



Denk aan het milieu. Denk na voor je print!

Bezoekje aan de zee maakt ons echt gelukkig



Door: [Ellen Provoost](#)

19/04/12 - 17u23 Bron: Daily Mail



We worden echt gelukkig van wat uit te waaien aan de kust, dat bevestigden psychologen.

Een studie aan de universiteit van Exeter en Plymouth ondervroeg 2750 mensen van 8 tot 80 jaar. Daaruit blijkt dat mensen van alle leeftijden die onlangs een bezoekje aan de kust, het platteland of een park in de stad brachten, zich beter voelden. Maar een tripje naar de zee leidde tot de meeste positieve gevoelens, deze mensen waren het meest herbronnen en het kalmst.

Professor Mathew White: "Onze hersenen zijn instinctief geprogrammeerd om zich goed te voelen aan de kust. Ook wordt de zee gepromoot als iets goed. Een bezoekje aan de kust kan zo helpen ziektes te bestrijden."

De Persgroep Digital. Alle rechten voorbehouden.