
Diocesi: Savona-Noli, domani un'escursione "Sulle tracce della beata Maria Berlingeri"

Parte il progetto turistico ambientale “La montagna, il gruppo, la strada”, promosso dall’Ufficio diocesano per la pastorale del tempo libero, turismo e sport di Savona-Noli e dall’associazione Maieutica con lo scopo di far conoscere il territorio dal punto di vista culturale, storico, religioso e naturalistico. La prima escursione si terrà domani, domenica 20 febbraio, dalle ore 15:30 alle 18:30 “Sulle tracce della beata Maria Berlingeri”, un facile cammino lungo il panoramico Sentiero dei vescovi per conoscere la beata vissuta a Spotorno nel XVI secolo. I trekking proposti dall’iniziativa presentano un dislivello di 2-300 metri e una lunghezza di 5-7 km. “La natura ha un ruolo fondamentale nella nostra vita e mai come ora è importante ritrovare una connessione con essa – spiega la direttrice dell’Ufficio diocesano, Manuela Pastorino –. L’ipotesi di un legame tra il benessere umano e la natura è stata a lungo accettata, oggi le ricerche condotte in campi di studio diversi, come la medicina o la psicologia, convalidano questa teoria: è scientificamente provato che stare in ambienti naturali abbia effetti positivi sul nostro corpo e sulla nostra mente, riducendo i livelli di stress, ansia e depressione”. “Le passeggiate sono rivolte a tutti e hanno la finalità di far vivere l’esperienza del camminare insieme agli altri in fraternità e amicizia per scoprire il riflesso di Dio in tutto ciò che esiste, dai più ampi panorami alle più esili forme di vita – aggiunge –. Le nostre proposte mirano a far scoprire luoghi e personaggi significativi per la nostra fede. A volte il cammino sarà più facile, a volte più impegnativo, l’importante è fare un passo dopo l’altro, prestando attenzione alle soste e all’ambiente in cui si è immersi”.

Gigliola Alfaro