

Presseinfo  
Graz, 19.12.2024

## „Dry January“ im Bezirk Liezen: Umfrage zeigt großes Potenzial für Alkoholverzicht

- ◆ **Ergebnisse der Umfrage vom Gesundheitsfonds Steiermark zum „Dry January“ in der Steiermark**
- ◆ **Fast zwei Drittel (60 Prozent) hat schon einmal darüber nachgedacht, den Alkoholkonsum zu reduzieren.**
- ◆ **Fast ein Drittel (30 Prozent) der Liezener\*innen trinkt seltener als einmal im Monat Alkohol.**
- ◆ **„Dry January“ ist bei über einem Drittel (37 Prozent) bekannt.**

Der Jahresbeginn lädt viele Menschen dazu ein, ihre Gewohnheiten zu überdenken – auch im Bezirk Liezen. Eine aktuelle Umfrage des Gesundheitsfonds Steiermark offenbart spannende Einblicke in den Alkoholkonsum und die Einstellung der Bevölkerung zum „Dry January“, einer internationalen Initiative, die für einen bewussten Verzicht auf Alkohol im Jänner steht.

Eine aktuelle Umfrage zeigt, dass sich im Bezirk Liezen bereits ein Großteil der Bevölkerung mit dem Thema auseinandersetzt. 60 Prozent der Befragten haben schon einmal darüber nachgedacht, ihren Alkoholkonsum zu reduzieren. Fast ein Drittel (30 Prozent) trinken seltener als einmal im Monat Alkohol, während niemand aus der Region angab, täglich Alkohol zu konsumieren. Feiern und besondere Anlässe bleiben die häufigsten Gelegenheiten für Alkoholkonsum (65 Prozent).

Die Initiative „Dry January“ ist mittlerweile bei über einem Drittel der Menschen im Bezirk Liezen (37 Prozent) bekannt, und 44 Prozent finden sie interessant. Zwar haben erst sechs Prozent mindestens einmal teilgenommen, doch die Vorteile des Alkoholverzichts werden klar gesehen: 38 Prozent schätzen die Möglichkeit, ihre Konsumgewohnheiten zu überdenken. 35 Prozent berichten von einer Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens. Weitere positive Effekte sind finanzielle Einsparungen (35 Prozent) und die Verbesserung der körperlichen Gesundheit (34 Prozent). „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.

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

„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)