

PRESSEMITTEILUNG

Research

Österreichs Lebensstil in der Corona-Krise: Jede/r Zweite lebt zurzeit bewusst gesund

- **Frauen achten deutlich stärker auf gesunde Ernährung als Männer**
- **Vegane und vegetarische Ernährung voll im Trend: Fast jede/r Vierte der 14-29-Jährigen und jede fünfte Frau ernährt sich vegetarisch oder vegan**
- **Zwei Drittel betreiben regelmäßig Sport**

54 Prozent der Österreicherinnen und Österreicher achten in der Corona-Krise auf einen gesundheitsbewussten Lebensstil, 47 Prozent auf gesunde Ernährung – das geht aus einer aktuellen Umfrage der Allianz Österreich hervor. Frauen haben dabei in praktisch allen wichtigen Aspekten von Gesundheit und Ernährung gegenüber den Männern die Nase vorne. Sie setzen außerdem häufiger als Männer auf vegetarische oder vegane Ernährung, die generell bei der jungen Generation ein starker Trend ist. Während der gesundheitsbewusste Lebensstil bei den 30-49-Jährigen oft zu kurz kommt, schaut derzeit die 50-Plus-Generation besonders auf ihr körperliches Wohlbefinden.

Keine Zigaretten, wenig Alkohol, viel Schlaf

„Als Gesundheitsversicherer beobachten wir einen positiven Trend hin zu mehr Gesundheitsbewusstsein. In den letzten Monaten ist eine neue Sensibilität entstanden und Gesundheit ist in Corona-Zeiten den meisten Menschen deutlich wichtiger als beispielsweise Karriereambitionen oder Freizeitvergnügen“, betont Mag. Christoph Marek, Vorstand der Allianz Österreich. Als wichtigste Maßnahmen gelten dabei für Herrn und Frau Österreicher: nicht rauchen (78 Prozent), wenig Alkohol trinken (65 Prozent) und auf ausreichend Schlaf achten (64 Prozent). Zu Vorsorgeuntersuchungen geht hingegen nur die Hälfte der Bevölkerung einigermaßen regelmäßig – unterdurchschnittlich hoch ist die Neigung zu Vorsorgeuntersuchungen interessanterweise gerade bei den Höhergebildeten. Aber Österreich zeigt sich trotz Corona-Einschränkungen sportlich aktiv: 67 Prozent betreiben laut Allianz Umfrage zumindest ein Mal in der Woche Sport – Frauen ebenso wie Männer, ältere Menschen fast genauso oft wie die Jungen.

Gesundheitsbewusste Frauen

„Gesunde Ernährung ist vor allem den Frauen ein großes Anliegen. Wenn in der Familie über Ernährungstrends gesprochen wird, fragen eher die Männer ihre Partnerin als umgekehrt“, berichtet Marek. Frauen essen öfter frisches und regionales Obst und Gemüse, trinken mehr Wasser und weniger Alkohol, vermeiden fettreiche Lebensmittel und verwenden häufiger Bio-Produkte. Quer durch die Bevölkerung achten zwei Drittel der Menschen darauf, sich mit regionalen Lebensmitteln zu versorgen. Unter den 13 Prozent der Österreicherinnen und

Österreicher, für die vegetarisch oder vegan zu essen ein stark beachteter Ernährungsfaktor ist, ist der Anteil der Frauen (18 Prozent) doppelt so hoch als jener der Männer (7 Prozent). Und vor allem bei den Jungen boomt das Thema: Jede/r Vierte der 14-29-Jährigen setzt auf vegetarische oder vegane Ernährung (23 Prozent) – das sind vier Mal so viele wie bei den Über-50-Jährigen (6 Prozent). Einen weiteren interessanten Aspekt zeigt die Allianz Umfrage auf: Während bei allgemeinen Gesundheitsfragen vorrangig der Arzt zu Rate gezogen wird, informieren sich die Meisten bei Ernährungsthemen primär im Internet (57 Prozent) und in den Medien (32 Prozent).

Die Umfrage wurde vom Market-Institut im Auftrag der Allianz Österreich als Online-Befragung durchgeführt. Befragt wurden 1.000 Personen ab 14 Jahren.

Wien, 16. Dezember 2020

Downloads im [Allianz Media Newsroom](#)

- Foto: Mag. Christoph Marek (© Allianz – Abdruck honorarfrei)
- Pressemitteilung als pdf
- Charts als pdf

Pressekontakte

Patricia Strampfer

Head of Corporate Communications
Allianz Gruppe in Österreich
Tel: +43 5 9009 80690
E-Mail: patricia.strampfer@allianz.at

David Weichselbaum

Corporate Communications
Allianz Gruppe in Österreich
Tel: +43 5 9009 80690
E-Mail: david.weichselbaum@allianz.at

Social media



Follow us on LinkedIn [@Allianz Österreich](#)



Follow us on Facebook [@allianzoesterreich](#)



Follow us on Facebook [@allianzkarriereinoesterreich](#)



Follow us on Twitter [@AllianzAustria](#)



Follow us on Instagram [@allianz_oesterreich](#)

Disclaimer

Die Allianz Gruppe Österreich übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit und Vollständigkeit der enthaltenen Aussagen und Informationen. Aus dieser Pressemitteilung erwachsen keine Rechtsansprüche - gleichgültig welcher Art. Irrtümer und Tippfehler sind vorbehalten.

Die Allianz Gruppe Österreich übernimmt keine Verpflichtung, die in dieser Meldung enthaltenen Aussagen und Informationen zu aktualisieren, soweit keine gesetzliche Veröffentlichungspflicht besteht.