

Presseinfo  
Graz, 19.12.2024

## Obersteiermark Ost: Alkoholfrei etabliert sich als Trend

- ◆ **Ergebnisse der Umfrage vom Gesundheitsfonds Steiermark zum „Dry January“ in der Steiermark**
- ◆ **Dry January ist bei einem Drittel (28 Prozent) bekannt**
- ◆ **40 Prozent der Teilnehmer\*innen machen sich seither bewusster Gedanken über ihren Alkoholkonsum**

Auch in der Obersteiermark gewinnt der „Dry January“, eine internationale Kampagne für einen alkoholfreien Jänner, zunehmend an Bekanntheit. Eine aktuelle Umfrage des Gesundheitsfonds Steiermark zeigt, dass die Region den bewussten Umgang mit Alkohol zu schätzen weiß.

40 Prozent der befragten Bevölkerung der Obersteiermark Ost (Bezirke Leoben und Bruck-Mürzzuschlag) haben bereits darüber nachgedacht, ihren Alkoholkonsum zu reduzieren. Gründe, warum Menschen Alkohol konsumieren, sind vor allem der Geschmack (35 Prozent), Entspannung (26 Prozent) und der Wunsch nach Spaß (22 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

Der „Dry January“ ist bei knapp 30 Prozent der Obersteirer\*innen bekannt, und fast 10 Prozent haben bereits mindestens einmal daran teilgenommen. Die Erfahrungen der Teilnehmenden sind positiv: Über 70 Prozent fanden es leicht oder sehr leicht, auf Alkohol zu verzichten. Ebenfalls rund 70 Prozent berichten von positiven Effekten auf ihre körperlich und/oder körperliche Gesundheit. 40 Prozent machen sich seither bewusster Gedanken über ihren Alkoholkonsum und trinken maßvoller. „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](https://www.facebook.com/mehrvomleben) und [Instagram](https://www.instagram.com/mehrvomleben) 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: <https://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)