

# VIVIBILE

Informazioni di ASM Bressanone



**MYSUMMERCARD**  
Un'estate.  
Tante opportunità.

## TELERISCALDAMENTO

Più sostenibile e  
più conveniente

## FISIOTERAPIA

Personalizzata e olistica

## LAVORO & FAMIGLIA

La qualità della vita  
inizia nel team



# Quando il lavoro si integra con la vita

## ASM Bressanone premiata con l'“audit famigliaelavoro”



Ci sono giornate fatte di due calendari: quello professionale e quello privato. In uno c'è la riunione, nell'altro la serata dei genitori a scuola. In uno un problema da risolvere, nell'altro un bambino da andare a prendere in orario. Chi al mattino accompagna di fretta i figli all'asilo o a scuola, o dopo il lavoro si prende cura di un familiare bisognoso di assistenza, sa bene che il lavoro deve conciliarsi con la vita.

È proprio qui che interviene il certificato *audit famigliaelavoro*. Nel novembre 2025 ASM Bressanone è stata insignita di questo riconoscimento dalla Provincia Autonoma di Bolzano. Un'attestazione ufficiale di un impegno che in azienda viene vissuto da tempo: lavoro e famiglia devono essere compatibili.

### Cosa conferma questo riconoscimento

Al centro vi sono misure che facilitano la quotidianità: modelli di orario flessibili, soluzioni individuali per le diverse fasi della vita e un clima di rispetto reciproco. “Abbiamo una doppia responsabilità: verso la popolazione che serviamo e verso le nostre collaboratrici e i nostri collaboratori”, afferma Francesco Berretta, Direttore generale di ASM Bressanone.

La qualità della vita si manifesta spesso dove quasi non la si nota: quando la luce si accende, l'acqua scorre, le strade sono pulite e tutto funziona, semplicemente. Dietro questo “semplicemente” ci sono persone che si assumono responsabilità, spesso su turni, con famiglie, con impegni di cura e appuntamenti privati tra una riunione e l'altra. L'*audit famigliaelavoro* dimostra che lavoro e vita sono inseparabili. Perché anche un servizio efficiente dipende da quanto il lavoro si integra nella vita quotidiana.

Per ASM Bressanone la sostenibilità non riguarda solo energia e ambiente, ma anche il modo in cui vengono valorizzate le persone che qui lavorano.



### 3 domande a

#### Francesco Berretta

Direttore generale di ASM Bressanone

#### Cosa devono fare particolarmente bene i servizi pubblici di Bressanone affinché le persone si sentano sicure e ben servite?

Essere affidabili e raggiungibili personalmente, anche nelle situazioni critiche. Energia elettrica, acqua, calore e tutti i nostri servizi devono funzionare in modo stabile. E quando succede qualcosa, è fondamentale reagire rapidamente. Servono buone tecnologie, ma soprattutto un buon team.

#### Cosa ritieni importante che le persone sappiano su ASM Bressanone, cioè ciò che spesso si dà per scontato nella vita quotidiana?

Che non tutto funziona “da solo”. Dietro luce, acqua, strade pulite e reti c'è un lavoro quotidiano. Investiamo molto nella prevenzione, affinché i problemi non si presentino nemmeno. Non sempre si vede, ma si percepisce quando tutto funziona in modo affidabile.

#### La mySummercard torna: cosa offrirà alle persone quest'estate?

Dovrebbe rendere il tempo libero più semplice e accessibile. E invitare a vivere il proprio territorio. L'estate è qui, davanti alla porta di casa.



# L'estate è nostra

## Torna la mySummcard

L'estate a Bressanone ha molti volti: un tuffo in acqua in un pomeriggio caldo. La prima salita in montagna quando a valle si suda già al sole. Una breve visita al museo, perché è il momento giusto. Molto è a portata di mano – eppure, nella vita familiare, diventa spesso una questione di costi: ci andiamo davvero oggi?

