MÉDIATHÈQUE

Spending at least 120 minutes a week in nature is associated with good health and wellbeing

Nature et Santé

Mots clés

bienfaits de la nature

Passer du temps dans des environnements naturels peut être bénéfique pour la santé et le bien-être, mais les relations exposition-réponse sont peu abordées dans la littérature scientifique. Cette étude se penche sur les associations entre les contacts récréatifs avec la nature au cours des sept derniers jours et la santé et le bien-être autodéclarés.

Consulter l'article

https://www.nature.com/articles/s41598-019-44097-3.pdf

Mise à jour de cette page :
28/10/2024

Ressources pour comprendre et transmettre

Format :
Article en ligne

Année :
2019

Auteur :
WHITE M. P., ALCOCK I., GRELLIER J., et al.

Editeur :
Scientific reports