# Split proglašen najboljim gradom za poboljšanje raspoloženja

Prema nedavnom istraživanju koje je provela putnička organizacija za luksuzna kruzerska putovanja Scenic Cruises, Split je proglašen najboljim gradom za poboljšanje raspoloženja. Organizacija je na svojim mrežnim stranicama objavila popis 20 - dopamin destinacija na čijem se vrhu našao Split, pozicionirajući se ispred brojnih svjetskih metropola poput New Yorka, Amsterdama, Buenos Airesa i slično.

Ključni faktori za koje se smatra da utječu na oslobađanje dopamina - hormona sreće, a koji su uzeti kao kriteriji u istraživanju, su količina sunčeve svjetlosti, lokalna kuhinja, broj koraka / hodanje, kvaliteta zraka i zelene površine.

"Destinacija koja najviše potiče oslobađanje dopamina na našem popisu je Split, u Hrvatskoj. S 2.631 sati dnevnog svjetla godišnje, ovdje ćete dobiti prjeko potrebnu dozu vitamina D koja pomaže u poticanju proizvodnje hormona dobrog raspoloženja.

Što se tiče zelenih površina, Split se može pohvaliti Park-šumom Marjan koja se prostire na 79 četvornih kilometara. Na vrhu Telegrin (178 metara) čekaju vas panoramski pogledi na grad i Jadransko more. Ova park - šuma, poznata i kao "pluća grada", mogla bi biti jedan od razloga za visoku ocjenu Splita u kategoriji kvalitete zraka - u ovom slučaju, niži rezultat znači bolju kvalitetu.

Split je također široko priznat kao grad idealan za šetnje, što je dodatno potvrđeno visokim ocjenama u našoj ljetvici. Grad obiluje staza s drvoredima Idealnim za opuštajuće šetnje, kao i poznatom obalnom šetnicom s pogledom na more. Za one koji žele maksimalno Iskoristiti znamenitosti dok istražuju grad pješice, Split nudi brojne organizirane pješačke ture" , navode u članku.

Link na istraživanje dostupan [ovdje.](https://www.scenic.co.uk/blogs/dopamine-destinations)