Da maggio 2026, la mySummcard rende nuovamente semplice, vario e pianificabile il tempo libero a Bressanone e dintorni. Nel 2026, l'offerta si arricchisce ulteriormente: nuovi partner, nuovi Comuni coinvolti e vantaggi che rendono l'estate ancora più interessante.

### Un'estate. Mille esperienze. Una carta.

Ciò che rende speciale la mySummcard è la sua versatilità: si adatta alle giornate frenetiche e a quelle più tranquille. È pensata per bambini piccoli, adolescenti e adulti, anche quando gli interessi cambiano durante l'estate. Oggi acqua, domani montagna, dopodomani cultura. Semplicemente, stare all'aperto e godersi l'estate.

### La qualità della vita inizia dalla tua giornata

La mySummcard fa parte del progetto myCard. Dietro c'è un'idea che va oltre una semplice carta per il tempo libero: le offerte locali devono essere accessibili in modo semplice, vicino e sostenibile per il maggior numero possibile di persone. Così si valorizzano i luoghi del territorio, si rafforzano le collaborazioni e l'ambiente in cui viviamo diventa parte integrante della quotidianità. E, improvvisamente, l'estate a Bressanone si trasforma in una lunga vacanza.



- **Inizio mySummcard:** maggio 2026
- **Offerte:** piscine, montagne, musei, tempo libero & partner bonus
- **Info & prezzi:** [mycard.bz.it](http://mycard.bz.it)



Foto: Kaiter Steger



# Tornare in movimento

## Fisioterapia all'Acquarena



A volte è un dolore intenso. A volte è una tensione persistente. Un ginocchio che si fa sentire correndo. La schiena che dopo una lunga giornata di lavoro dice "basta". All'improvviso si comprende quanto la qualità della vita dipenda anche dal benessere fisico.

Il servizio di fisioterapia dell'Acquarena propone un approccio olistico. Ogni persona viene ascoltata con attenzione e per ogni esigenza viene cercata una soluzione personalizzata. L'obiettivo è una vita senza dolore. E il percorso per arrivarci può essere diverso per ciascuno.

### Personalizzato e olistico

Le esigenze sono molteplici: c'è chi arriva dopo un infortunio sportivo, chi soffre di disturbi tipici da ufficio come dolori cervicali o chi necessita di riabilitazione dopo un intervento chirurgico. Ogni trattamento inizia con un'analisi approfondita e porta a un programma terapeutico e di allenamento personalizzato. L'offerta comprende fisioterapia, riabilitazione neurologica, terapia respiratoria, terapia delle fasce, trattamento dell'articolazione temporo-mandibolare e trattamenti osteopatici. Si utilizzano, inoltre, tecnologie moderne come onde d'urto, ultrasuoni, elettroterapia e linfodrenaggio. Le metodologie elencate rappresentano solo una parte dell'offerta, che viene ampliata in base alle necessità individuali.

All'Acquarena collaborano consulenti sportivi, osteopati, fisioterapisti e chiropratici. Questo ampio know-how consente un approccio preciso alle diverse esigenze. Sono, inoltre, disponibili attrezzature uniche a Bressanone, come AlterG, un tapis roulant che riduce il peso corporeo facilitando l'allenamento, oppure PAPIMI, un sistema a onde magnetiche che può stimolare le cellule e favorire la rigenerazione.



### Prenotazione appuntamenti:



T: +39 0472 823 661  
E: physio@acquarena.com  
Lu-Gio: 8.30-12.30  
Ma: 8.30-12.30 &  
13.30-17.30

### Senza dolore è solo l'inizio – non la fine

Oltre al trattamento in fase acuta, la fisioterapia collabora strettamente con il reparto di riabilitazione. La cooperazione con Thomas Aquila è un elemento importante: una volta superati i disturbi, la riabilitazione aiuta a stabilizzare i risultati con un programma su misura, affinché il benessere si mantenga nel tempo. Così la terapia diventa un percorso verso una vita finalmente senza dolore.



