Zukunft Gesundheit 2024

Jungen Bundesbürgern auf den Puls gefühlt

Eine Studie unter 14- bis 34-Jährigen
im Auftrag der vivida bkk und
in Kooperation mit der Stiftung
„Die Gesundarbeiter – Zukunftsverantwortung Gesundheit“
Villingen-Schwenningen, August 2024

vividabkk
Ihre Krankenkasse

Stiftung
Die Gesundarbeiter
Zukunftsverantwortung Gesundheit

Über die Studie

Inhalt

Im August 2024 führten die vivida bkk und die Stiftung „Die Gesundarbeiter – Zukunftsverantwortung Gesundheit“ eine Studie in Deutschland zum Thema „Zukunft Gesundheit 2024“ durch.

Untersuchungsdesign

B2C Befragung durch einen Online-Anbieter.

Grundgesamtheit

1.150 Teilnehmer, repräsentative Studie unter Bundesbürgern zwischen 14 und 34 Jahren.

Die Ergebnisse sind auf ganze Zahlen gerundet und addieren sich daher nicht immer auf genau 100 Prozent.

Inhalte

1. Ernährung und Bewegung
Wie achten die Teilnehmenden auf ihre Gesundheit?

2. Gesundheit
So gesund fühlen sich die jungen Bundesbürger

3. Work-Life-Balance
Das Leben stresst trotzdem / Flexibilität in allen Lebenslagen ist für junge Bundesbürger wichtig

4. Nach Freigabe von Cannabis
Kiffen ist nur für eine Minderheit ein Thema / Diese Folgen hatte die Legalisierung

5. Gespaltene Gesellschaft
Von Schlankheitswahn bis Adipositas / Was junge Bundesbürger von ihrem Körpergewicht halten

6. Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt
Junge Bundesbürger fordern ein Schulfach Gesundheit

Kapitel 1: Ernährung und Bewegung

Wie achten die Teilnehmenden auf ihre Gesundheit?

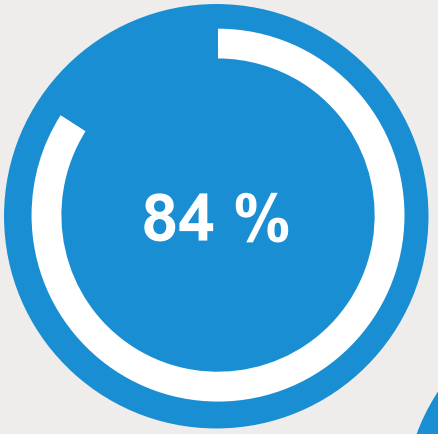
Thema Ernährung und Bewegung

Inwieweit treffen die folgenden Aussagen auf dich persönlich zu?

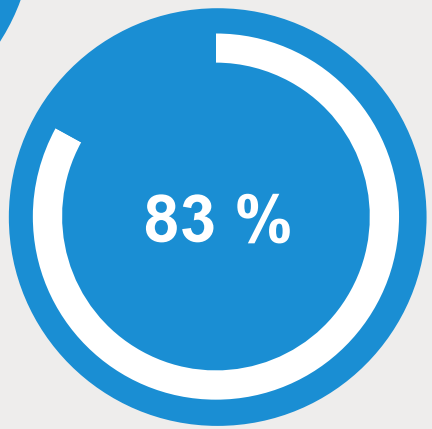
vividabkk
Ihre Krankenkasse

Stiftung
Die Gesundarbeiter
Zukunftsverantwortung Gesundheit

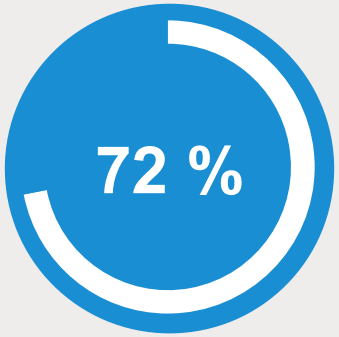
Trifft zu



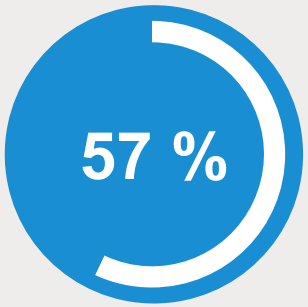
Ich würde mich gerne gesünder ernähren



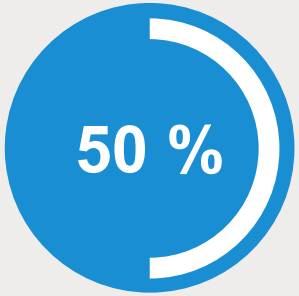
Ich würde gerne mehr Sport treiben



Ich würde gerne mehr für meine Gesundheit tun, im Alltag bleibt aber meist keine Zeit dazu



Ich fühle mich zu dick und möchte gerne abnehmen



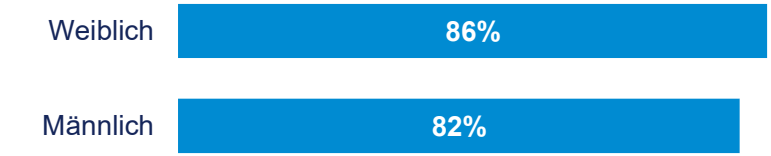
Ich ersetze Mahlzeiten häufig durch schnelle Snacks unterwegs

Thema Ernährung und Bewegung

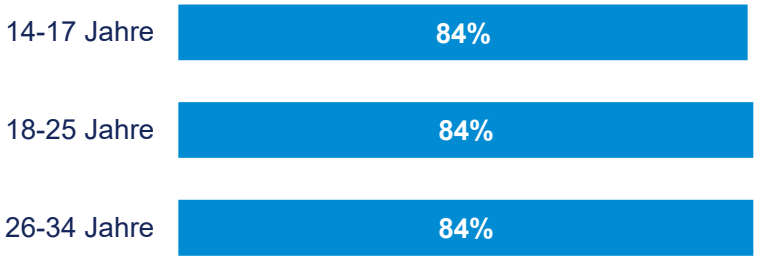
Ich würde mich gern gesünder ernähren

Trifft zu

Vergleich Geschlechter



Vergleich Altersgruppen

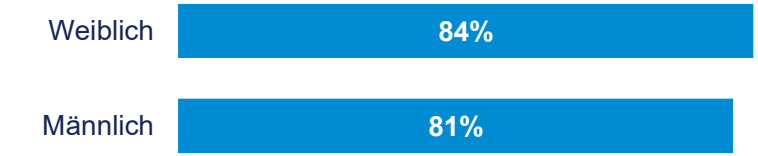


Thema Ernährung und Bewegung

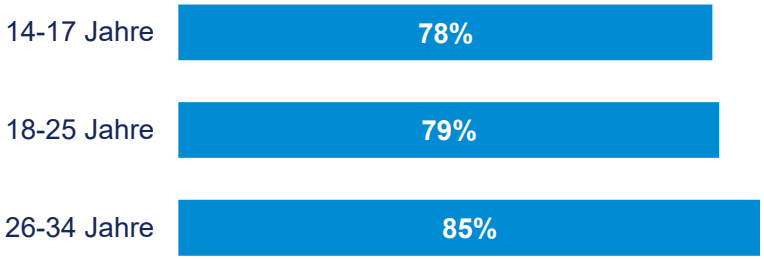
Ich würde gern mehr Sport treiben

Trifft zu

Vergleich Geschlechter



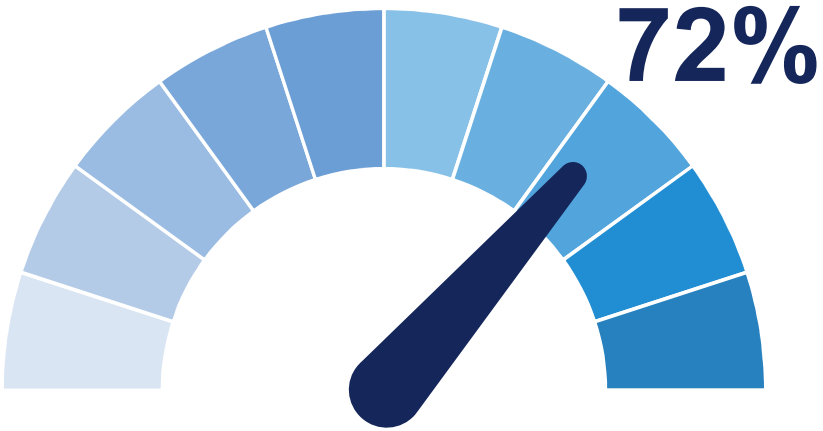
Vergleich Altersgruppen



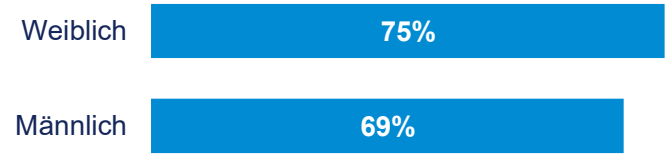
Thema Ernährung und Bewegung

Ich würde gern mehr für meine Gesundheit tun, im Alltag bleibt aber meist keine Zeit dazu

