MÉDIATHÈQUE

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

Nature et Santé

Mots clés

bienfaits de la nature ville santé mentale

Sous forme d'un recueil de fiches, ce document restitue un travail de synthèse des connaissances scientifiques concernant les effets bénéfiques des espaces de nature en ville sur la santé des citadins, en particulier mentale. Il s'inscrit dans le cadre d'un travail de recherche mené de 2018 à 2021 par Bastien Vajou et porté par Plante & Cité en partenariat avec l'équipe de recherche en psychologie BePsyLab de l'Université 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]

Consulter le dossier

https://www.plante-et-cite.fr/Ressource/fiche/630

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

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