## Volti di ASM Bressanone

**Kathrin Grumer**  
Acquarena

### Cosa ti dà più soddisfazione nel tuo lavoro?

Vedere risultati concreti a fine giornata, come un aumento della forza o il sorriso di un paziente quando il dolore scompare.

### Cosa offre l'Acquarena rispetto ad altri studi?

Le diverse competenze, esperienze e prospettive del nostro team e le numerose opportunità offerte dalla nostra struttura.

### Cosa significa per te qualità della vita?

Salute fisica e mentale, una casa che dà forza e sicurezza, e persone che fanno stare bene.



# Servizi sicuri per il futuro

## Perché il teleriscaldamento a Bressanone nel 2026 sarà più sostenibile e più conveniente

Il calore è più piacevole quando è affidabile. E quando dimostra che tutela del clima e convenienza non sono in contraddizione. Proprio come il teleriscaldamento 2026 a Bressanone.



### Più rinnovabile, meno dipendente

Con l'entrata in funzione del secondo impianto a biomassa a Varna, nel 2025, la quota di energia rinnovabile è passata dal 30% al 50%. Al posto dei combustibili fossili, viene utilizzata sempre più biomassa regionale. Ciò rende l'approvvigionamento più stabile e meno dipendente dal mercato internazionale del gas naturale, riducendo allo stesso tempo le emissioni di CO<sub>2</sub>.

### Quando la sostenibilità incide sul prezzo

Ciò che molti non sanno: meno CO<sub>2</sub> significa anche minori costi. Le energie rinnovabili beneficiano di agevolazioni fiscali nell'ambito della tariffazione della CO<sub>2</sub>. Questo vantaggio viene trasferito direttamente alle nostre clienti e ai nostri clienti.

Il prezzo base del teleriscaldamento per il 2026 può così essere ridotto a 140 euro/MWh. Ciò corrisponde a una diminuzione di circa l'8% rispetto all'anno precedente – nonostante gli aumenti generali dei prezzi e gli investimenti in corso.

### Aggiornamento tariffe 2026: acqua e rifiuti

L'attenzione alla sostenibilità economica non riguarda solo il teleriscaldamento. Anche per gli altri servizi nel 2026 l'obiettivo resta la stabilità per le famiglie: la tariffa dell'acqua rimane pressoché invariata. Anche per i rifiuti si prevedono costi stabili; la definizione finale avverrà ad aprile.

### Estensione della rete a Tiles ed Elvas

La rete viene contemporaneamente ampliata: anche Tiles ed Elvas saranno in futuro collegate al teleriscaldamento. Dall'inizio dell'estate 2026, ASM Bressanone estenderà la rete verso Tiles. Per limitare al minimo i disagi, i lavori verranno coordinati: oltre alle condotte del teleriscaldamento saranno posati tubi per la fibra ottica, l'illuminazione pubblica verrà convertita a Smart-LED e altre infrastrutture saranno modernizzate. Un unico cantiere per molteplici benefici e per un'infrastruttura solida nel lungo periodo.

## 5 consigli per risparmiare energia in primavera

La primavera è quel periodo intermedio in cui al mattino si ha freddo con la giacca leggera e a mezzogiorno si spalanca la finestra. Il vantaggio: con un po' di attenzione si può risparmiare energia senza rinunciare al comfort.

### 1. Ridurre gradualmente il riscaldamento



Anche un solo grado in meno fa la differenza. Durante il giorno spesso basta il calore residuo; di notte può essere un po' più fresco.

### 2. Arieggiare bene e per poco tempo



Meglio delle finestre socchiuse: aprire completamente per cinque minuti e poi richiudere. L'aria si rinnova e il calore resta nell'ambiente.

### 3. Lasciare entrare il sole



In questo periodo il sole fa una parte del lavoro. Aprire tende e tapparelle durante il giorno e richiuderle la sera aiuta a sfruttare il calore accumulato.

