



Base de données

Sur le thème des bienfaits de la nature pour la santé et du syndrome de manque de nature

Dynamique Sortir!, Réseau Ecole et Nature
<http://biodiversite.reseaucoleetnature.org/sortir>

OUVRAGES « DE FOND »

- Boisson B. (2008) – **Nature primordiale, des forêts sauvages au secours de l'homme.** Ed. Apogée
- Cardinal F. (2010) – **Perdus sans la nature. Pourquoi les jeunes ne jouent plus dehors et comment y remédier.** Ed. Québec Amérique
- Espinassous L. (2014) – **Besoin de nature.** Ed. Hesse
- Guéguen Nicolas et Sébastien Meineri (2012) – **Pourquoi la nature nous fait du bien.** Ed. Dunod
- Lambin Eric (2009) – **Une écologie du bonheur.** Ed Le Pommier
- Louv R. (2005) - **Last Child in the Woods : Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder.** Ed. Algonquin Books.
- Morand Serge et Pépien Gilles (2013) – **Notre santé et la biodiversité, Tous ensemble pour préserver le vivant.** Ed Buchet - Chastel
- Wauquiez S. (2008) – **Les enfants des bois. Pourquoi et comment sortir en nature avec de jeunes enfants.** Ed. Books on Demand



Birdlife International (2008), **Le bien être grâce à la nature dans l'union européenne:**
www.birdlife.org/eu/pdfs/wellbeing_french%20.pdf

Bum Jin Park, Yuko Tsunetsugu, Tamami Kasetani, Takahide Kagawa and Yoshifumi Miyazaki (2009), **The physiological effects of Shinrin-yoku (taking in the forest atmosphere or forest bathing): evidence from field experiments in 24 forests across Japan,**
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2793346/>

Cardinal F. (2010) – **Le « déficit de nature », une maladie?:**
<http://perdussanslanature.com/?p=212>

Centre for Environment and Society, University of Essex (2003) - **Green Exercise: Complementary Roles of Nature, Exercise and Diet in Physical and Emotional Well-Being and Implications for Public Health Policy,**
<http://www.outdoorfoundation.org/pdf/GreenExercise.pdf>

Centre for Environment and Society, University of Essex (2009) - **Nature, Childhood, Health and Life Pathways.,** <http://www.childnature.ca/nature-childhood-health-and-life-pathways>

The mental and physical health outcomes of green exercise,
<http://www.julespretty.com/wp-content/uploads/2013/09/1.-IJEHR-Green-exercise-Pretty-et-al-2005.pdf>

Centre for Research in Environmental Epidemiology (CREAL), Barcelona, Spain – **Green spaces and cognitive development in primary schoolchildren**
<http://www.pnas.org/content/early/2015/06/09/1503402112.abstract>

Collectif (2009) - **10 point plan to get kids back in touch with nature:**
http://www.essex.ac.uk/news/event.aspx?e_id=1120

Collectif (2010) – **Appel citoyen pour la biodiversité:**
<http://www.labiodiversitecestmanature.org>

Collectif (2010) - **Appel à l'engagement pour favoriser le contact des jeunes Québécois avec la nature:** <http://www.education-nature.qc.ca/Appel.htm>

Conseil général de l'environnement et du développement durable (2013) – **Les liens entre santé et biodiversité**
http://biodiversite.reseauecoleetnature.org/sites/default/files/users/Maelle/rapport_conseil_environnement_et_dd_pour_prepa_pnse_3-octobre_2013.pdf

Essex Sustainability institute and School of Biological Sciences, University of Essex (2013) – **Ecominds effects on mental wellbeing**
<http://biodiversite.reseauecoleetnature.org/sites/default/files/users/Maelle/ecom>



RÉSEAU ÉCOLE ET NATURE

Dynamique Sortir !

