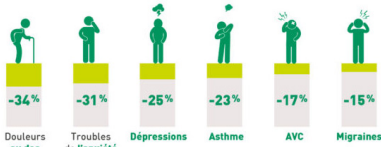


VIVRE À PROXIMITÉ D'UN ESPACE VERT RÉDUIT LA PRÉVALENCE  
DE NOMBREUSES MALADIES\*



\*Taux de prévalence des maladies pour 1 000 néerlandais vivant dans un environnement avec 10 % versus 10 % d'espaces verts (liberté dans un rayon d'1 à 3 km de leur habitation)

## Nous pouvons préserver notre santé en plantant du végétal chez nous et en ville

La nature nous protège

### POURQUOI LA SANTE HUMAINE SE DEGRADE-T-ELLE EN VILLE ?

Dans les espaces très urbanisés la santé humaine peut se dégrader plus rapidement provoquant<sup>(1)</sup> :

- des troubles liés au manque de nature de proximité,
- des troubles mentaux et des dépressions,
- une obésité croissante atteignant 17% de la population française en 2020.<sup>(2)</sup>

Le manque de nature et la pression émotionnelle due aux problèmes sanitaires, écologiques et sociaux causent des problèmes d'importance majeur pour la santé publique.

### Plantons la joie et la santé

#### 3 effets bénéfiques principaux du végétal

La présence d'espaces verts à proximité des lieux d'habitation peut améliorer les conditions de vie des citoyens, mais aussi la santé mentale et physique.



#### Besoin du contact avec la nature

La nature est essentielle à la santé en ville car elle améliore la qualité de l'air, réduit les nuisances et offre des espaces récréatifs.



#### Santé physique

Les espaces verts favorisent la pratique d'activités physiques réduisant l'obésité, les maladies cardiovasculaires et circulatoires.



#### Santé mentale

Le végétal améliore la santé mentale, réduit le stress et augmente les sentiments de joie et d'optimisme, limitant ainsi la dépression.<sup>(3)</sup>



### Pourquoi choisir votre producteur Verdir ?

- **Pour son expertise** : il connaît le végétal et l'environnement pour fournir des conseils optimisés aux besoins de votre jardin.
- **Pour une offre adaptée et locale** : il cultive des plantes in situ, acclimatées pour le lieu et donc plus résistantes aux conditions.
- **Pour consommer juste** : en renforçant l'économie locale et en soutenant une filière qui produit la solution pour le climat et la biodiversité.

Coordonnées de votre professionnel conseil

(1). Prévalence de la dépression par âge en France, statista.com, 2013 / (2). Surpoids et obésité de l'adulte, Ameli.fr, 2024  
(3). Les bienfaits du végétal en ville, Plante & Cité, 2013