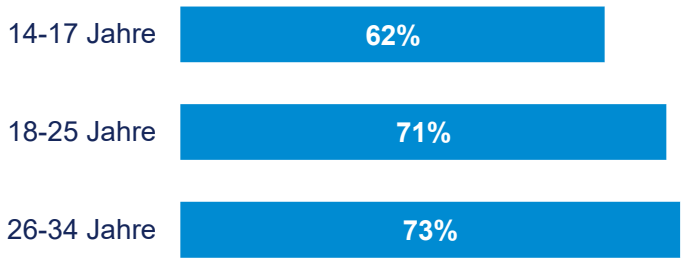
Trifft zu



Vergleich Geschlechter



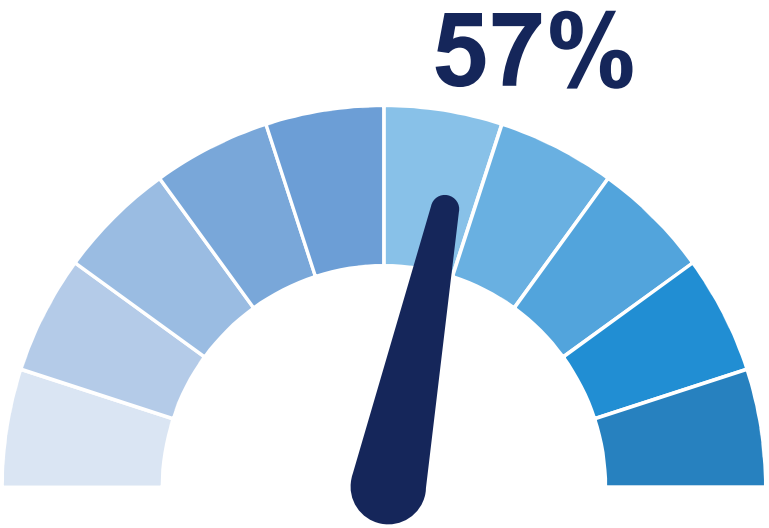
Vergleich Altersgruppen



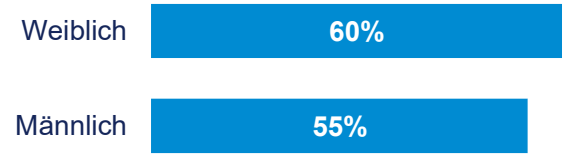
Thema Ernährung und Bewegung

Ich fühle mich zu dick und möchte gern abnehmen

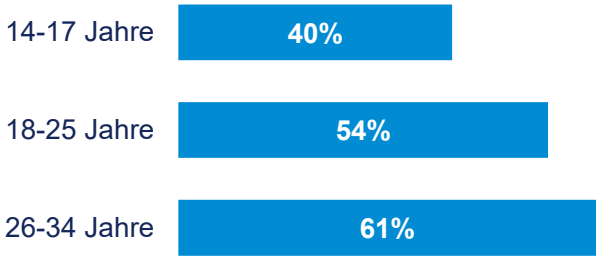
Trifft zu



Vergleich Geschlechter



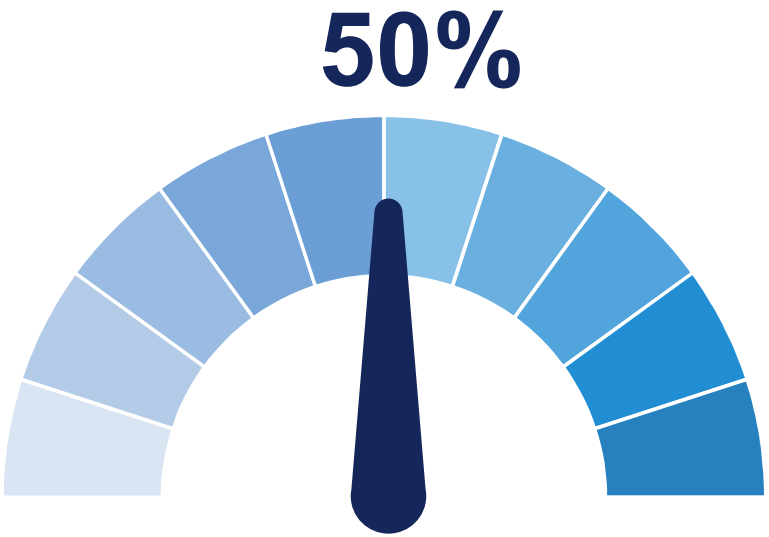
Vergleich Altersgruppen



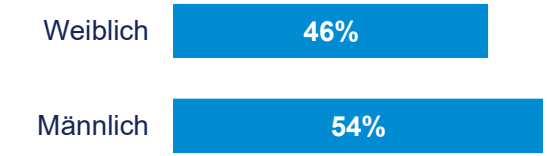
Thema Ernährung und Bewegung

Ich ersetze Mahlzeiten häufig durch schnelle Snacks unterwegs

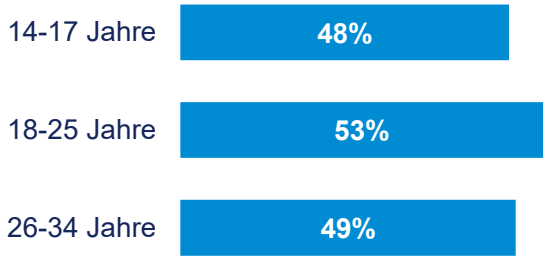
Trifft zu



Vergleich Geschlechter



Vergleich Altersgruppen



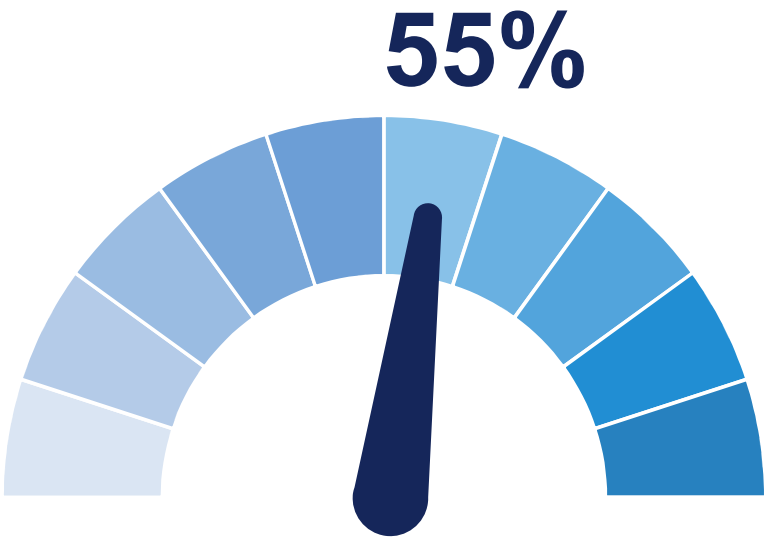
Kapitel 2: Gesundheit

So gesund fühlen sich die jungen Bundesbürger

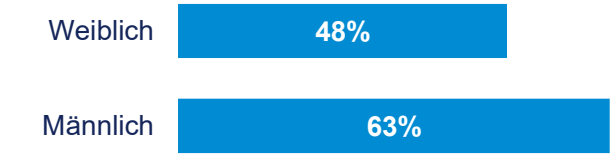
Thema Gesundheit

Inwieweit stimmst du dieser Aussage zu: „Ich fühle mich rundum gesund“

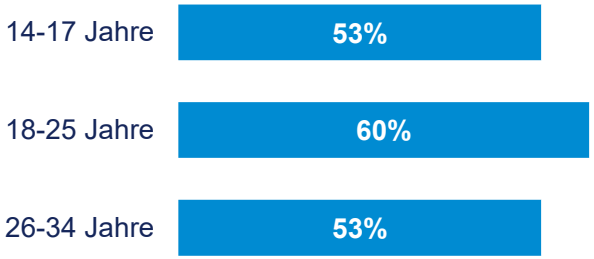
Trifft zu



Vergleich Geschlechter



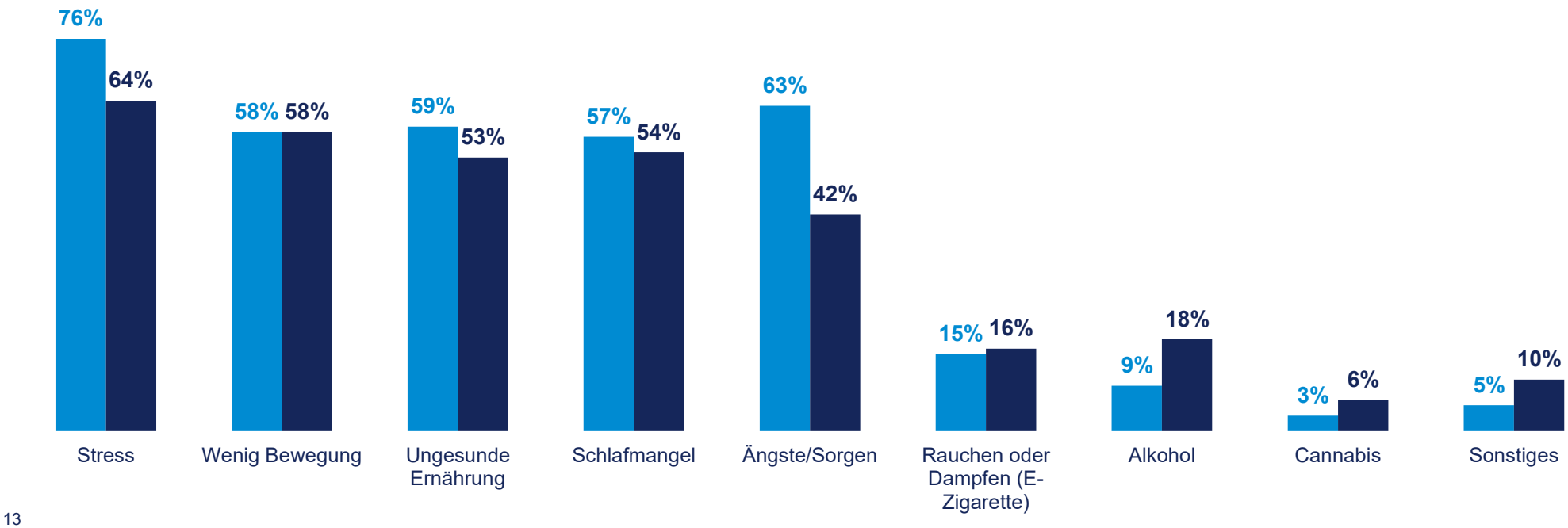
Vergleich Altersgruppen



Thema Gesundheit

Was meinst du, woran liegt es, dass du dich nicht rundum gesund fühlst?

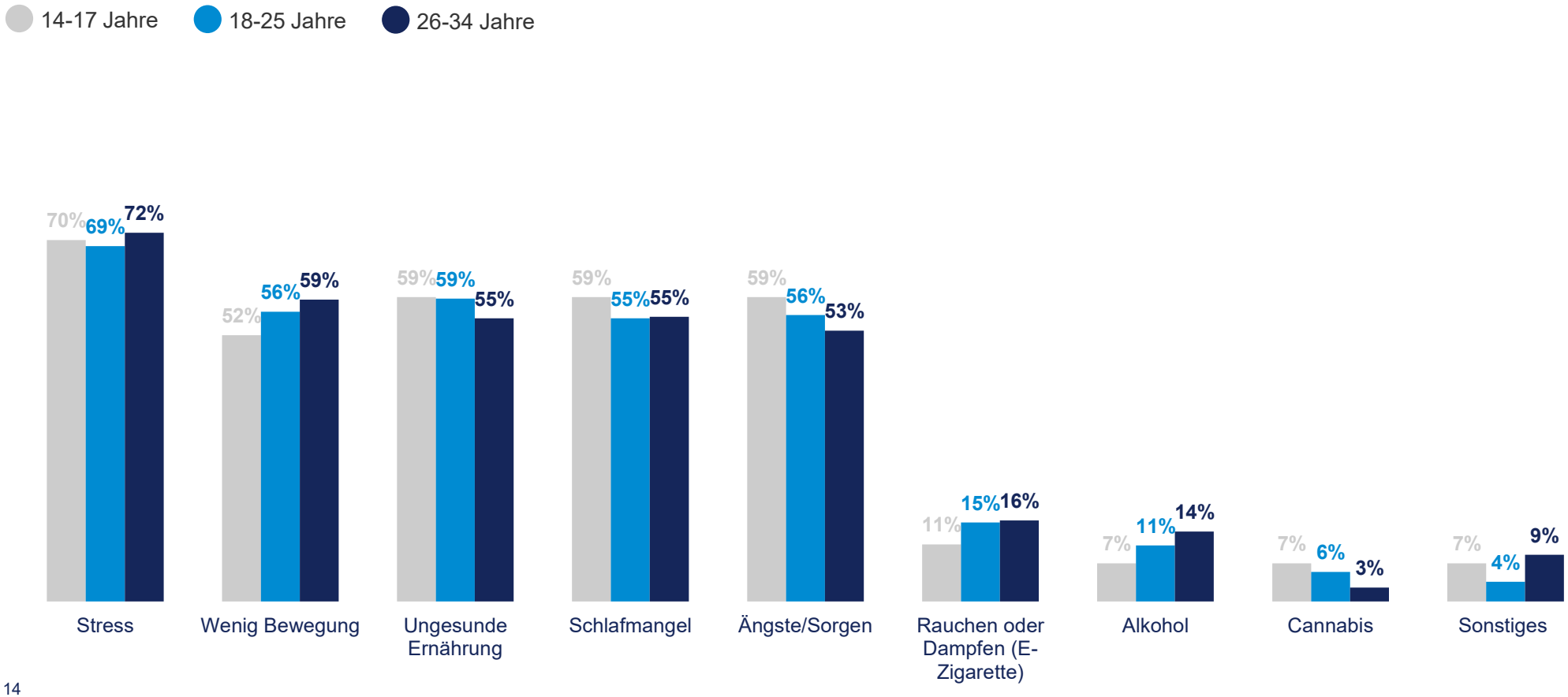
Nur Teilnehmer, die angegeben haben, sich nicht rundum gesund zu fühlen. Mehrfachantworten waren möglich.



Thema Gesundheit

Was meinst du, woran liegt es, dass du dich nicht rundum gesund fühlst?

