RAMSEIER

CAS Leadership pour avancés

LEA BAPST

CAS Gestion stratégique de la communication

Nous déplorons la perte de

Hans-Rudolf Rickenbach-Lüthi

Ancien menuisier d'entreprise, décédé le 10 novembre 2024 à la retraite

Alois Bütler

Ancien conseiller à la clientèle du service extérieur, décédé le 3 décembre 2024 à la retraite

Vittorio Lolli

Ancien opérateur de machine Atelier de reliure, décédé le 26 décembre 2024 à la retraite

Roland Waehli-Feldmann

Ancien conseiller à la clientèle au service extérieur, décédé le 30 décembre 2024 à la retraite

DES OUTILS EFFICACES POUR LA CONCENTRATION

Votre attention est votre superpouvoir

Qui n'a jamais rêvé d'améliorer sa concentration, de retenir les informations plus facilement ou de décupler son efficacité au quotidien ? Dans son ouvrage *Votre attention est votre superpouvoir*, Fabien Olicard nous propose de décrypter ce qui pourrait bien être la clé pour y parvenir : notre capacité d'attention.

Adoptant un style accessible et ponctuant son exposé d'exemples, de tests et d'expériences ludiques, le mentaliste et expert en mémoire nous apprend à déjouer les pièges inhérents à l'hyperstimulation auxquels notre attention est sans cesse confrontée dans nos sociétés modernes. Du rôle des émotions dans le traitement de données aux biais cognitifs, en passant par les bienfaits de la méditation et l'influence de l'alimentation ou de la caféine sur nos ressources cérébrales, l'auteur offre un tour d'horizon complet et vulgarisé des nombreux facteurs et processus mentaux qui impactent notre capacité d'attention. Un livre parfait pour la comprendre et mieux la maîtriser, et dont la lecture ne vous prendra que quelques heures... à condition de ne pas se laisser distraire !



**COLLABORATEURS POUR
 CETTE ÉDITION**

Département nextgen

Stämpfli Communication

Sandra Aebi

Cheffe Ressources Humaines,
membre de la direction
Stämpfli Communication

Johanna Stämpfli

Assistance de direction
& projets
Éditions Stämpfli

Tamara Ulrich

Responsable de produit
médias juridiques
Éditions Stämpfli

ÉDITEUR

Stämpfli Groupe SA, Berne

**DIRECTION DE LA
RÉDACTION ET CONCEPTION**

Beatrice Blatter
Cheffe Services linguistiques
Stämpfli Communication

Susann Trachsel-Zeidler
Responsable ouvrages spécialisés
et corporate publishing
Éditions Stämpfli

DESIGN

Melina Bärtschi
Art Director
Stämpfli Communication

MARKETING ET COMMUNICATION

Linda Kubli
Cheffe de projet Marketing
Stämpfli Communication
marginalie@staempfli.com

TIRAGE

5000 exemplaires D (Marginalie)
1000 exemplaires F (Les Apartés)
Paraît deux fois par an

PRODUCTION GLOBALE

Stämpfli Communication
Wölflistrasse 1, 3001 Berne
staempfli.com

CHANGEMENT D'ADRESSE

crmmutationen@staempfli.com

© Stämpfli Groupe SA, avril 2025

Stämpfli vit la durabilité staempfli.com/durabilite | Certificats Management de qualité ISO 9001 | Management environnemental ISO 14001 | Certificat Ugra PSO selon ISO 12647-2 | Imprimé sur papier Ange Bleu | Produit avec de l'énergie renouvelable | Papier Couverture: Gensis White, 100 % vieux papier recyclé, certifié Ange Bleu et FSC, 210 g/m² | Contenu: Refutura, 100 % vieux papier recyclé, certifié Ange Bleu, FSC et Nordic Swan, 100 g/m² | Procédés d'impression: Impression offset, imprimée sur une Heidelberg XL avec encre Cradle to Cradle Certified® Silver



imprimé
durablement
sans encres UV



myclimate.org/05-25-475013



Fabriqué à partir de
matériaux recyclés
FSC® C018087



Le magazine
web



**Stämpfli
Groupe**

Wölflistrasse 1
Case postale
3001 Berne
+ 41 31 300 66 66

Hertistrasse 23
8304 Wallisellen
+ 41 44 309 90 90

staempfli.com
staempfliroit.ch