MÉDIATHÈQUE

Nature, plein air et santé mentale : Tour d'horizon des données probantes et initiatives inspirantes

Nature et Santé

Mots clés

bienfaits de la nature santé mentale

Les bienfaits de la nature sur la santé physique et mentale suscitent de plus en plus d'intérêt dans la communauté scientifique et dans les pratiques cliniques comme en témoignent les initiatives Prescri-Nature, Aventure Vert Soi et les projets de la Fondation Sur la pointe des pieds au Québec. Ce webinaire se déroulera sous forme d'une table ronde où un regard sera posé sur les bienfaits de l'exposition à la nature pour la santé mentale. Les conférencières présenteront les plus récentes données probantes et des exemples d'initiatives qui misent sur l'intervention par la nature et l'aventure (INA) pour promouvoir la santé mentale et réduire les symptômes associés aux troubles mentaux. Ce webinaire vise à outiller les différents acteurs, tels que les chercheurs, les étudiants, les professionnels de la santé publique et du réseau de la santé et des services sociaux et les intervenants du milieu communautaire, dans le but de rendre ces pratiques plus accessibles à la population québécoise.

Mise à jour de cette page :
24/06/2025

Ressources pour comprendre et transmettre

Format :
Vidéo en ligne

Année :
2023

Auteur :
Axe stratégique Santé mentale des populations (SMP) du Réseau de recherche en santé des populations du Québec (RRSPQ)

Editeur :
Réseau Qualaxia

[Lien vers le document multimédia]

Voir la vidéo

https://www.youtube.com/watch?v=uiK_MrC7KSI