Nur Teilnehmer, die angegeben haben, sich nicht rundum gesund zu fühlen. Mehrfachantworten waren möglich.



Kapitel 3: Work-Life-Balance

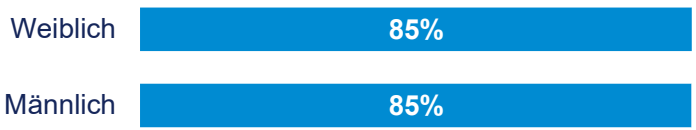
Das Leben stresst trotzdem / Flexibilität in allen Lebenslagen ist für junge Bundesbürger wichtig

Thema Work-Life-Balance

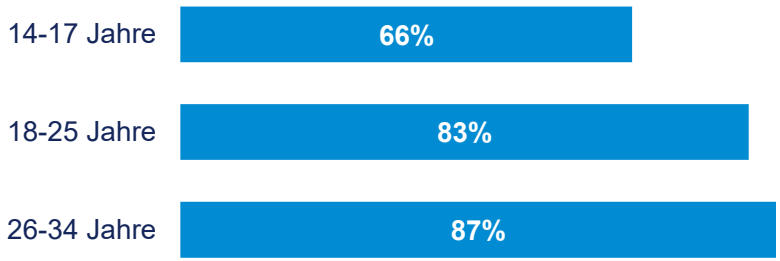
Mein Privatleben mit Familie, Freunden und Freizeit ist mir wichtiger als die Arbeit/Schule/Uni

Trifft zu/Trifft eher zu

Vergleich Geschlechter



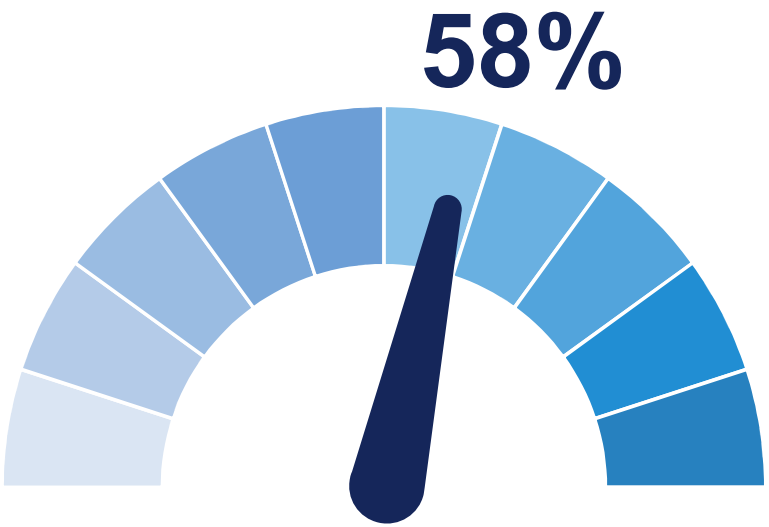
Vergleich Altersgruppen



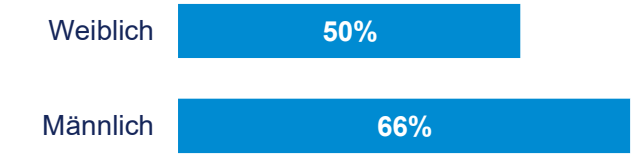
Thema Work-Life-Balance

Ich möchte im Beruf aufsteigen und Karriere machen, auch wenn ich dafür mehr arbeiten muss als normal

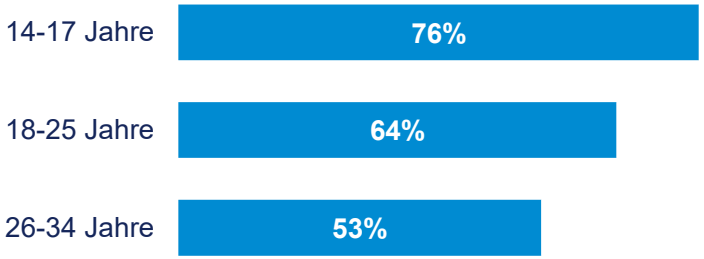
Trifft zu/Trifft eher zu



Vergleich Geschlechter



Vergleich Altersgruppen

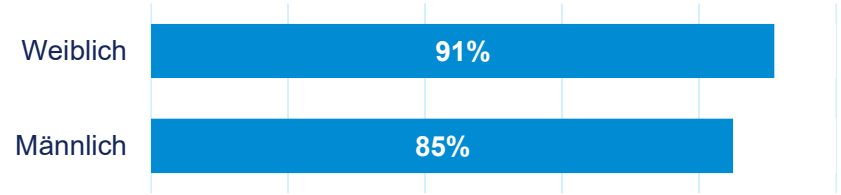


Thema Work-Life-Balance

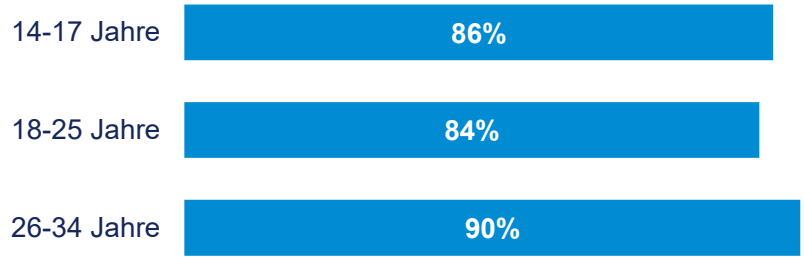
Ich möchte meine Arbeitszeiten flexibel der eigenen Lebenssituation anpassen

Trifft zu/Trifft eher zu

Vergleich Geschlechter



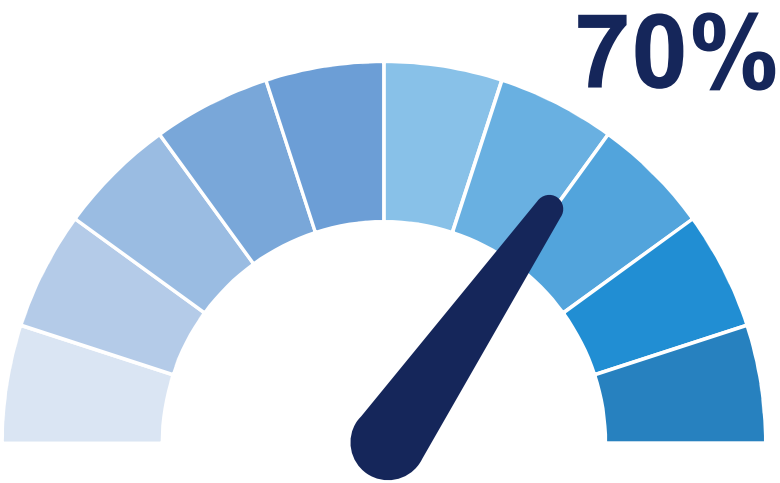
Vergleich Altersgruppen



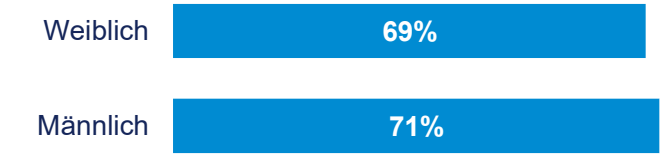
Thema Work-Life-Balance

Mir ist es wichtig, dass ich vollständig oder zeitweise von zuhause arbeiten kann

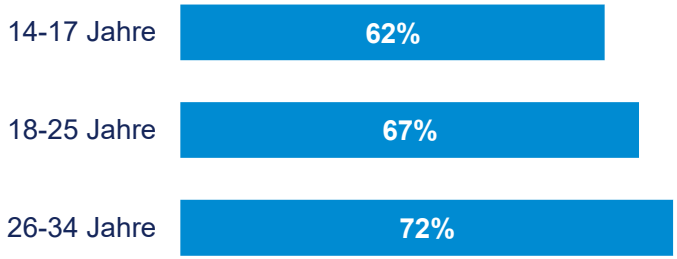
Trifft zu/Trifft eher zu



Vergleich Geschlechter



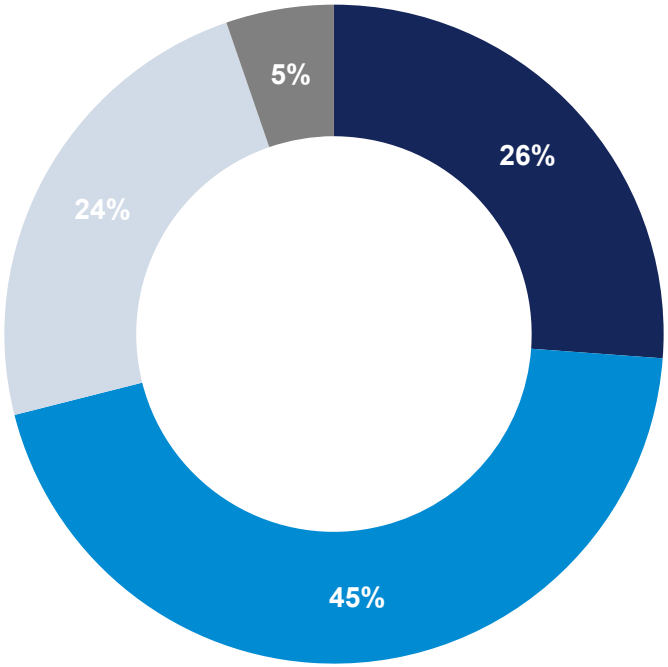
Vergleich Altersgruppen



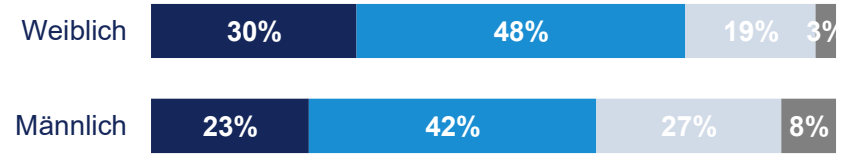
Thema Work-Life-Balance

Ich fühle mich oft gestresst

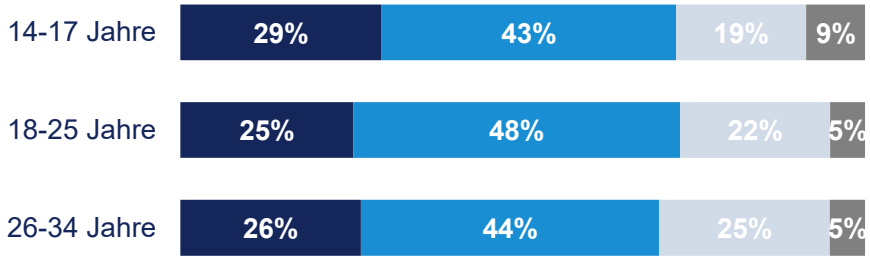
Trifft zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft nicht zu



