

### [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](#)

## Zieleń korzystna dla zdrowia psychicznego

Im więcej terenów zielonych w otoczeniu, tym lepiej dla psychiki - informuje pismo "Applied Geography". Wzrost obszaru terenów zielonych o 1 hektar w obrębie 300 m od miejsca zamieszkania był związany ze wzrostem zadowolenia z życia o 8 proc. - pokazało badanie przeprowadzone na londyńczykach.

Od dawna wiadomo było, że ludzie odczuwają pozytywne emocje, gdy mają kontakt z naturalnym środowiskiem. Ale ile potrzeba zieleni i jak blisko domów, aby przyniosło to korzyść?

Nowe badanie wykazujące na związek pomiędzy zielonym otoczeniem a dobrostanem psychicznym poszczególnych osób opublikowali naukowcy z University of Warwick, Newcastle University i University of Sheffield.

Dr Victoria Houlden, prof. Joao Porto de Albuquerque, prof. Scott Weich i prof. Stephen Jarvis postanowili zastosować nowe techniki badań geoprzestrzennych, aby stworzyć dokładną miarę związku między zieloną przestrzenią a 3 różnymi aspektami dobrostanu psychicznego. Większość wcześniejszych badań była w stanie wziąć pod uwagę ogólną ilość zieleni w określonym obszarze, a nie dokładną ilość zieleni otaczającej dom danej osoby i dawała niejednoznaczne wyniki.

Teraz dzięki połączeniu odpowiedzi ankietowych od 25 518 uczestników corocznej ankiety populacji brytyjskiej (APS) z danymi na temat kształtu, wielkości i lokalizacji 20 000 publicznych terenów zielonych w Londynie, zespół był w stanie dokładniej modelować rozmieszczenie zieleni tam, gdzie mieszkali uczestnicy ankiety i zbadać, jak wpłynęło to na ich samopoczucie.

Jak się okazało, londyńczycy mieszkający w odległości do 300 m od zieleni miejskiej (parki, rezerwy przyrody, place zabaw) mają znacznie lepsze samopoczucie – są szczęśliwsi, mają większe poczucie wartości i odczuwają większą satysfakcję z życia. Bliskość zieleni była przy tym ważniejsza niż takie czynniki stylu życia jak: zatrudnienie, dochód i ogólny stan zdrowia.

Wzrost obszaru terenów zielonych o 1 hektar w obrębie 300 metrów od miejsca zamieszkania był związany ze wzrostem zadowolenia z życia o 8 punktów procentowych, poczucia własnej wartości o 7 punktów, a szczęścia – o 5.

Autorzy mają nadzieję, że planiści wykorzystają wyniki, aby stworzyć zdrowszy, szczęśliwszy i bardziej produktywny krajobraz miejski.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/29161.html>



24-09-2024

## **Migrena to choroba - można ją leczyć**

Migrena to poważna choroba neurologiczna.



24-09-2024

## **Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tężec**

Szczepionki powinny być dostępne bezpłatnie w placówkach.



24-09-2024

## **I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach**

Będzie współpracowała na rzecz doskonalenia jakości kształcenia.



24-09-2024

## **Będzie kolejna edycja maratonu programistów**

Zgłoszenia do 7 października.



24-09-2024

## **Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżyce**

Od 29 września do 25 listopada.



24-09-2024

## **Astma oskrzelowa spowodziową konsekwencją**

Powiedział PAP prof. Bolesław Samoliński, alergolog.



24-09-2024

## **SpaceX planuje wystrzelenie 5 bezzałogowych misji na Marsa**

Ma się to odbyć w ciągu dwóch lat.



24-09-2024

# Potrzebne są globalne ustalenia odnośnie mikroplastiku

Okazją do działania może być przygotowywany przez ONZ traktat.

**Informacje dnia:** [Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją Migrena to choroba - można ją leczyć Jeżeli zranimy się przy powodzi, uwaga na tęczec I. Przychocka pełnomocnikiem ds. jakości kształcenia na studiach Będzie kolejna edycja maratonu programistów Przez dwa miesiące Ziemia będzie miała dwa księżycy Astma oskrzelowa popowodziową konsekwencją](#)

**Partnerzy**