

Priopćenje za medije
City of Vienna | International Offices – Zagreb

15. veljače 2024.

Bečka sveučilišta: Osobama čija su primanja manja priroda posebno godi

Studija koju je Sveučilište u Beču nedavno provelo u suradnji sa Sveučilištem za prirodne resurse i bioznanosti BOKU došla je do zanimljivog zaključka – osobama s nižim ekonomskim primanjima priroda posebno godi.

U svrhu ovog istraživanja uzet je reprezentativan uzorak austrijskog stanovništva s obzirom na dob, spol i regiju. Ispitano je 23.000 ljudi, a detaljne rezultate njihovih odgovora možete pronaći u časopisu [Health and Place](#).

Povezanost boravka u prirodi i dobrobiti

Ustanovljeno je tako da je povezanost između boravka u prirodi i dobrobiti izraženija među osobama čija su primanja manja nego među osobama koje zarađuju više. Ipak, potonje treba uzeti s rezervom jer vrijedi samo u slučaju da osobe aktivno traže i posjećuju prirodu, ne ako stanuju u blizini zelenih površina.

Niska primanja češće mogu izazvati depresiju i tjeskobu

Osobe čije su prihodi niži izložene su većem riziku od pojave simptoma depresije i tjeskobe, a moguće su i teškoće s mentalnim zdravljem. Veliki izvor pomoći u borbi s ovim rizikom leži u prirodi. Boravak u prirodi ne pogoduje samo tjelesnom zdravlju, već i održavanju mentalnog blagostanja. Neke od pogodnosti su snižavanje razine stresa, bolji rad imunološkog sustava, izraženije kognitivne sposobnosti, kvalitetniji san i općenito veće zadovoljstvo vlastitim životom.

Boravak u prirodi može izjednačiti razinu dobrobiti

Ishod studije ukazuje na to da osobe većih primanja raspolažu većom razinom dobrobiti neovisno o čestoti boravka u prirodi, dok se kod osoba nižih primanja primjećuje da razina blagostanja ipak ovisi o vremenu provedenom u prirodi. Osobe koje imaju manje prihode, a prirodu posjećuju nekoliko puta tjedno pokazale su jednaku razinu dobrobiti kao i najimućniji sudionici studije. Ovaj obrazac vrijedi kako za glavni grad, tako i za ostatak austrijskog teritorija. Boravi li, dakle, osoba barem jednom tjedno u prirodi, to dovodi do jednakog učinka na opću dobrobit kao da su njezini godišnji prihodi za 1.000 eura veći.

Prirodna odredišta moraju biti dostupna javnim prijevozom

Upravo zato potrebno je ozelenjavati gradske četvrti, osigurati prostor za rekreaciju i odmor u prirodi te se pobrinuti da blagodatni istinske prirode budu dostupne i javnim prijevozom. Ako joj dopustimo i ako je poštujemo, priroda nas liječi, usrećuje i pomaže u svim životnim situacijama, a ova bečka studija to još jednom dokazuje.

Slika 1: Priroda je izvor sreće, posebno za one manjih prihoda

© Freepik

Slika 2: Vrijeme provedeno u prirodi ne pogoduje samo tijelu, već i mentalnom zdravlju

© Freepik

Slika 3: Sveučilište za prirodne resurse i bioznanosti BOKU

© Schaub-Walzer / Stadt Wien

Kontakt

Lara Kuš, mag. philol. germ./lusit.

Suradnica za odnose s javnošću i medijima

Međunarodni ured Grada Beča u Zagrebu

Miramarska cesta 24 / 9. kat, 10000 Zagreb

E kus@viennaoffices.hr

T +385 1 646 26 24

M +385 99 573 51 85

www.viennaoffices.hr

<https://www.facebook.com/viennaofficeZG>

https://www.instagram.com/viennaoffices_zagreb/