Vergleich Geschlechter



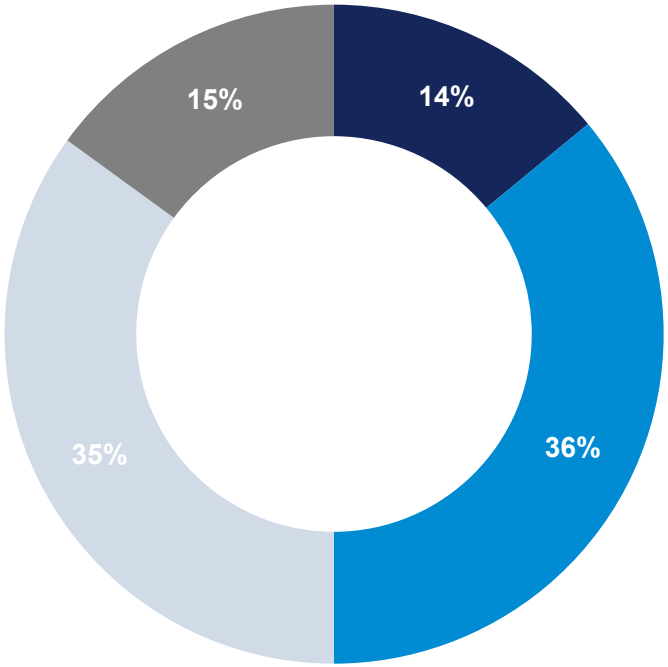
Vergleich Altersgruppen



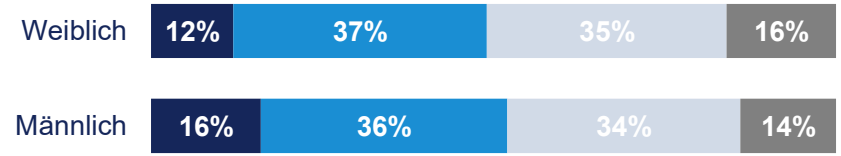
Thema Work-Life-Balance

Stress verursacht bei mir eher das Privatleben

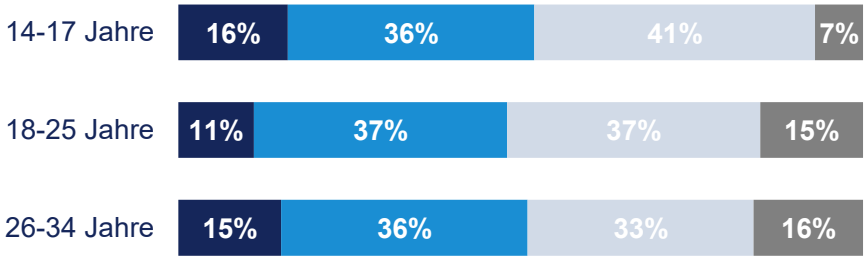
Trifft zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft nicht zu



Vergleich Geschlechter



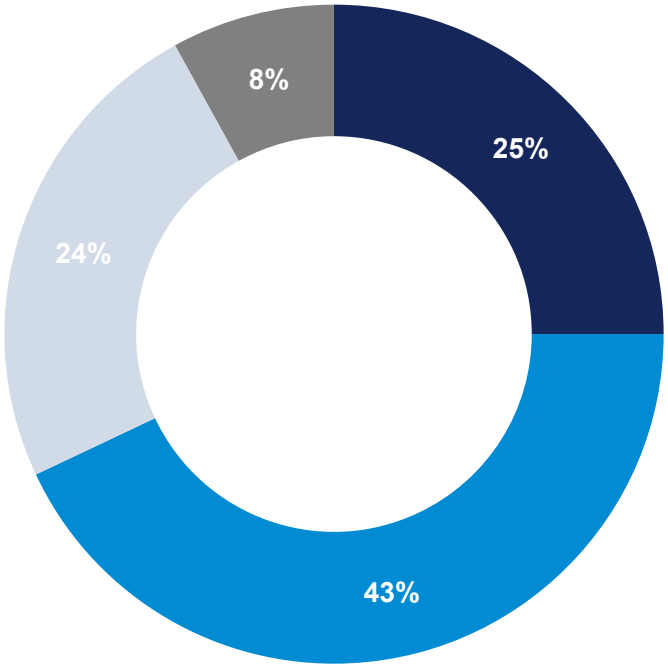
Vergleich Altersgruppen



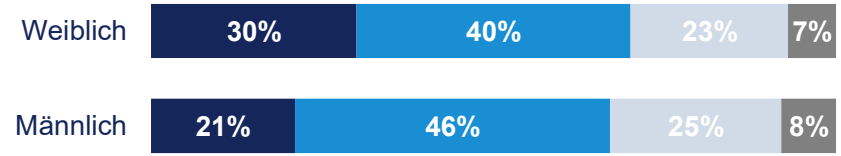
Thema Work-Life-Balance

Stress verursacht bei mir eher die Arbeit/Schule/Uni

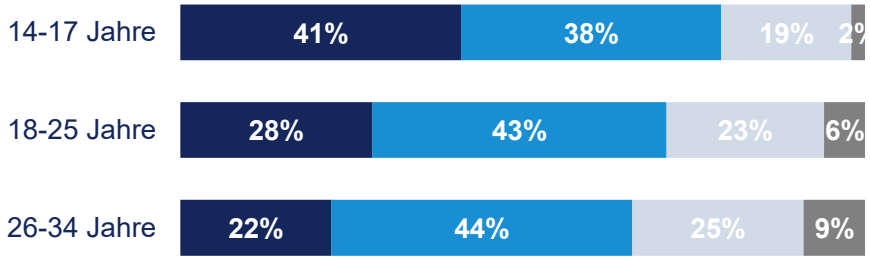
Trifft zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft nicht zu



Vergleich Geschlechter



Vergleich Altersgruppen



Kapitel 4: Nach Freigabe von Cannabis

Kiffen ist nur für eine Minderheit ein Thema / Diese Folgen hatte die Legalisierung

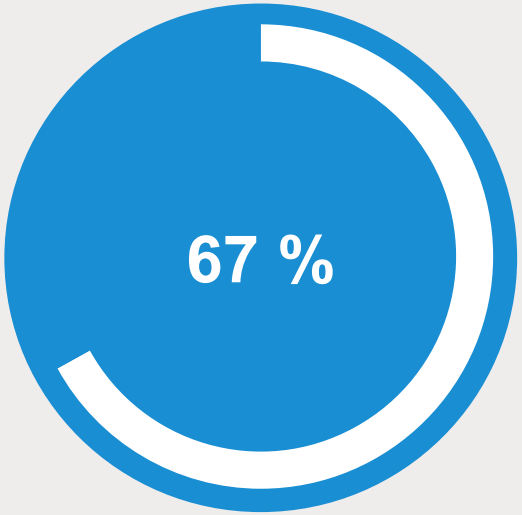
Nach Freigabe von Cannabis

Kiffen ist jetzt legal. Hat sich damit auch deine Einstellung verändert?

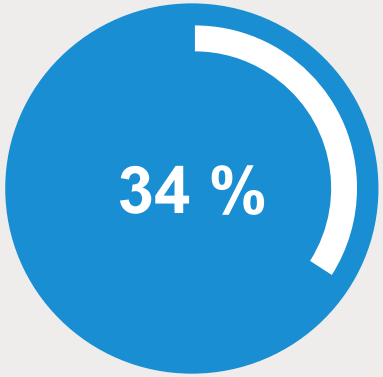
vividabkk
Ihre Krankenkasse

Stiftung
Die Gesundarbeiter
Zukunftsverantwortung Gesundheit

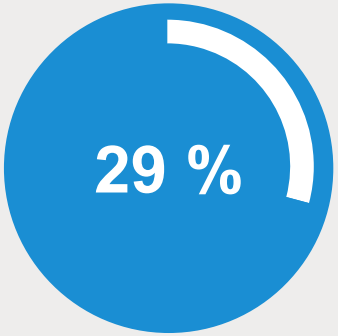
Trifft zu/Trifft eher zu



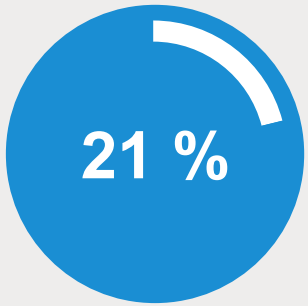
Ich lehne Kiffen grundsätzlich ab – auch wenn es legal ist



Die Freigabe von Cannabis zeigt: Kiffen ist unbedenklich



In meinem Umfeld kiffen mehr Leute als vor der Legalisierung

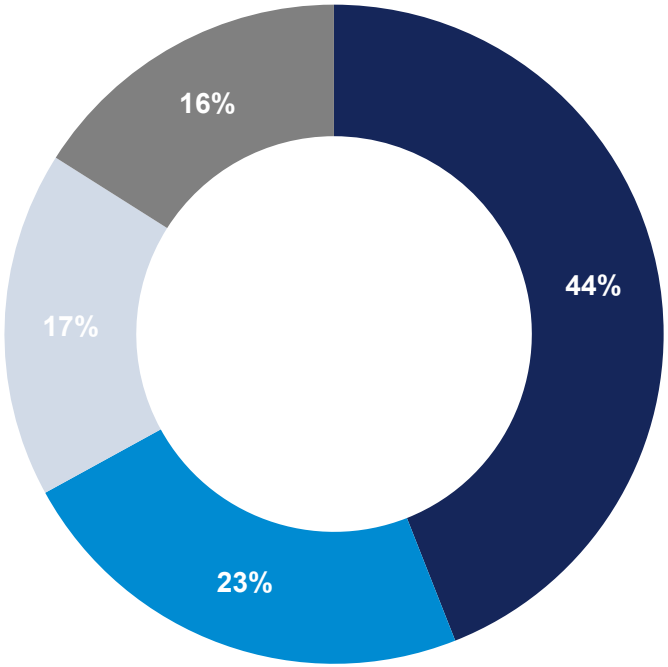


Ich kann jetzt offen kiffen und mache das auch häufiger als früher

Nach Freigabe von Cannabis

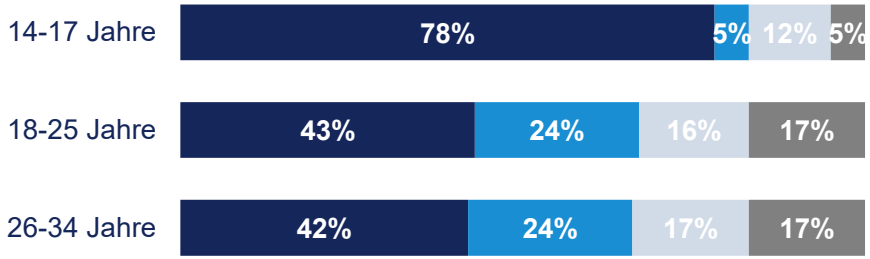
Ich lehne Kiffen grundsätzlich ab – auch wenn es legal ist

Trifft zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft nicht zu



Vergleich Geschlechter

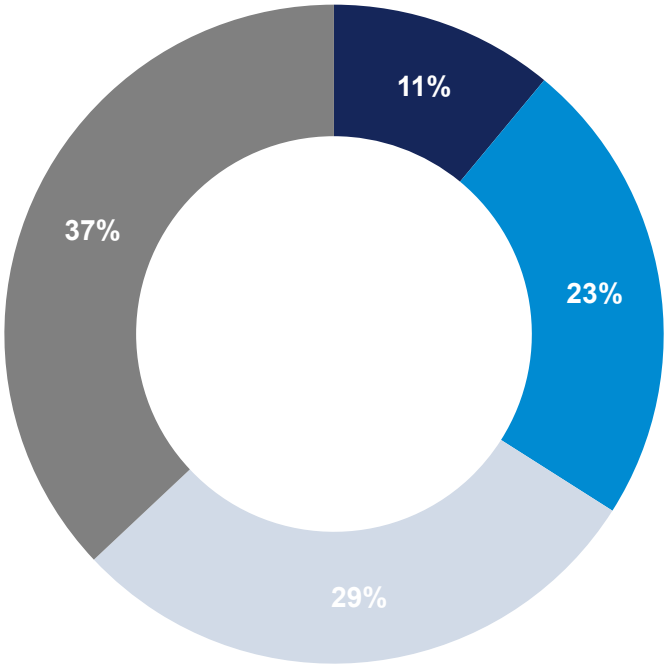
Vergleich Altersgruppen



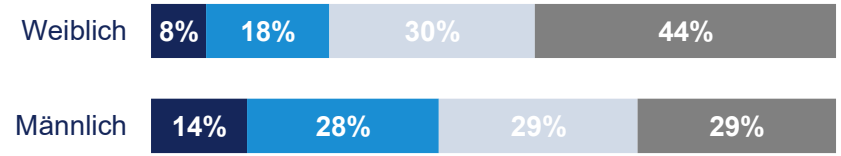
Nach Freigabe von Cannabis

Die Freigabe von Cannabis zeigt: Kiffen ist unbedenklich

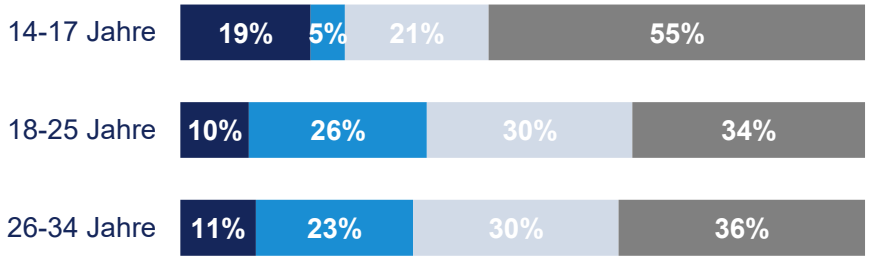
Trifft zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft nicht zu



