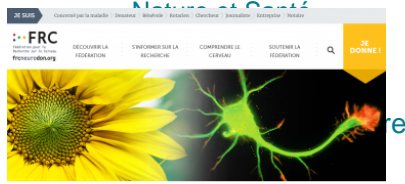


Mise à jour de cette page :
Les bienfaits de la nature sur le cerveau
29/01/2026



LES BIENFAITS DE LA NATURE SUR LE CERVEAU
Publié le 29/01/2026

Même si vous ne l'avez pas vu, voici un aperçu de ce que vous allez découvrir dans cet article. Les bienfaits de la nature sur notre cerveau sont aujourd'hui bien connus, et ce dès le plus jeune âge. De récentes recherches ont démontré comment que la nature agit sur notre cerveau et que l'agitation et le développement de troubles neurologiques ou psychiatriques, peut être évité en se connectant avec la nature. Découvrez l'impact positif de la nature sur la santé du cerveau.

Il propose un tour d'horizon de la recherche concernant l'impact de la nature sur le cerveau humain : effets positifs sur le stress, le sommeil, la concentration ou encore la santé mentale, les bienfaits de la nature sur notre cerveau sont aujourd'hui nombreux, et ce dès le plus jeune âge.

Ressources pour
comprendre et transmettre

Format :

Article en ligne

Consulter l'article

Année :

2020

<https://www.frcneurodon.org/informer-sur-la-recherche/actus/les-bienfaits-de-la...>

Editeur :

Fédération pour la recherche
sur le cerveau