



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT^{DE}
BARCELONA

Naturconsells

Conservar la natura ens aporta molts beneficis. Els vols descobrir?

ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #1

Sabies que passejar envoltats
de natura afecta de manera
positiva el nostre benestar
físic i emocional?

ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #2

Els beneficis sobre la nostra salut dels espais verds són molts, entre ells la disminució de la depressió, l'ansietat, cardiopaties, problemes respiratoris, obesitat, etc.



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #3

Viure a prop d'espais naturals
facilita la pràctica d'activitat
física, beneficiant la nostra
salut i reduint el sedentarisme.



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #4

Saps que els espais verds també són Refugis climàtics? Ens proporcionen confort tèrmic per afrontar els efectes adversos de l'escalfament global.



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #5

Els arbres urbans ajuden a mantenir un millor confort tèrmic, especialment a l'estiu, gràcies a l'ombra i l'evapotranspiració.

ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #6

La temperatura a l'interior dels parcs urbans pot ser de fins a 2°C menys, produint un efecte refrescant també a zones urbanes properes.



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #7

Els espais verds intercepten
l'aigua de la pluja i redueixen
el risc d'inundacions.



An aerial photograph of Barcelona, Spain, showing the dense urban landscape and the Mediterranean Sea in the background. A semi-transparent light blue box is overlaid on the left side of the image, containing text and logos. The foreground shows a lush green hillside with a yellow tower, likely the Torre de Guàrdia.

ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #8

Els espais verds també ajuden a regular l'emissió dels gasos d'efecte hivernacle i reduir la contaminació atmosfèrica a les zones urbanes.

ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #9

Passejar per espais verds ens permet descansar de la contaminació acústica: als carrers amb més trànsit es pot arribar a 90 dB, quan als parcs estarem per sota dels 45 dB!



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #10

Les cobertes verdes o els jardins verticals ajuden a mantenir una temperatura estable a dins d'un edifici, i a reduir el consum energètic, tant a l'hivern com a l'estiu.



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #11

Les plantes milloren el nostre estat d'ànim. Els colors verds ens transmeten tranquil·litat, i els colors vius de les flors alegria.



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #12

Els arbres més vells poden albergar una gran quantitat de biodiversitat vivint en les seves cavitats.



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #13

Coneixes el Jardí Ferran Soldevila
de l'Edifici Històric de la UB?
Podràs relaxar-te passejant entre
més de 200 espècies vegetals.



ECOCONSELLS UB



UNIVERSITAT DE
BARCELONA

Naturconsell #14

La Facultat de Farmàcia
també disposa d'un itinerari
botànic per visitar el seu
Racó Verd.



Aquest document està subjecte a una Llicència Creative Commons

