

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Wolontariat jest korzystny dla zdrowia



Wolontariusze cieszą się lepszym zdrowiem psychicznym i dłużej żyją - wynika z analizy przeprowadzonej przez brytyjskich naukowców i opublikowanej w czasopiśmie "BMC Public Health".

Badacze z University of Exeter Medical School (W. Brytania) dokonali przeglądu wyników dotychczasowych badań nad ludźmi udzielającymi się w wolontariacie i stwierdzili, że wolontariusze rzadziej cierpią na depresję, odczuwają większą satysfakcję z życia i wyższy poziom dobrostanu psychicznego. Ponadto dobroczyńcy zazwyczaj żyją dłużej niż pozostali, mniej aktywni społecznie obywatele.

Mechanizm stojący za pozytywnymi efektami wolontariatu nie jest do końca znany. Niektórzy uważają, że korzyści związane ze zdrowiem fizycznym wynikają z faktu, że wolontariusze spędzają więcej czasu poza domem. Jednak w rzeczywistości sytuacja wydaje się bardziej skomplikowana, gdyż rezultaty badań sugerują, iż wpływ wolontariatu na lepszą jakość życia zanika, jeśli wolontariusze nie czują, że dostają coś w zamian za swoje zaangażowanie, a swoje działania zaczynają postrzegać w kategoriach ciężaru, a nie dobrowolnej, altruistycznej aktywności.

Statystyki pokazują, że obecnie dorośli wolontariusze stanowią 22,5 proc. populacji Europy, 27 proc. ludności Stanów Zjednoczonych i 36 proc. obywateli Australii. Rządy wielu krajów od kilku lat promują programy oparte na wolontariacie, nawołując do wspierania działalności na rzecz społeczeństwa

Dzięki wynikom niniejszych badań wiadomo, że wolontariat może przyczynić się nie tylko do poprawy sytuacji innych ludzi, ale również do osobistego szczęścia i polepszenia stanu zdrowia

Źródło: <http://www.pap.pl>

<http://laboratoria.net/aktualnosci/19136.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy