

A woman with long brown hair, wearing a light-colored top, is smiling and holding a red apple. She is in a kitchen with wooden shelves in the background.

**Studie „Ende der Fastenzeit:
Verzicht auf Zucker & Co.“**

April 2017.

mhplus
Krankenkasse.

Ende der Fastenzeit: Verzicht auf Zucker & Co.

Befragung unter Bundesbürgern. Die Ergebnisse

Eckdaten

Inhalt

- Bevölkerungsrepräsentative Befragung der mhplus Krankenkasse zum Thema „Ende der Fastenzeit: Verzicht auf Zucker & Co.“

Grundgesamtheit

- 1010 Personen ab 18 Jahren
- Befragung durch einen Online-Anbieter
- Die Ergebnisse sind auf ganze Zahlen gerundet

Befragungszeitraum

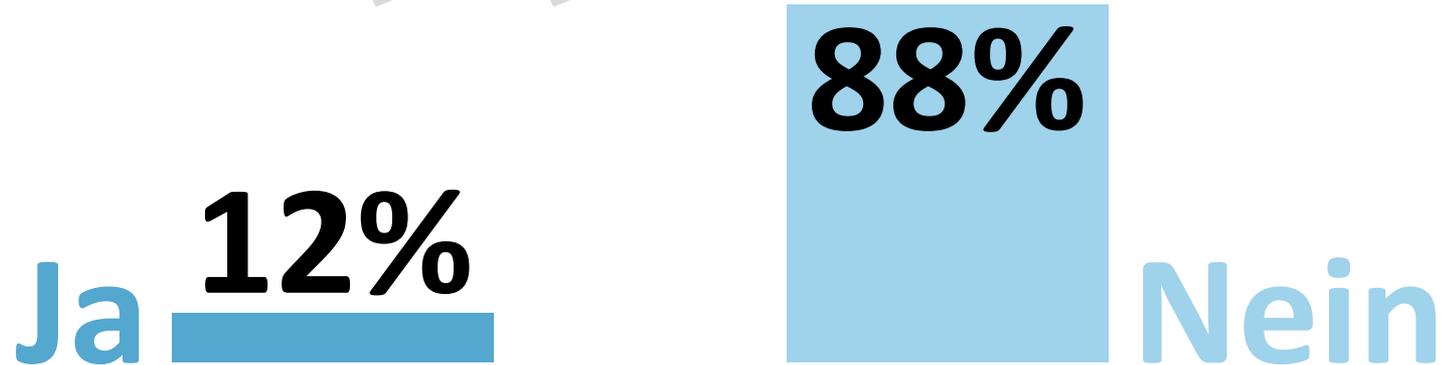
- 11. April 2017

Ende der Fastenzeit: Verzicht auf Zucker & Co.

Befragung unter Bundesbürgern. Die Ergebnisse

Frage: Haben Sie in diesem Jahr an der Fastenzeit teilgenommen?

Ja **12%**

A horizontal bar chart with two bars. The first bar, labeled 'Ja', is blue and represents 12%. The second bar, labeled 'Nein', is a darker blue and represents 88%. The percentages are written in large black font above each bar.

88%

Nein

70% Ich habe es geschafft, die Fastenzeit **konsequent** einzuhalten

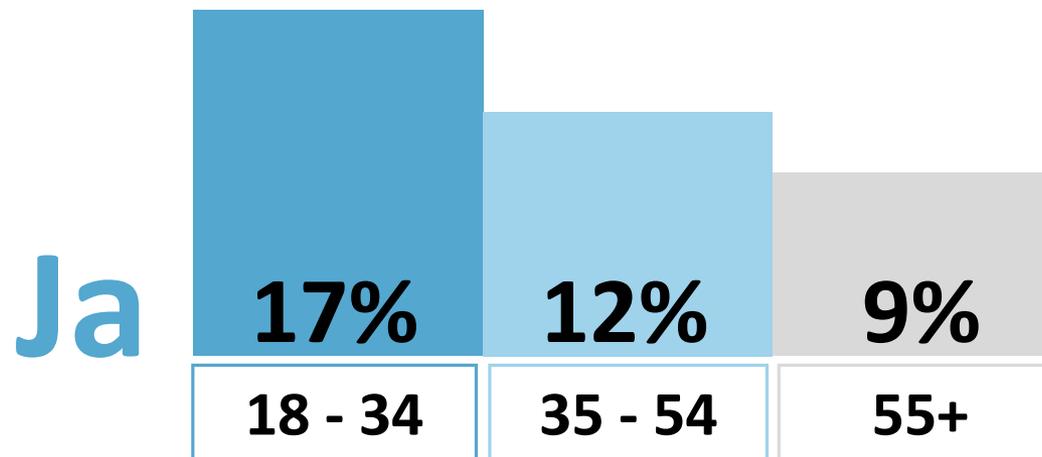
74% Die Fastenzeit **tut mir gut** – ich lebe danach bewusster

Ende der Fastenzeit: Verzicht auf Zucker & Co.

Befragung unter Bundesbürgern. Die Ergebnisse

Frage: Haben Sie in diesem Jahr an der Fastenzeit teilgenommen?

Vergleich der Altersgruppen



Ende der Fastenzeit: Verzicht auf Zucker & Co.

Befragung unter Bundesbürgern. Die Ergebnisse

12% gaben an, an der Fastenzeit teilgenommen zu haben

Frage: Worauf haben Sie in der Fastenzeit verzichtet?



67%
verzichteten auf Süßes



65%
verzichteten auf Zigaretten



61%
verzichteten auf Alkohol

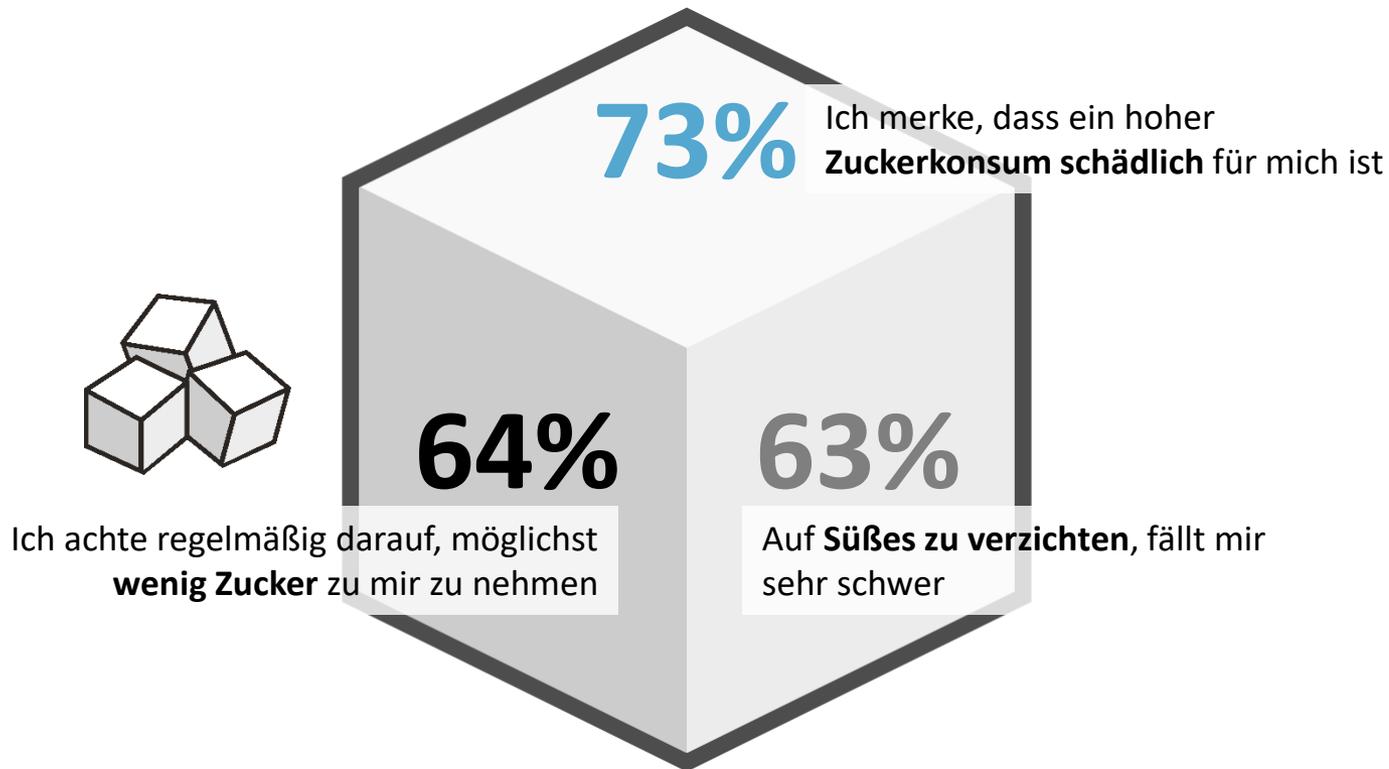


23%
verzichteten auf Fernsehen,
Videospiele oder Internet

Ende der Fastenzeit: Verzicht auf Zucker & Co.

Befragung unter Bundesbürgern. Die Ergebnisse

Frage: Wie ist Ihre Einstellung zum Thema Zucker?

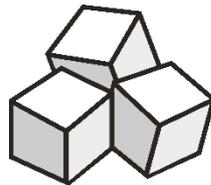


Ende der Fastenzeit: Verzicht auf Zucker & Co.

Befragung unter Bundesbürgern. Die Ergebnisse

Frage: Wie ist Ihre Einstellung zum Thema Zucker?

Vergleich der Geschlechter



Männer **68%**
Frauen **78%**

Ich merke, dass ein hoher **Zuckerkonsum** **schädlich** für mich ist

Männer **58%**
Frauen **70%**

Ich achte regelmäßig darauf, möglichst **wenig Zucker** zu mir zu nehmen

Männer **61%**
Frauen **64%**

Auf **Süßes zu verzichten**, fällt mir sehr schwer

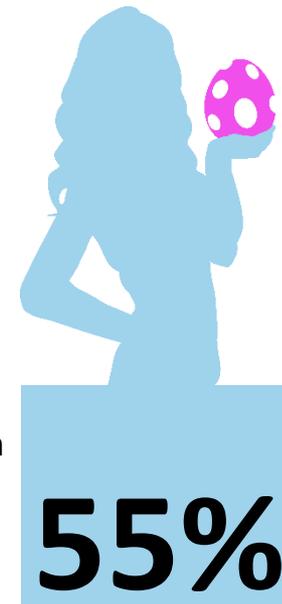
Ende der Fastenzeit: Verzicht auf Zucker & Co.

Befragung unter Bundesbürgern. Die Ergebnisse

Frage: Was halten Sie vom Fasten und von Süßigkeiten?



Ich freue mich schon auf **Schokolade** und andere **Süßigkeiten** an Ostern



mhplus Betriebskrankenkasse

Franckstraße 8

71636 Ludwigsburg

Telefon: 0 71 41 / 97 90 - 0

Telefax: 0 71 41 / 97 90 - 113

E-Mail: info@mhplus.de