

Etude BEFIT: recherche de participant·e·s

Les effets de la forêt sur la santé

Pour étudier les effets de «bains de forêt» sur la santé, Unisanté recherche 40 personnes intéressées à faire avancer la recherche. Le shinrin-yoku ou «bains de forêt», vient du Japon et est reconnu comme un mode de relaxation et de gestion du stress. Unisanté souhaite découvrir l'impact de ces bains sur les maladies cardiovasculaires et l'hypertension.



LIEUX : BOIS DU JORAT & VILLE DE
LAUSANNE

DATES: 25 septembre 2022
2 octobre 2022

HEURE : APRÈS-MIDI

POUR PARTICIPER, IL FAUT:

- AVOIR 40 ANS OU PLUS
- AVOIR UN SUIVI MÉDICAL POUR LE CHOLESTÉROL OU LA TENSION ARTÉRIELLE, OU ÊTRE EN SURPOIDS (IMC ENTRE 25 ET 30)
- ÊTRE DISPONIBLE 1 APRÈS-MIDI DE CHAQUE WEEKEND

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION

- DPSP.INFO@UNISANTE.CH, 021 545 45 14
- WWW.UNISANTE.CH/ETUDE-BEFIT