04 67 06 18 68 - coordination-sortir@ecole-et-nature.org - <http://sortir.reseauecoleetnature.org>

Parc Club du Millénaire - Bât. 31, 1025 rue Henri Becquerel - 34000 Montpellier -
 Association Loi 1901, reconnue d'intérêt général. Agréée Jeunesse Education populaire et Protection de l'environnement.
 SIRET n° 384 789 319 000 66 - Code APE : 9499Z - Organisme de formation : n° 91340668534

Kuo F.E. et Faber T., Landscape and Human Health Laboratory, University of Illinois at Urbana-Champaign (2004), **A potential natural treatment for Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Evidence from a national study**, <http://lhhl.illinois.edu/adhd.htm>

Mind, (2007), **The Green agenda for mental health**, <http://www.mind.org.uk/media/273470/ecotherapy.pdf>

Réseau Ecole et Nature, Dynamique Sortir (2013) – **Le Syndrome de manque de nature : du besoin de nature à la prescription de sorties** http://biodiversite.reseauecoleetnature.org/sites/default/files/users/veronique/le_syndrome_de_manque_de_nature-130925.pdf

RSPB (2004) – Natural Fit, Can green space and biodiversity increase levels of physical activity ?, http://www.rspb.org.uk/Images/natural_fit_full_version_tcm9-133055.pdf

RSPB (2010) - **Public demands 'Every Child Outdoors'**: <http://www.rspb.org.uk/news/details.aspx?id=tcm:9-259693>

RSPB (2010) - **Every child outdoors. Children need nature, nature needs children**, www.rspb.org.uk/childrenneednature

Sherwin JC, Reacher MH, Keogh RH, Khawaja AP, Mackey DA, Foster PJ, American Academy of Ophthalmology, **The association between time spent outdoors and myopia in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis**, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22809757>

Stanford University, Gregory N. Bratman, J. Paul Hamilton, Kevin S. Hahn, Gretchen C. Daily, James J. Gross, (mai 2015), **Nature experience reduces rumination and subgenual prefrontal cortex activation**, <http://www.pnas.org/content/112/28/8567.abstract?tab=author-info>

University of Illinois, Diana S. Grigsby-Toussaint, Kedir N. Turi, Mark Krupa, Natasha J. Williams, Seithikurippu R. Pandi-Perumal, Girardin Jen-Louis, (Juillet 2015) **Sleep insufficiency and the natural environment: Results from the US Behavioral Risk Factor Surveillance System survey**, <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743515002273>

University of Minnesota, Jessica Finlay, Thea Franke, Heather McKay, Joanie Sims-Gould (juillet 2015), **Therapeutic landscapes and wellbeing in later life : impacts of blue and green spaces for older adults**, <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1353829215000672>

Wilson E.O. (1984), **Biophilia**, http://en.wikipedia.org/wiki/Biophilia_hypothesis



RÉSEAU ÉCOLE ET NATURE

Dynamique Sortir !

04 67 06 18 68 - coordination-sortir@ecole-et-nature.org - <http://sortir.reseauecoleetnature.org>

Parc Club du Millénaire - Bât. 31, 1025 rue Henri Becquerel - 34000 Montpellier -
Association Loi 1901, reconnue d'intérêt général. Agréée Jeunesse Education populaire et Protection de l'environnement.
SIRET n° 384 789 319 000 66 - Code APE : 9499Z - Organisme de formation : n° 91340668534

CHERCHEURS EN FRANCE

Stefan Jordy, psychologue, doctorant en psychologie, Laboratoire CRPCC – LESTIC, Université de Bretagne Sud, Etudes sur l'influence des plantes sur la santé au travers de 4 gradients d'exposition :

- En immersion (« bains de nature », promenades en forêt,...)
- Plantes nous entourant
- Plantes en intérieur
- Représentation de plantes (posters, vidéos...)

ARTICLES EN LIGNE

20Minutes (27 août 2015), **Sommeil : le contact avec la nature aiderait les seniors à mieux dormir**, <http://www.20minutes.fr/sante/1674059-20150827-sommeil-contact-nature-aiderait-seniors-mieux-dormir>

Colibris, webzine (décembre 2014) **Un jardin qui soigne dans une maison de retraite**, <http://www.colibris-lemouvement.org/webzine/projets/un-jardin-de-soins-dans-une-maison-de-retraite>

CNRS, **La ville-nature**

http://www.cnrs.fr/cw/dossiers/dosbioville/contenu/alternative/alter2_textes.html
<http://www.cnrs.fr/cw/dossiers/dosbioville/bioville.html>

Dernières Nouvelles d'Alsace (15 juin 2014), **Gardons-les dans les bois...**

<http://www.dna.fr/divers/2014/06/15/gardons-les-dans-les-bois>

Futura Sciences (27 décembre 2014), **Bien-être et santé par la nature**, <http://www.futura-sciences.com/magazines/sante/infos/dossiers/d/medecine-bien-etre-sante-nature-1491/page/2/>

