MÉDIATHÈQUE

**Mise à jour de cette page :**
29/01/2026

# Effets bénéfiques des espaces de nature en ville sur la santé : Synthèse ernationales et clés de compréhension

re ville santé mentale

un recueil de fiches, ce document restitue un travail de synthèse des s scientifiques concernant les effets bénéfiques des espaces de nature santé des citadins, en particulier mentale. Il s'inscrit dans le cadre e recherche mené de 2018 à 2021 par Bastien Vajou et porté par en partenariat avec l'équipe de recherche en psychologie BePsyLab é d'Angers et l'Institut de Recherche en Horticulture et Semences. Les quatre premières fiches présentent les principaux effets bénéfiques sur différents aspects de la santé mentale : le stress et l'anxiété, la dépression, la restauration attentionnelle et le déficit de nature. Deux fiches complémentaires proposent ensuite une synthèse des effets bénéfiques sur la santé physique ainsi que sur la santé sociale. [d'après résumé d'auteur]

Ressources pour comprendre et transmettre

**Format :**
Dossier de connaissances ou d'information

**Année :**
2021

**Auteur :**
MEYER-GRANDBASTIEN A., VAJOU B, FROMAGE B., et al.

**Editeur :**
Plante & cité

**Consulter le dossier**
*https://www.plante-et-cite.fr/Ressource/fiche/630*