

Ab ins Grüne!

Natur tut Körper und Seele gut.
Zwischen Bäumen, Wiesen und frischer Luft kannst du den Alltagsstress leichter hinter dir lassen und neue Energie tanken.

Studien zeigen, dass schon kurze Aufenthalte in der Natur Stress abbauen und die Stimmung verbessern können.



Foto: MAGs

Es reichen bereits ein kurzer Spaziergang im Park oder Wald & allein der Blick ins Grüne kann beruhigend wirken.

Auf der Website findest du eine Übersicht zu den schönsten Parks Münchens. **Ab ins Grüne!**

<https://www.muenchen.de/sehenswuerdigkeiten/parks-und-gaerten>