Vergleich Geschlechter



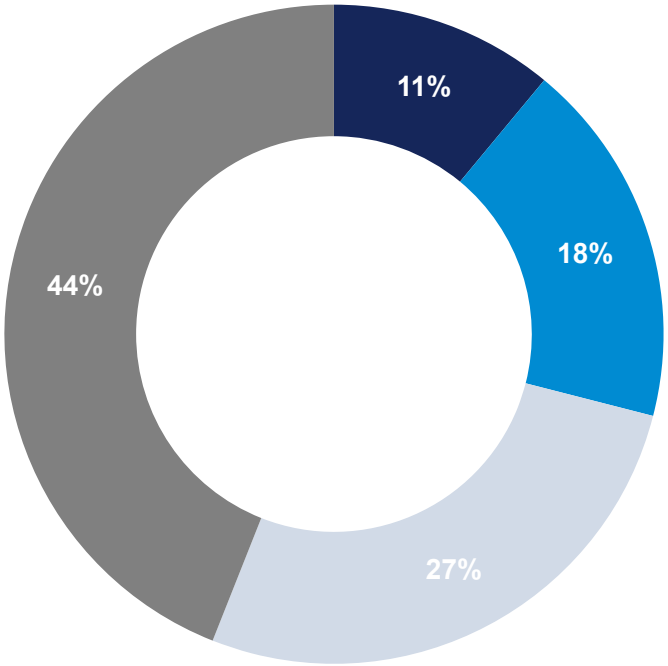
Vergleich Altersgruppen



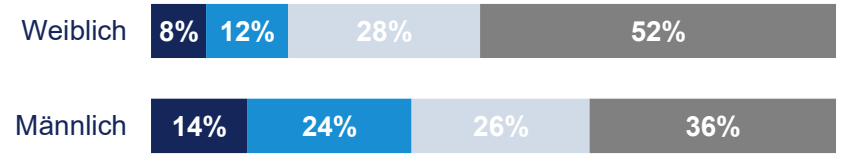
Nach Freigabe von Cannabis

In meinem Umfeld kiffen mehr Leute als vor der Legalisierung

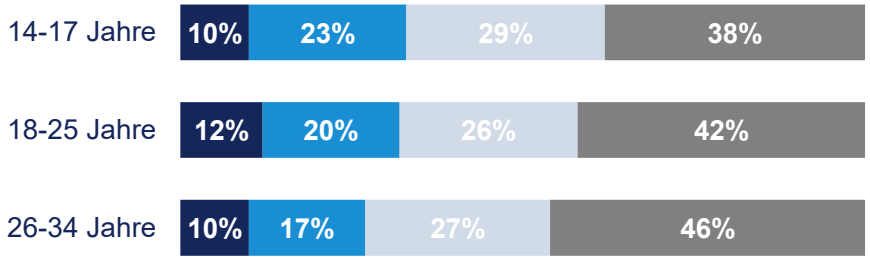
Trifft zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft nicht zu



Vergleich Geschlechter



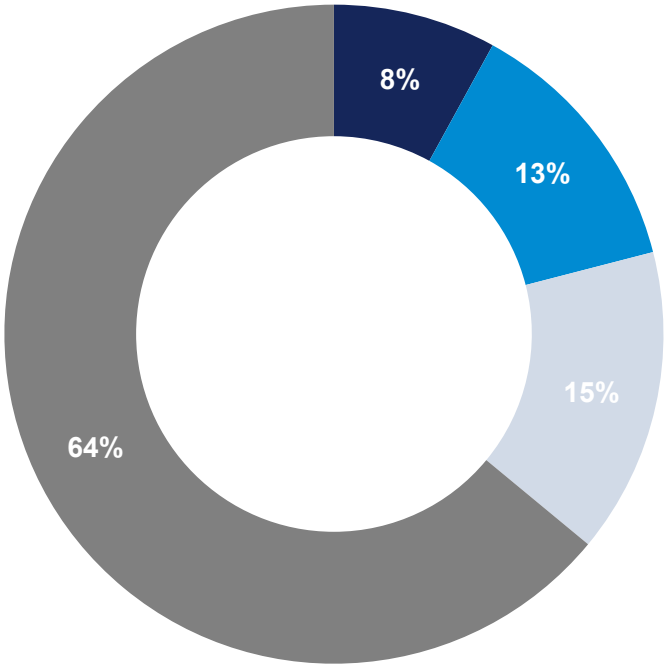
Vergleich Altersgruppen



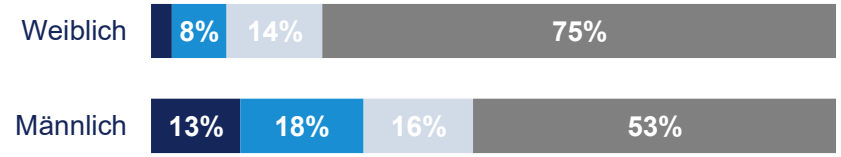
Nach Freigabe von Cannabis

Ich kann jetzt offen kiffen und mache das auch häufiger als früher

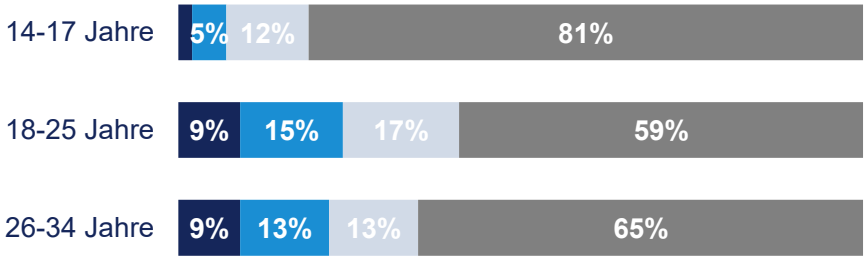
Trifft zu | Trifft eher zu | Trifft eher nicht zu | Trifft nicht zu



Vergleich Geschlechter



Vergleich Altersgruppen

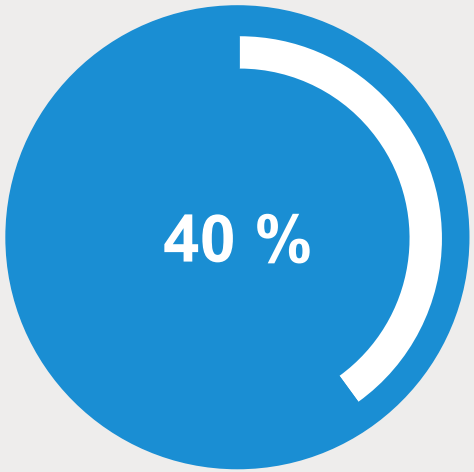


Kapitel 5: Gespaltene Gesellschaft

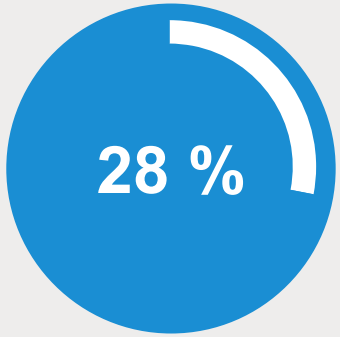
Von Schlankheitswahn bis Adipositas / Was junge Bundesbürger von ihrem Körpergewicht halten

Gespaltene Gesellschaft

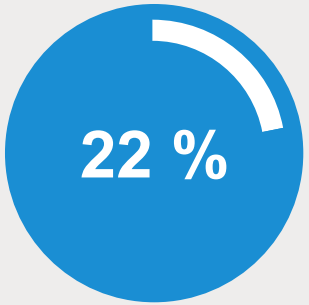
Thema Übergewicht: Was trifft auf dich zu und wie ist deine Einstellung dazu?



Ich habe Normalgewicht, möchte aber trotzdem etwas abnehmen



Ich fühle mich zu dick, habe aber kein wirkliches Übergewicht



Ich bin übergewichtig wie rund jeder zweite Bundesbürger auch

Gespaltene Gesellschaft

Thema Übergewicht: Was trifft auf dich zu und wie ist deine Einstellung dazu?

vividabkk
Ihre Krankenkasse

Stiftung
Die Gesundarbeiter
Zukunftsverantwortung Gesundheit

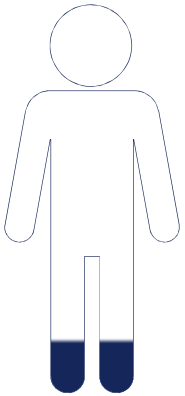
	Ich habe Normalgewicht, möchte aber trotzdem etwas abnehmen	Ich fühle mich zu dick, habe aber kein wirkliches Übergewicht	Ich bin übergewichtig wie rund jeder zweite Bundesbürger auch
Geschlecht			
Weiblich	44%	30%	24%
Männlich	36%	26%	20%
Alter			
14-17 Jahre	52%	21%	16%
18-25 Jahre	39%	25%	19%
26-34 Jahre	39%	29%	25%

Gespaltene Gesellschaft

Thema Übergewicht: Was trifft auf dich zu und wie ist deine Einstellung dazu?

Man kann doch gar nicht schlank genug sein – abnehmen geht immer

13%



Geschlecht

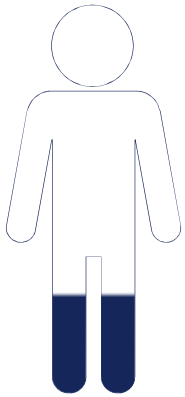
Weiblich	12%
Männlich	14%

Alter

14-17 Jahre	21%
18-25 Jahre	14%
26-34 Jahre	12%

Ein paar Kilo mehr auf der Waage ist besser als ein paar Kilo zu wenig

26%



Geschlecht

Weiblich	23%
Männlich	29%

Alter

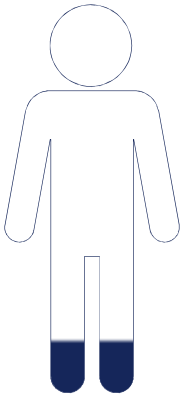
14-17 Jahre	28%
18-25 Jahre	29%
26-34 Jahre	24%

Gespaltene Gesellschaft

Thema Übergewicht: Was trifft auf dich zu und wie ist deine Einstellung dazu?

Um abzunehmen, faste ich zeitweise

13%



Geschlecht

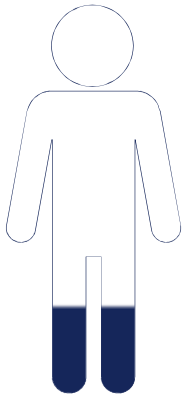
Weiblich	12%
Männlich	14%

Alter

14-17 Jahre	5%
18-25 Jahre	14%
26-34 Jahre	13%

Ich treibe viel Sport, um Kilos zu verlieren

22%



Geschlecht

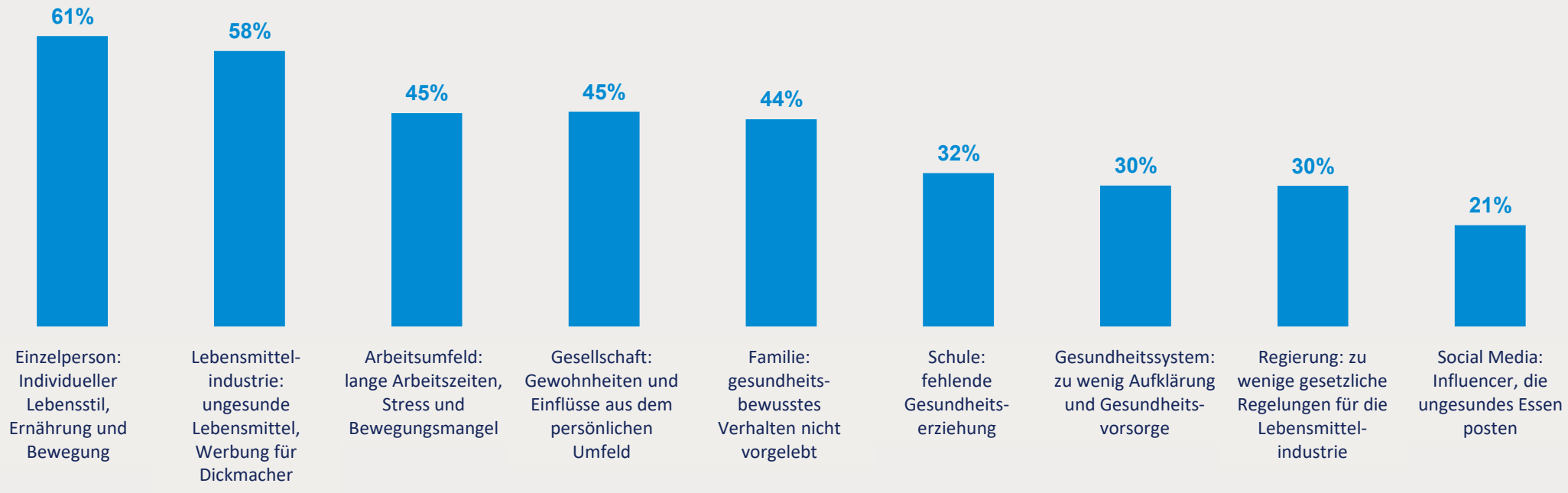
Weiblich	19%
Männlich	25%

Alter

14-17 Jahre	22%
18-25 Jahre	24%
26-34 Jahre	21%

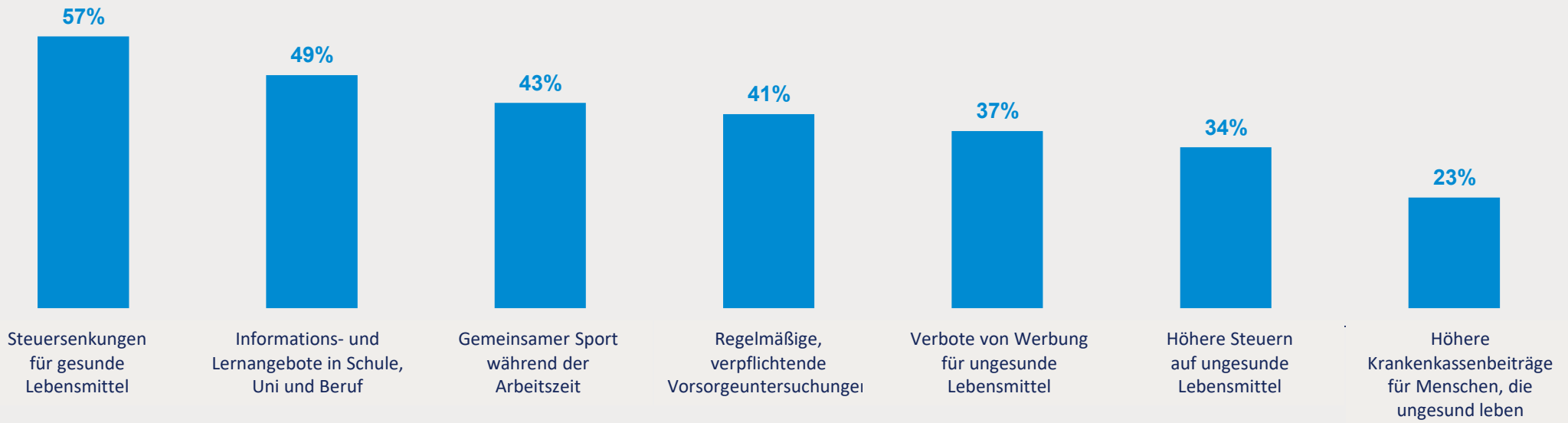
Gespaltene Gesellschaft

Wer trägt die Verantwortung dafür, dass rund jeder zweite Bundesbürger Übergewicht hat?



Gespaltene Gesellschaft

Wie könnte Übergewicht vermieden werden? Welche der folgenden Maßnahmen würdest du begrüßen?



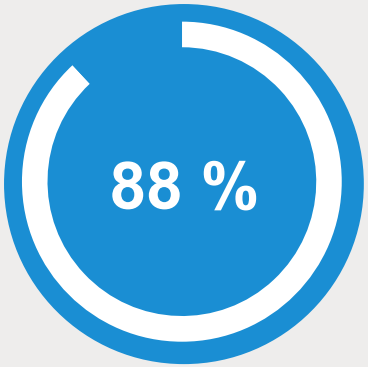
Gespaltene Gesellschaft

Wie ist dein Einkaufsverhalten im Supermarkt?

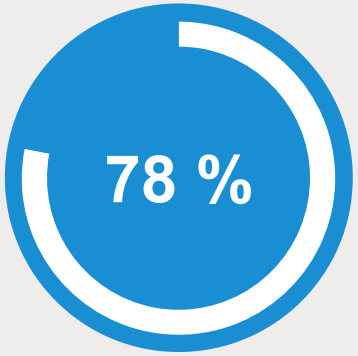
vividabkk
Ihre Krankenkasse

Stiftung
Die Gesundarbeiter
Zukunftsverantwortung Gesundheit

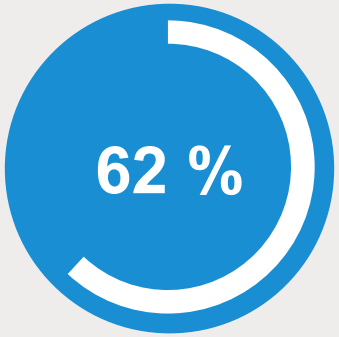
Trifft zu/Trifft eher zu



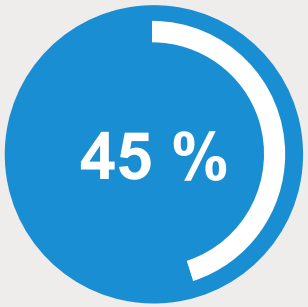
Ich achte im Supermarkt vor allem darauf, was mir schmeckt



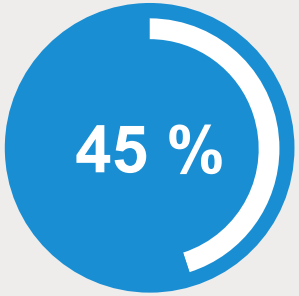
Ich achte im Supermarkt vor allem auf den Preis



Ich kaufe bewusst nachhaltige, regionale oder Bio-Lebensmittel



Der Nutriscore ist beim Einkaufen für mich wichtig



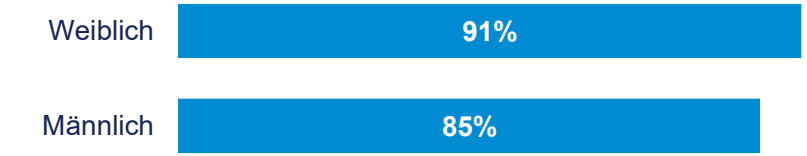
Ich lasse mich auch gerne mal zu Produkten aus der Werbung oder von Influencern verleiten, obwohl ich sie eigentlich gar nicht kaufen sollte

Gespaltene Gesellschaft

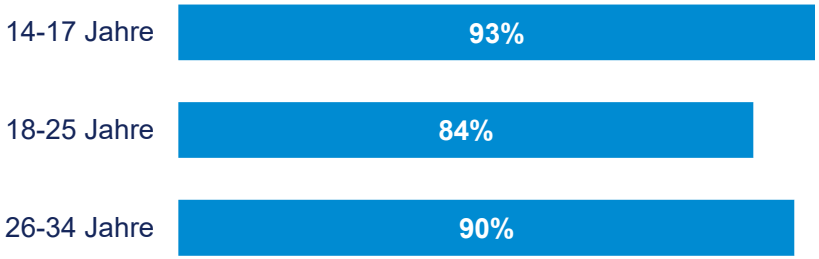
Ich achte im Supermarkt vor allem darauf, was mir schmeckt

Trifft zu/Trifft eher zu

Vergleich Geschlechter



Vergleich Altersgruppen

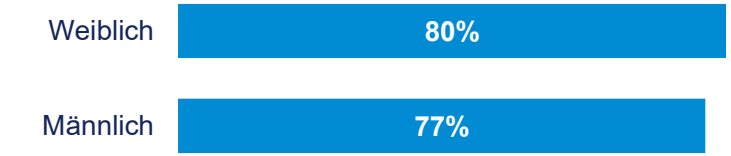


Gespaltene Gesellschaft

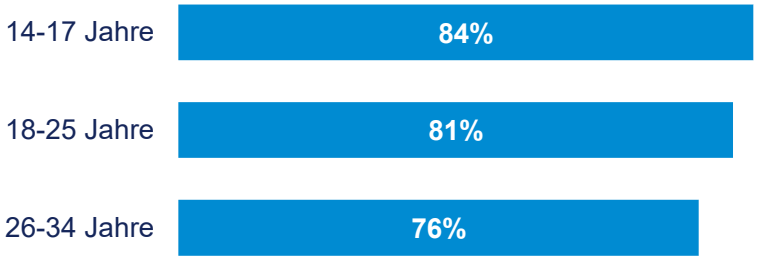
Ich achte im Supermarkt vor allem auf den Preis

