



Giardini e fioriture, passeggiare nella natura è il più potente antistress

Con la bella stagione, da nord a sud Italia, i giardini si risvegliano e si rivestono di mille colori. E' il momento giusto per staccare la spina dalla quotidianità: rilassatevi passeggiando nella natura, a un passo da casa. Ecco gli appuntamenti da non farsi scappare



Fioriture di piante rare ed esotiche, mille varietà di colori e forme, giardini geometrici o all'inglese e, tra le foglie, spunta una sorprendente fauna varlopinta.

LA BELLA STAGIONE È IL MOMENTO GIUSTO PER PRENDERSI UN ATTIMO DI PAUSA DALLA VITA FRENETICA DI OGNI GIORNO E RIGENERARSI PASSEGGIANDO NELLA NATURA.

E se non è semplice o possibile immergersi in una sessione di *forest bathing*, le passeggiate terapeutiche nei boschi, magari è là facile organizzare una piccola scampagnata non troppo lontano da casa, alla portata di tutti. Approfittate allora dei tanti appuntamenti che la primavera porta in tutto il territorio: le porte di ville e palazzi storici di tutta Italia si aprono al pubblico, per gite immerse nel verde e nel profumo inebriante di fiori e piante. Eccone 7 da non perdere.

I giardini di Villa Pergola, Alassio

A giugno i giardini di **Villa della Pergola** ad Alassio, si colorano di diverse sfumature di blu, azzurro e bianco grazie alle fioriture degli Agapanthus. Sarà possibile visitarli tutti i sabati e le domeniche di giugno con visite guidate su prenotazione.

Per informazioni: info@giardinidivilladellapergola.com –
www.giardinidivilladellapergola.com



I giardini di Villa Pergola, Alassio