

GUTE VORSÄTZE FÜR 2021

65 %

Stress vermeiden oder abbauen

64 %

Mehr Zeit für Familie/Freunde

63 %

Umwelt- bzw. klimafreundlicher verhalten

60 %

Mehr bewegen/Sport

53 %

Gesünder ernähren

51 %

Mehr Zeit für mich selbst

34 %

Abnehmen

28 %

Weniger Handy, Computer, Internet

28 %

Sparsamer sein

20 %

Weniger fernsehen

15 %

Weniger Alkohol trinken

11 %

Rauchen aufgeben