

### [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://www.nauka.pap.pl)

<https://laboratoria.net/aktualnosci/21577.html>



29-05-2026

**[Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie](#)**

## strony zmiany klimatu

Wynika z danych IMGW-PIB.



29-05-2026

## Wypalenie rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości

Wykazało badanie Uniwersytetu SWPS.



29-05-2026

## Studenci z Wrocławia pracują nad komunikacją opartą na falach...

Czy możliwa jest komunikacja bez użycia głosu i ruchu?



29-05-2026

## Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego

Są jeszcze miejsca, gdzie modele AI przegrywają w starciu z ludzkim intelektem.



29-05-2026

## [Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026](#)

W dniach 16-18 czerwca 2026 r. w EXPO XXI Warszawa



21-05-2026

## [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#)

Resort nauki udostępnił go.



21-05-2026

## [Kleszcz to tylko pośrednik](#)

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków.



21-05-2026

## [Pod względem leczenia czerniaka Polska w czołówce Europy](#)

W ciągu 8 lat przeżywalność pacjentów z tym nowotworem wzrosła o 20 proc.

**Informacje dnia:** [Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie strony zmiany klimatu](#) [Wypalenie rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości](#) [Studenci z Wrocławia pracują nad komunikacją opartą na falach mózgowych](#) [Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego](#) [Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#) [Susza/ Ulewne deszcze i fale upałów to dwie strony zmiany klimatu](#) [Wypalenie rodzicielskie może być poprzedzone spadkiem ciekawości](#) [Studenci z Wrocławia pracują nad komunikacją opartą na falach mózgowych](#) [Sztucznej inteligencji brakuje „iskry” i smaku badawczego](#) [Już za 3 tygodnie branża spotka się na PCI Days 2026](#) [Nowy wzór elektronicznej legitymacji studenckiej](#)

**Partnerzy**