

[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](#)

Jazda na rowerze najbardziej poprawia nastrój



Osoby, używające roweru jako środka transportu są ogólnie bardziej szczęśliwe niż ci, którzy korzystają z innych środków transportu - wskazują badania opublikowane w piśmie „Transportation”.

Naukowcy z Clemson University w Karolinie Południowej (USA) doszli do takich wniosków po przeanalizowaniu danych zebranych wśród ponad 13 tys. osób (uczestników studium o nazwie American Time Use Survey) na temat nastrojów i emocji, jakie towarzyszą im w trakcie różnych codziennych aktywności, w tym podróżowania.

„Okazało się, że ludzie są w lepszym nastroju, gdy przemieszczają się na rowerze niż gdy używają innego środka transportu” - komentuje główny autor pracy Eric Morris. Badacz zastrzega, że rowerzyści byli generalnie młodszy i zdrowsi pod względem fizycznym, a są to cechy, które z reguły sprzyjają większemu poczuciu szczęścia.

Na dalszym miejscu uplasowali się pasażerowie samochodów osobowych, a dalej osoby nimi kierujące. Osoby podróżujące autobusami lub tramwajami przejawiały najwięcej negatywnych emocji, choć zdaniem autorów badania, częściowo może to mieć związek z tym, że te środki lokomocji są nieproporcjonalnie często wykorzystywane do przemieszczania się do pracy.

Jak podkreślają naukowcy, wyniki te sugerują, że jazda na rowerze może dawać więcej korzyści niż - najczęściej cytowany - pozytywny wpływ na zdrowie.

Zaznaczają zarazem, że podróżowanie ma w porównaniu z innymi aktywnościami niewielki wpływ na nasze samopoczucie.

Źródło: www.nauka.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/21577.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