

Αυτή είναι η πιο «ευτυχισμένη» πόλη για διακοπές στον κόσμο - Σε ποια θέση βρίσκεται η Αθήνα

/ [Γενικά Θέματα](#) / [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)



Η επιλογή του επόμενου προορισμού για διακοπές μπορεί να είναι μια περίπλοκη απόφαση, αν λάβει κανείς υπόψη την πληθώρα των διαθέσιμων επιλογών. Ωστόσο, αν η ευτυχία αποτελεί το βασικό σας κριτήριο, τότε η Λισαβόνα είναι ο ιδανικός τόπος.

Σύμφωνα με τον δείκτη Holiday Happiness Index της πλατφόρμας BookRetreats, η πορτογαλική πρωτεύουσα κατατάσσεται ως ο πιο ευτυχισμένος προορισμός στον κόσμο.

Η πλατφόρμα σημειώνει ότι πρόσφατες μελέτες αναδεικνύουν την αίσθηση της ευεξίας ως βασική προτεραιότητα των ταξιδιωτών κατά τη λήψη αποφάσεων.

Στη μελέτη αξιολογήθηκαν 47 προορισμοί παγκοσμίως με βάση παράγοντες όπως:

- Η έκθεση στο φως του ήλιου
- Η ευκολία μετακίνησης με τα πόδια (και η άσκηση που προκύπτει από αυτή)
- Η αναλογία των χώρων πρασίνου
- Η διαθεσιμότητα υγιεινού φαγητού
- Η ποιότητα του ύπνου

Παράγοντες που, όπως επισημαίνεται, είναι καθοριστικοί για την ευεξία και διεγείρουν φυσικά την παραγωγή των ορμονών της ευτυχίας στον οργανισμό.

Η αξιολόγηση πραγματοποιήθηκε υπό την καθοδήγηση της Νάταλι Ντατίλο-Ράιαν (Natalie Dattilo-Ryan), κλινικής ψυχολόγου στο Πανεπιστήμιο Χάρβαρντ και ειδικής στην ολιστική ευτυχία.

Τα συστατικά της ευτυχίας

«Σχεδόν το 10% των εστιατορίων της Λισαβόνας κατατάσσονται στην κατηγορία του υγιεινού φαγητού —το δεύτερο υψηλότερο ποσοστό στον δείκτη μας— ξεπερνώντας παγκόσμιες γαστρονομικές μητροπόλεις όπως το Παρίσι, το Τόκιο και τη Νέα Υόρκη», αναφέρουν τα συμπεράσματα, υπογραμμίζοντας παράλληλα τη ποικιλία και τις προσιτές τιμές. «Από τα φρέσκα θαλασσινά μέχρι τις παραδοσιακές ταβέρνες, το καλό φαγητό στην πόλη είναι προσιτό για τους περισσότερους προϋπολογισμούς».

Παράλληλα, η μελέτη εξάρει την ευκολία περιπάτου στη Λισαβόνα, παρά το ανάγλυφο και τις ανηφόρες της: «Η πόλη είναι συμπαγής και εύκολη στην εξερεύνηση με τα πόδια, προσφέροντας πανοραμικά σημεία θέας που επιβραβεύουν όσους προτιμούν έναν πιο χαλαρό ρυθμό».

Στα πλεονεκτήματα προστίθεται η αφθονία χώρων πρασίνου —με 49 τ.μ. πρασίνου ανά κάτοικο, σχεδόν τετραπλάσιο ποσοστό από αυτό της Μαδρίτης— καθώς και η άμεση πρόσβαση στη φύση και την ακτογραμμή, με τις παραλίες Κασκάις και Κόστα ντα Καπάρικα να απέχουν λιγότερο από μία ώρα με τα μέσα μαζικής μεταφοράς.

Όλα αυτά συνδυάζονται με τις 2.828 ώρες ηλιοφάνειας το χρόνο, έναν καταλύτη που, σύμφωνα με τη μελέτη, ενισχύει φυσικά τη διάθεση των επισκεπτών.

«Η Λισαβόνα διαφέρει από κάθε άλλο προορισμό. Η ικανότητα να προσφέρουμε διαφορετικούς τρόπους εμπειρίας και ανακάλυψης της πόλης, διατηρώντας ταυτόχρονα τη μοναδικότητά της, δημιουργεί αξία τόσο για τους επισκέπτες όσο και για τους κατοίκους», δήλωσε ο Αντόνιο Βάλε, Γενικός Διευθυντής του Οργανισμού Τουρισμού της Λισαβόνας.

Το top 10

Στη δεύτερη θέση της κατάταξης βρίσκεται το Ελσίνκι. Ως πρωτεύουσα της χώρας που έχει ανακηρυχθεί η ευτυχέστερη στον κόσμο, η παρουσία του στις πρώτες θέσεις δεν αποτελεί έκπληξη.

Τα καταπράσινα πάρκα και οι δενδροφυτευμένες λεωφόροι ενώνονται αρμονικά με μονοπάτια στο δάσος, παρέχοντας στους κατοίκους και τους επισκέπτες περίπου 126 τ.μ. χώρου πρασίνου ανά άτομο – περισσότερο από το διπλάσιο από τον μέσο όρο της Αυστρίας και πάνω από 50 φορές περισσότερο από την αναλογία στο Χονγκ Κονγκ.

Την πρώτη τριάδα συμπληρώνει το Ορλάντο των ΗΠΑ, το οποίο ξεχώρισε λόγω των θεματικών πάρκων, των λιμνών και των 2.930 ωρών ηλιοφάνειας ετησίως.

Με εξαίρεση το Ορλάντο, οι υπόλοιπες θέσεις της πρώτης δεκάδας καταλαμβάνονται εξ ολοκλήρου από ευρωπαϊκές πόλεις:

- Λισαβόνα (Πορτογαλία)
- Ελσίνκι (Φινλανδία)
- Ορλάντο (ΗΠΑ)
- Αθήνα (Ελλάδα)
- Εδιμβούργο (Σκωτία)
- Μαδρίτη (Ισπανία)
- Βιέννη (Αυστρία)
- Βουδαπέστη (Ουγγαρία)
- Όσλο (Νορβηγία)
- Βίλνιους (Λιθουανία)

briefingnews.gr