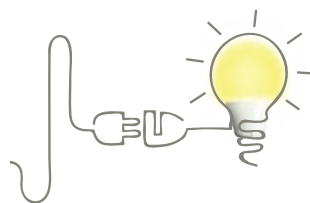
### 4. Un controllo rapido degli elettrodomestici



Sbrinare il frigorifero, pulire le griglie di ventilazione, utilizzare prese con interruttore: anche gli apparecchi contribuiscono a ridurre i consumi.



# 22.500 smart meter per la Valle Isarco



Più trasparenza.  
Più futuro.

A volte non sono i grandi progetti a fare la differenza, ma tanti interventi precisi e ben coordinati. Negli ultimi due anni, ASM Bressanone ha sostituito 22.500 contatori elettrici con moderni smart meter in tutto il territorio servito. Un progetto concluso che nella vita quotidiana passa quasi inosservato che rappresenta però una base tecnica fondamentale per un sistema energetico pronto alle sfide future.

## Cosa migliora

Gli smart meter misurano il consumo elettrico in modo più preciso rispetto ai contatori tradizionali. Questo è essenziale per una gestione moderna della rete, soprattutto in un'epoca in cui l'energia viene prodotta sempre più in modo decentralizzato e i modelli di consumo cambiano.

## I vantaggi per la rete

Più fotovoltaico, più pompe di calore, più mobilità elettrica: la rete deve restare stabile. È necessario bilanciare meglio i carichi, individuare tempestivamente eventuali anomalie e garantire la qualità del servizio. Gli smart meter forniscono la base dati per una gestione più efficiente e orientata al futuro.

## Protezione dei dati garantita

Gli smart meter di ASM Bressanone non comunicano tramite Internet, ma esclusivamente attraverso la linea elettrica esistente

(Powerline). I dati vengono elaborati centralmente e trasmessi ai fornitori di energia come previsto dalla normativa.

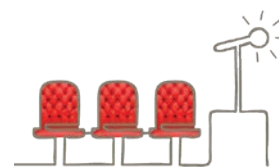
## Un progetto per otto Comuni e per gli anni a venire

Con la conclusione dell'installazione sono ora equipaggiati tutti i Comuni del bacino: Bressanone, Varna, Naz-Sciaves, Fortezza, Rio di Pusteria, Rodengo, Chiusa e Velturmo. ASM Bressanone crea così una base solida per future applicazioni digitali e per un approvvigionamento affidabile, anche quando le esigenze continueranno a evolversi.



# Conoscenza che protegge

## Corsi di sicurezza sul lavoro al Forum Bressanone



La sicurezza inizia spesso dai piccoli gesti: la presa corretta, uno sguardo attento, sapere come comportarsi in caso di emergenza. In ufficio come in cantiere o in officina. Anche quest'anno, in collaborazione con Pronorm, il Forum Bressanone propone corsi base e di aggiornamento sulla sicurezza sul lavoro. I corsi sono compatti, pratici e disponibili in lingua tedesca e italiana.



## Casi reali, soluzioni pratiche

Dal 2022, il Forum Bressanone si è affermato come centro di competenza per la formazione continua. In particolare, le piccole e medie imprese approfittano dell'offerta. L'esperienza quotidiana incontra il sapere specialistico, le domande trovano risposte concrete. I temi coprono tutti i livelli di rischio: dal-

la prevenzione incendi al primo soccorso fino all'utilizzo sicuro dei macchinari. L'obiettivo è sempre lo stesso: riconoscere i rischi in tempo, reagire correttamente ed evitare incidenti prima che accadano.

## Una responsabilità condivisa

Con questi corsi, ASM Bressanone crea uno spazio in cui il sapere viene condiviso e la responsabilità diventa parte integrante della cultura aziendale. I corsi sono rivolti a dirigenti, datori di lavoro, collaboratrici e collaboratori, responsabili della sicurezza e a chiunque assuma responsabilità nel proprio ambito professionale.

Perché la sicurezza nasce dove le persone si prendono cura l'una dell'altra.



