

## West- und Südsteiermark: Alkoholfrei liegt im Trend

- ◆ **Ergebnisse der Umfrage vom Gesundheitsfonds Steiermark zum „Dry January“ in der Steiermark**
- ◆ **Ein Drittel (32 Prozent) trinkt seltener als einmal im Monat Alkohol**
- ◆ **„Dry January“ ist bei über einem Drittel (36 Prozent) bekannt**
- ◆ **Ein Drittel (32 Prozent) denkt darüber nach, den Alkoholkonsum zu reduzieren**

Der „Dry January“ gewinnt auch in der West- und Südsteiermark zunehmend an Bedeutung. Eine aktuelle Umfrage des Gesundheitsfonds Steiermark zeigt, dass die Bevölkerung in der Region ein wachsendes Interesse an einem bewussten Umgang mit Alkohol entwickelt. Der internationale Trend, im Jänner auf Alkohol zu verzichten, bietet nicht nur gesundheitliche Vorteile, sondern auch die Gelegenheit, persönliche Konsumgewohnheiten zu überdenken. „Diese Zahlen zeigen, dass die Initiative eine wichtige Grundlage bietet, um das Bewusstsein für einen verantwortungsvollen Umgang mit Alkohol zu fördern“, sagt **Michael Koren**, Geschäftsführer des Gesundheitsfonds Steiermark.

In der Versorgungsregion West- und Südsteiermark (Deutschlandsberg, Leibnitz, Voitsberg) zeigen die Ergebnisse ein klares Bild: 32 Prozent der Befragten haben zumindest gelegentlich darüber nachgedacht, ihren Alkoholkonsum zu reduzieren. Ein Drittel (32 Prozent) trinkt seltener als einmal im Monat, wobei 85 Prozent davon angaben, schon immer wenig oder keinen Alkohol konsumiert zu haben.

Über 70 Prozent der befragten Bevölkerung der West- und Südsteiermark trinken bei Feiern und besonderen Anlässen, über 60 Prozent bei Treffen mit Freund\*innen und rund 40 Prozent beim Ausgehen. Dabei bleiben die meisten moderat: 65 Prozent trinken ein bis zwei Gläser, während nur 9 Prozent mehr als sechs Gläser konsumieren. Wer regelmäßig Alkohol trinkt, tut dies vor allem aus Genuss (40 Prozent), zur Entspannung (29 Prozent) oder um Spaß zu haben (22 Prozent).

### „Dry – i bin dabei!“: Gemeinsam für mehr Lebensgefühl

Die Initiative „Dry January“ ist in der West- und Südsteiermark bei über einem Drittel (36 Prozent) bekannt und 10 Prozent haben schon mindestens einmal daran teilgenommen. „Die Ergebnisse machen es deutlich: ‚Dry January‘ ist nicht nur ein Trend, sondern ein wirksames Instrument, um Gesundheit und Lebensqualität zu steigern“, erklären **Bianca Heppner** und **Petra Wielender** von der Initiative „Weniger Alkohol – mehr vom Leben“ des Gesundheitsfonds Steiermark.

Jetzt liegt es an Aufklärung und Information, um mehr Menschen zu inspirieren, einen Monat ohne Alkohol auszuprobieren. Dafür setzt die Initiative „Weniger Alkohol – mehr vom Leben“ den gesamten Jänner über Schwerpunkte unter dem Motto „Dry i bin dabei!“ Die Kampagnenseite [www.mehr-vom-leben.jetzt/dry-january](http://www.mehr-vom-leben.jetzt/dry-january) bietet

- Zahlen, Daten, Fakten zum „Dry January“ in der Steiermark
- Motivierende Geschichten
- Tipps & Tricks zum Durchhalten
- Rezepttipps / alkoholfreie Alternativen

Zudem wird die Community auf [Facebook](#) und [Instagram](#) zum Mitmachen aktiviert.

Bereits 2022 holte die Initiative als Pionier den „Dry January“ nach Österreich. Weil der freiwillige Verzicht in der Gruppe und innerhalb eines vorgegebenen Rahmens leichter fällt, hat der Gesundheitsfonds Steiermark die aus Großbritannien stammende Mitmach-Challenge für die steirische Bevölkerung aufbereitet.

**Faktsheet** zum Download: [www.mehr-vom-leben.jetzt/dry-january](http://www.mehr-vom-leben.jetzt/dry-january)

#### **Details zur Umfrage:**

- ◆ Auftraggeber: Gesundheitsfonds Steiermark
- ◆ Methode: CAWI | Marketagent Online Access Panel
- ◆ Sample-Größe: n = 534 Netto-Interviews / 49,2 % Männer, 50,8 % Frauen
- ◆ Kernzielgruppe: Steirer\*innen ab 16 Jahren | Inzidenz: 100%
- ◆ Quotensteuerung: Sample repräsentativ für die steirische Bevölkerung | Random Selection | gewichtet

#### **Über Weniger Alkohol – Mehr vom Leben**

Die Initiative „Weniger Alkohol – Mehr vom Leben“ des Gesundheitsfonds Steiermark macht die steirische Bevölkerung durch unterschiedliche Maßnahmen und Aktivitäten auf einen genussvollen Umgang mit Alkohol aufmerksam. Sie schafft Bewusstsein für die Folgen von übermäßigem und missbräuchlichem Alkoholkonsum. Im Vordergrund stehen nicht Verbote, sondern Sensibilisierung und Information rund um das Thema Alkohol – und das stets ohne erhobenen Zeigefinger, sondern mit Humor und Augenmaß. Die Steiermark übernimmt österreichweit mit der Umsetzung des Aktionsplans zur Alkoholprävention eine Vorreiterrolle und setzt in sieben Schwerpunkten Maßnahmen um.

#### **Rückfragehinweis:**

Gesundheitsfonds Steiermark, Cornelia Kröpfl, BA MA

Tel. +43 (0) 676 8666 5416 oder E-Mail: [cornelia.kroepfl@gfstmk.at](mailto:cornelia.kroepfl@gfstmk.at)

W: [www.gesundheitsfonds-steiermark.at](http://www.gesundheitsfonds-steiermark.at)