Le Nouvel Obs (19 juillet 2015), **La nature aide à bien vieillir ? Immunité, moral...Parcs et étangs nous font du bien**,

<http://leplus.nouvelobs.com/contribution/1397500-la-nature-aide-a-bien-vieillir-immunite-moral-parcs-et-etangs-nous-font-du-bien.html>

Le Parisien (30 juillet 2015) **Santé : les effets bénéfiques des plantes**,

<http://www.leparisien.fr/environnement/nature/sante-les-effets-benefiques-des-plantes-30-07-2015-4977375.php#xtref=https%3A%2F%2Fwww.google.com>

Le Point (29 juillet 2015), **Comment la nature fait du bien à notre santé mentale**,

http://www.lepoint.fr/sante/comment-la-nature-fait-du-bien-a-notre-sante-mentale-29-07-2015-1953183_40.php

Liberation (14 décembre 2014), **A Paris, des petits élevés au grand air**,

http://www.liberation.fr/vous/2014/12/14/a-paris-des-petits-eleves-au-grand-air_1163474



RÉSEAU ÉCOLE ET NATURE

Dynamique Sortir !

04 67 06 18 68 - coordination-sortir@ecole-et-nature.org - <http://sortir.reseauecoleetnature.org>

Parc Club du Millénaire - Bât. 31, 1025 rue Henri Becquerel - 34000 Montpellier -
Association Loi 1901, reconnue d'intérêt général. Agréée Jeunesse Education populaire et Protection de l'environnement.
SIRET n° 384 789 319 000 66 - Code APE : 9499Z - Organisme de formation : n° 91340668534

Metronews (29 juillet 2015), **L'étude santé du jour : marcher 90 minutes dans la nature permet de combattre la dépression**, <http://www.metronews.fr/info/l-etude-sante-du-jour-marcher-90-minutes-dans-la-nature-permet-de-faire-le-plein-de-vitamine-g/mogC!QDxijKzbxSbks/>

Slate.fr (26 décembre 2013) – **Il y a de plus en plus d'enfants myopes. Et on sait pourquoi**. <http://www.slate.fr/life/81391/myopes-enfants>

Terra Eco (25 septembre 2014) – **Comment on a interdit aux enfants de marcher**, <http://www.terraeco.net/Comment-on-a-interdit-aux-enfants,56622.html>

Terra Eco (30 juin 2011) – **A l'hôpital, des jardins aux petits soins**, <http://www.terraeco.net/A-l-hopital-des-jardins-aux-petits,18896.html>

The Guardian (19 novembre 2012), **If children lose contact with nature they won't fight for it**, <http://www.theguardian.com/commentisfree/2012/nov/19/children-lose-contact-with-nature>

The Guardian (16 août 2010) - **Why our children need to get outside and engage with nature**: <http://www.guardian.co.uk/lifeandstyle/2010/aug/16/childre-nature-outside-play-health>

The Telegraph – **Let our children play**:
<http://www.telegraph.co.uk/comment/letters/3642594/Letters-to-the-Daily-Telegraph.html>

QUELQUES SITES INTERNET

Le groupe Sortir! du Réseau Ecole et Nature
<http://biodiversite.reseaucoleetnature.org/sortir>

Tous dehors (Belgique)
www.tousdehors.be/

La Fondation « Wilderness UK »
<http://wildernessfoundation.org.uk>

Le blog de François Cardinal
<http://perdussanslanature.com>

Children and Nature network
<http://www.childrenandnature.org>

Child and Nature Alliance
<http://www.childnature.ca>



RÉSEAU ÉCOLE ET NATURE

Dynamique Sortir !

04 67 06 18 68 - coordination-sortir@ecole-et-nature.org - <http://sortir.reseauecoleetnature.org>

Parc Club du Millénaire - Bât. 31, 1025 rue Henri Becquerel - 34000 Montpellier -
Association Loi 1901, reconnue d'intérêt général. Agréée Jeunesse Education populaire et Protection de l'environnement.
SIRET n° 384 789 319 000 66 - Code APE : 9499Z - Organisme de formation : n° 91340668534