# Così funziona oggi lo smaltimento



## Nuovo centro di riciclaggio: percorsi più brevi per quattro Comuni

Chi fa ordine in casa lo sa: cartoni che si accumulano, una sedia rotta che aspetta ancora di essere portata via. Smaltire i rifiuti raramente è il momento preferito della settimana, ma diventa più semplice quando è veloce, chiaro e vicino.

### Più vicino, più semplice, più flessibile

Il nuovo centro offre numerosi vantaggi: distanze più brevi, ulteriori possibilità di conferimento per le imprese e un'infrastruttura moderna. Per cittadine, cittadini e aziende di Varna, Naz-Sciaves, Bressanone e Fortezza lo smaltimento diventa più agevole. Il progetto è stato realizzato dai Comuni di Varna e Naz-Sciaves con il sostegno della Provincia e del PNRR; la gestione è affidata ad ASM Bressanone su incarico dei Comuni.

Francesco Berretta, Direttore generale di ASM Bressanone, sottolinea:

“Il nostro obiettivo era creare un luogo dove lo smaltimento fosse semplice e senza stress. Aree moderne e ben organizzate facilitano la quotidianità.”

### Buono a sapersi: posizione e orari

Il centro di riciclaggio di Varna si trova accanto alla centrale di teleriscaldamento in via Blasegg 2. L'accesso avviene dalla strada di collegamento tra la rotonda Brennero-Val Pusteria e la circunvallazione; per pedoni e ciclisti è disponibile un ingresso separato attraverso la strada vecchia a traffico limitato. Il venerdì e il sabato sono aperti entrambi i centri di riciclaggio, garantendo maggiore flessibilità e pianificazione.



**Centro di riciclaggio Varna**  
**MER, GIO, VEN 7.30-17, SAB 7.30-12.30**  
 (chiuso LUN, MAR e giorni festivi)

**Centro di riciclaggio Bressanone**  
**LUN, MAR, VEN 7.30-17 e SAB 7.30-12.30**  
 (chiuso MER, GIO e giorni festivi)



# Pagina bambini

**Ciao!**  
**Sono un imballaggio di plastica.**

Se vengo smaltito correttamente, posso rinascere.

Quando la raccolta è fatta nel modo giusto, vengo raccolto, tritato e trasformato in qualcosa di nuovo:



Un maglione



Un secchio



Una nuova bottiglia

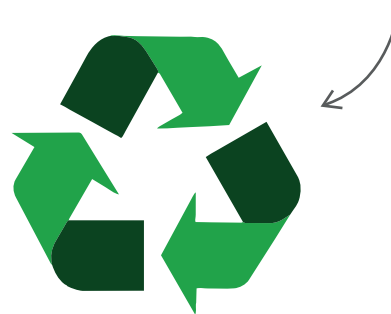


## La tua missione da professionista del riciclaggio

- Colora il percorso corretto.
- Guarda a casa:  
 Quali 3 oggetti di plastica trovi?  
 Sono vuoti e puliti?

## La tua missione da eroe dell'ambiente!

- Trova a casa 3 oggetti fatti con plastica riciclata.
- Suggerimento: cerca il simbolo "rPET" o la dicitura "riciclato".



## Siamo a tua disposizione

### Il nostro servizio clienti

Tel. 0472 823 550  
 Lun-Gio 8.00-12.30 e 15.00-16.00  
 Ven 8.00-12.30  
 kundenportal@asmb.it

[www.asmb.it](http://www.asmb.it)

[facebook.com/swb.asmb](https://facebook.com/swb.asmb)

[instagram.com/stadtwerke\\_brixen\\_asm](https://instagram.com/stadtwerke_brixen_asm)

COLOFONE: Editore: ASM Bressanone SpA, via Alfred Ammon 34, 39042 Bressanone, [www.asmb.it](http://www.asmb.it)  
 Concept editoriale e grafico, redazione e testi: S. Bachmann in collaborazione con le collaboratrici e i collaboratori dei vari settori.  
 Grafica: Brixmedia Srl, Bressanone. Stampa: Kraler Druck, Varna