Trifft zu/Trifft eher zu

Vergleich Geschlechter



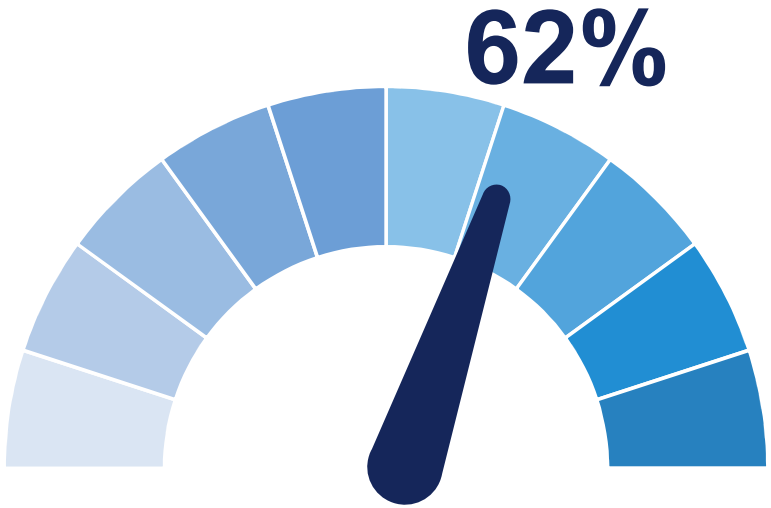
Vergleich Altersgruppen



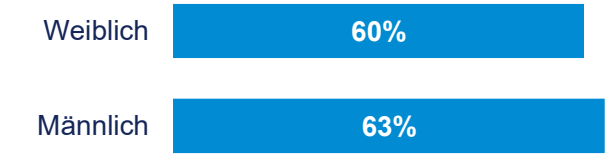
Gespaltene Gesellschaft

Ich kaufe bewusst nachhaltige, regionale oder Bio-Lebensmittel

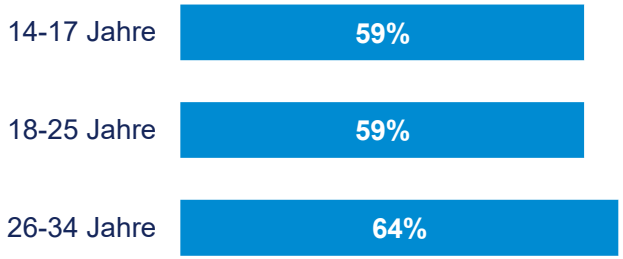
Trifft zu/Trifft eher zu



Vergleich Geschlechter



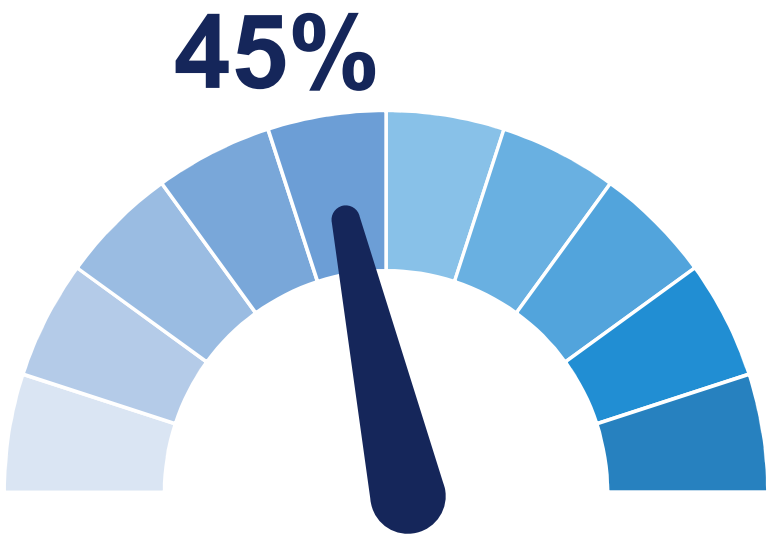
Vergleich Altersgruppen



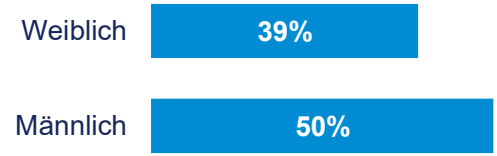
Gespaltene Gesellschaft

Der Nutriscore ist beim Einkaufen für mich wichtig

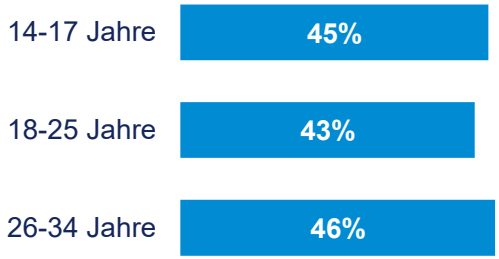
Trifft zu/Trifft eher zu



Vergleich Geschlechter



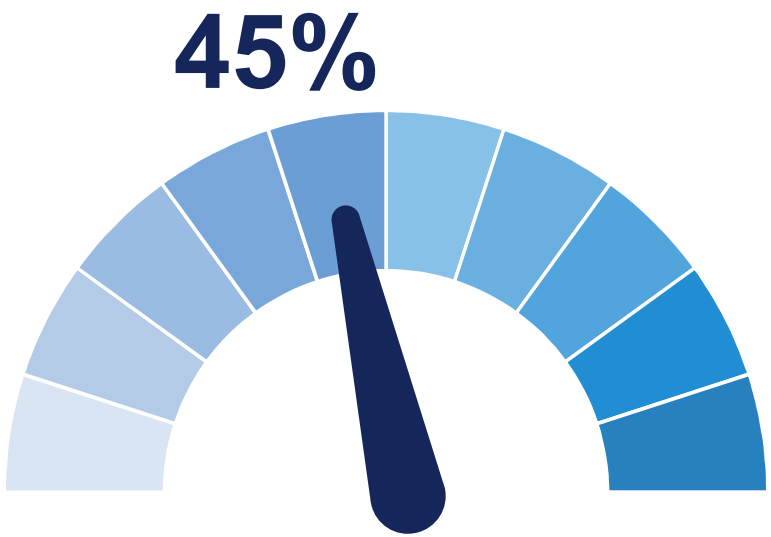
Vergleich Altersgruppen



Gespaltene Gesellschaft

Ich lasse mich auch gerne mal zu Produkten aus der Werbung oder von Influencern verleiten, obwohl ich sie eigentlich gar nicht kaufen sollte

Trifft zu/Trifft eher zu



Vergleich Geschlechter

Weiblich	43%
Männlich	48%

Vergleich Altersgruppen

14-17 Jahre	34%
18-25 Jahre	45%
26-34 Jahre	46%

Kapitel 6: Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt

Junge Bundesbürger fordern ein Schulfach Gesundheit

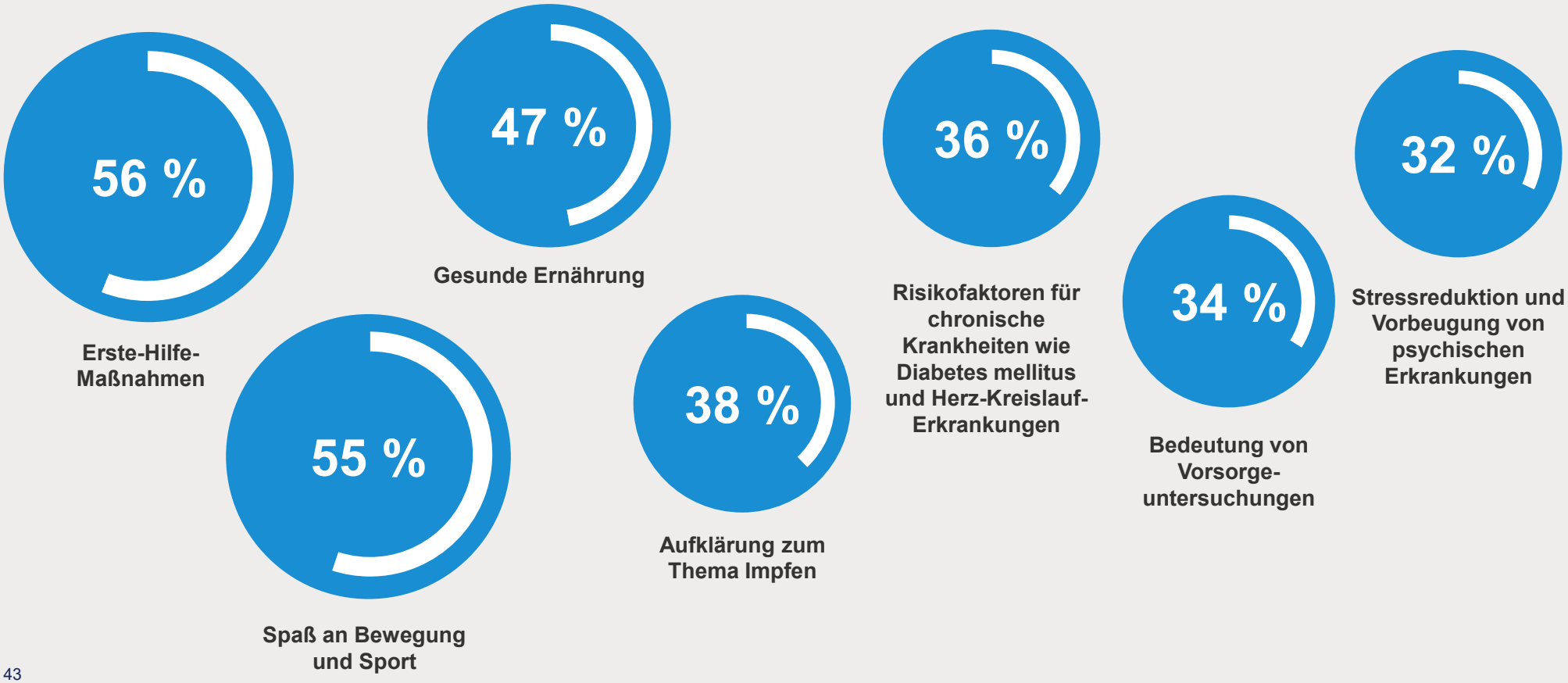
Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt

Inwieweit wurden dir die folgenden Themen in der Schule vermittelt?

vividabkk
Ihre Krankenkasse

Stiftung Die Gesundarbeiter
Zukunftsverantwortung Gesundheit

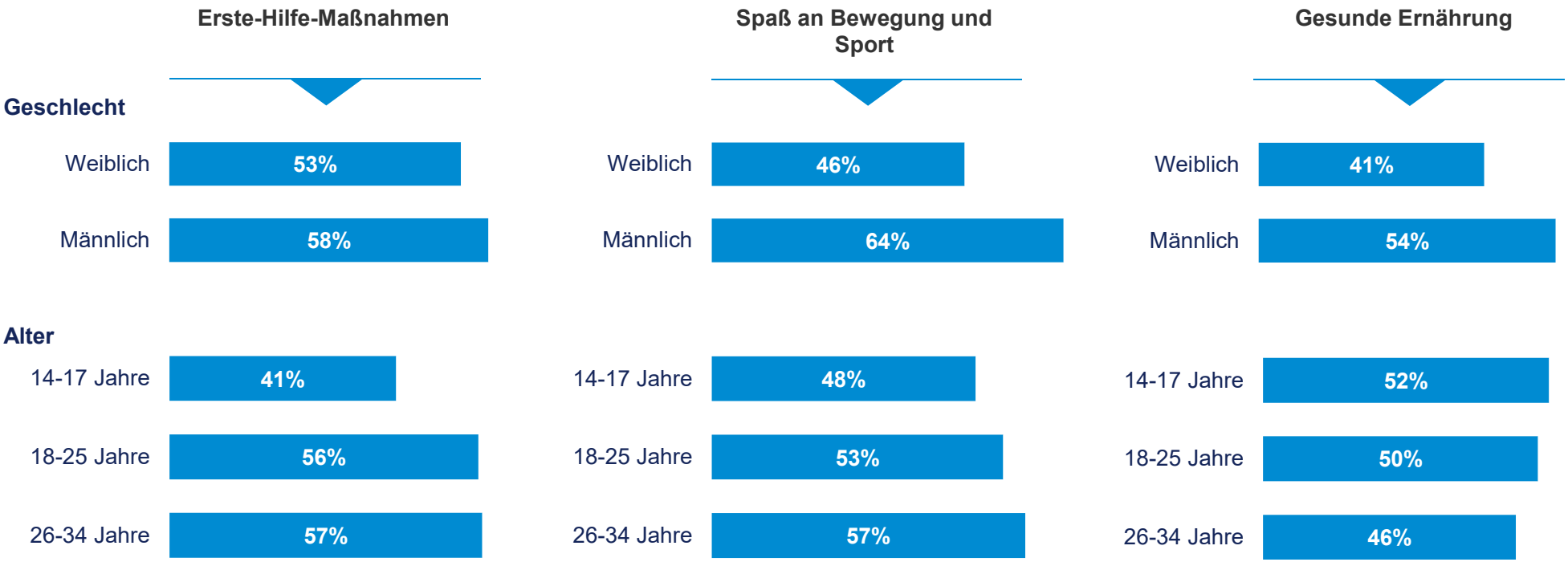
Trifft zu/Trifft eher zu



Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt

Inwieweit wurden dir die folgenden Themen in der Schule vermittelt?

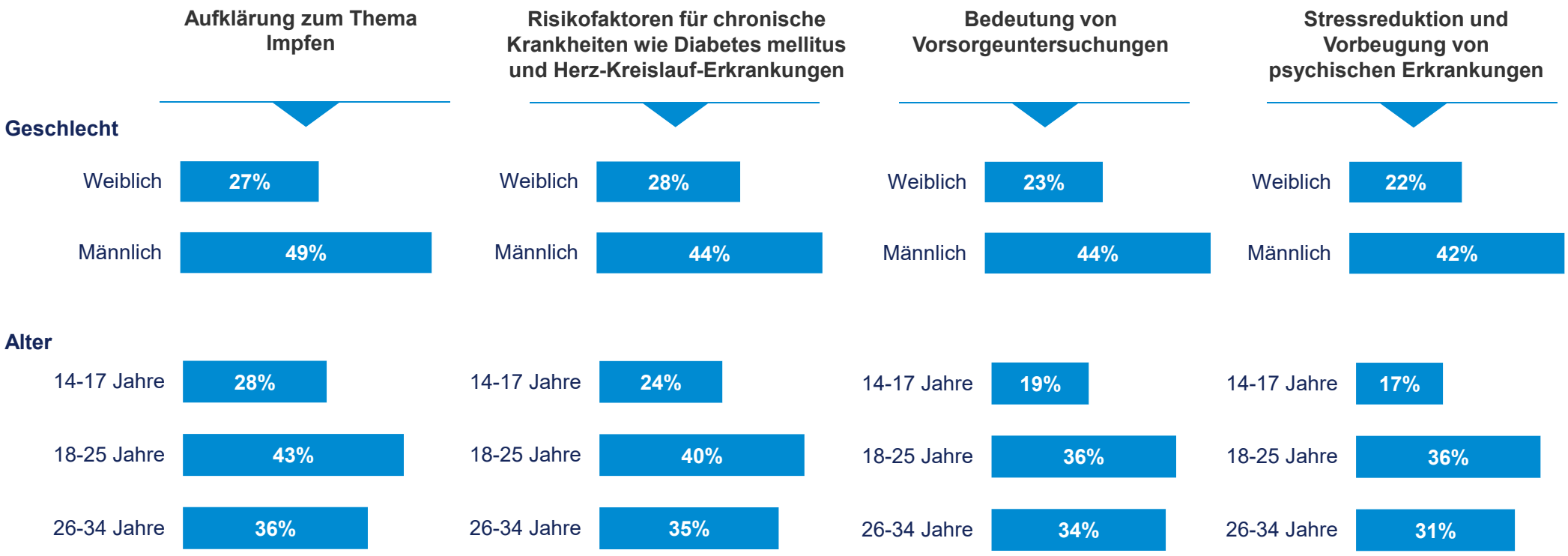
◯ Trifft zu/Trifft eher zu



Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt

Inwieweit wurden dir die folgenden Themen in der Schule vermittelt?

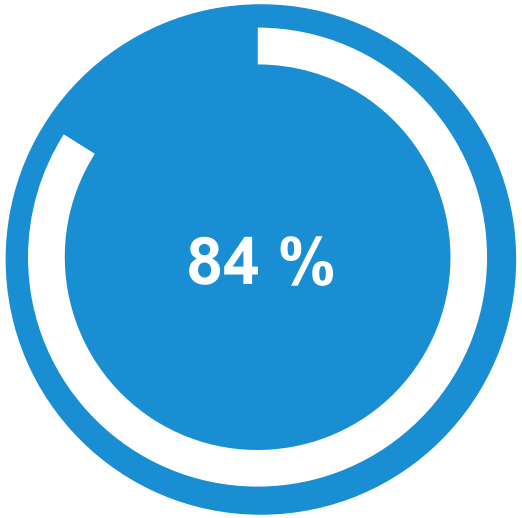
◯ Trifft zu/Trifft eher zu



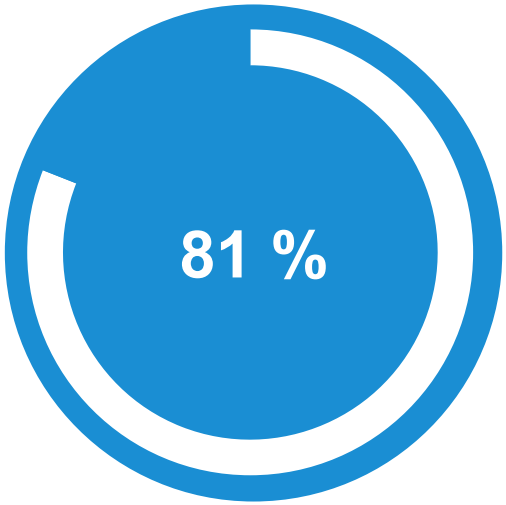
Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt

Inwieweit wurden dir die folgenden Themen in der Schule vermittelt?

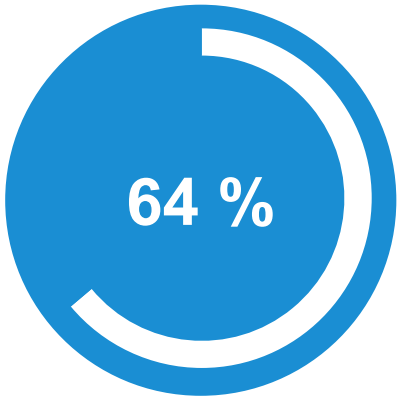
Trifft zu/Trifft eher zu



Ich hätte mir in der Schule mehr Informationen zum Thema Gesundheit und Gesundheits-vorsorge gewünscht



Das Thema Gesundheit sollte an Schulen als eigenes Schulfach unterrichtet werden



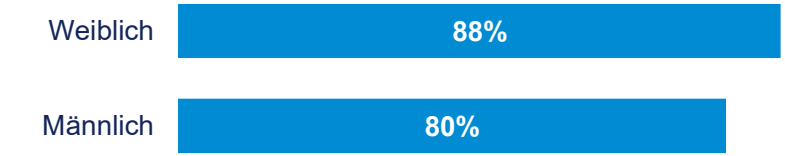
Ich hätte mir einen konkreten Ansprechpartner wie eine Schulgesundheitsfachkraft gewünscht

Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt

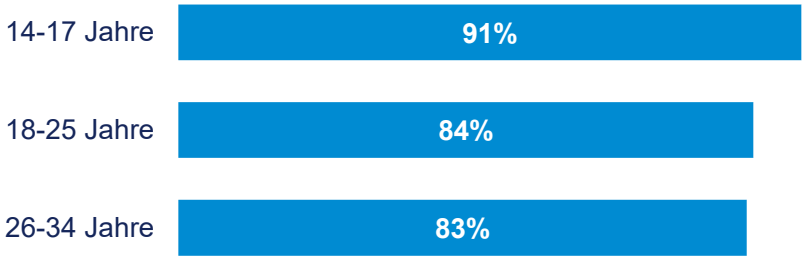
Ich hätte mir in der Schule mehr Informationen zum Thema Gesundheit und Gesundheitsvorsorge gewünscht

Trifft zu/Trifft eher zu

Vergleich Geschlechter



Vergleich Altersgruppen

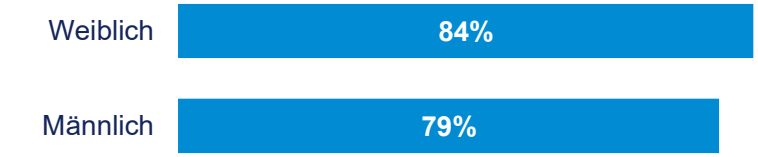


Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt

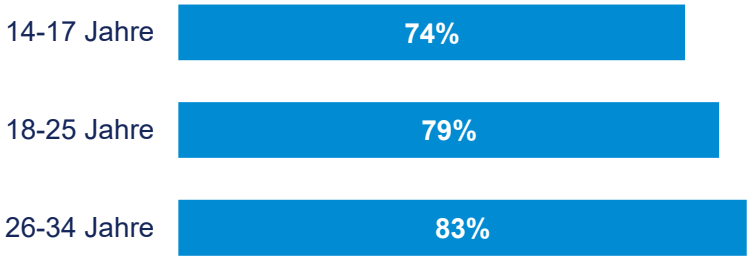
Das Thema Gesundheit sollte an Schulen als eigenes Schulfach unterrichtet werden

Trifft zu/Trifft eher zu

Vergleich Geschlechter



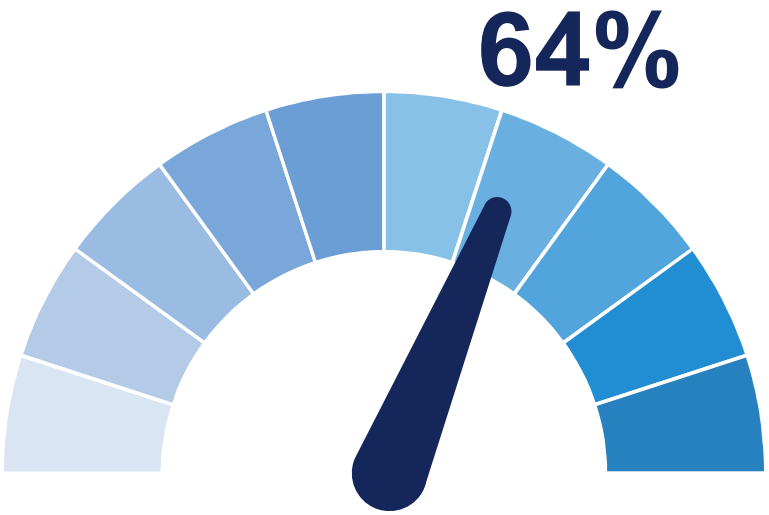
Vergleich Altersgruppen



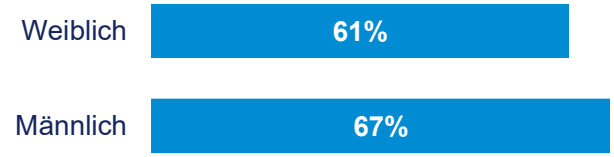
Der Grundstein zu einem gesunden Lebensstil wird in der Schule gelegt

Ich hätte mir einen konkreten Ansprechpartner wie eine Schulgesundheitsfachkraft gewünscht

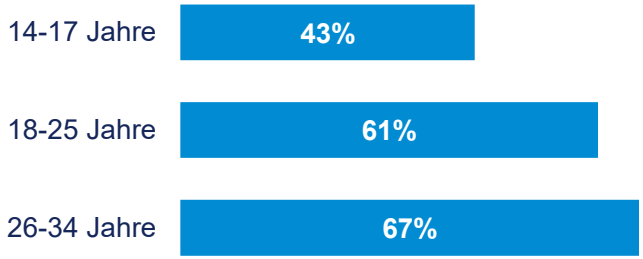
Trifft zu/Trifft eher zu



Vergleich Geschlechter



Vergleich Altersgruppen



Diese Präsentation ist urheberrechtlich geschützt.

Die Verwertung für journalistische Zwecke ist zulässig.

Villingen-Schwenningen, September 2024