

24.03.2022

## PRESSEMITTEILUNG

# Was die Menschen dazu bringt, gesünder zu leben

**Ein neuer Job, eine Partnerschaft, ein Kind – oder eine Pandemie: Wichtige Ereignisse bringen so manchen dazu, sein bisheriges Leben auf den Prüfstand zu stellen und etwas zu verändern. CosmosDirekt, der Direktversicherer der Generali in Deutschland, wollte wissen, welche Ereignisse den Einzelnen dazu bringen können, mehr über die Vorsorge nachzudenken oder die Lebensgewohnheiten zu verändern – und wie das konkret aussieht.**

Saarbrücken – Der Auslöser kann ganz klein sein: Die Anzeige der Waage übersteigt zum ersten Mal eine magische Grenze. Oder eben auch ganz groß: Eine Krankheit oder ein Unfall führen dazu, dass man gewisse Lebensgewohnheiten ändert und sich zum Beispiel mehr Gedanken über die eigene Gesundheit und das Thema Vorsorge macht. In den Augen der Menschen in Deutschland ist jedoch das wichtigste Ereignis, was dazu führt, dass man mehr über die Vorsorge für die Zukunft nachdenkt, sich ankündigender Nachwuchs. Das ergab eine aktuelle forsa-Umfrage im Auftrag von CosmosDirekt<sup>1</sup>. Demnach rangierte bei den Gründen für eine Änderung der Lebensgewohnheiten das erste Kind mit 64 Prozent deutlich vor einer schweren Krankheit bei sich selbst (55 Prozent) und im persönlichen Umfeld (49 Prozent).

### Pressekontakt

Sabine Gemballa  
Business Partner  
CosmosDirekt  
T +49 (0) 681 966-7560

Jörg Linder  
Leiter Media Relations  
T +49 (0)241 456 5664

presse.de@generali.com

c/o follow red GmbH  
Markus Schaupp  
Waldburgstraße 17/19  
70563 Stuttgart  
Tel.: +49 (0)711-90140-549  
markus.schaupp@followred.com

Generali Deutschland AG  
Adenauerring 7  
81737 München

www.cosmosdirekt.de  
www.generali.de

Twitter:  
@CosmosDirekt  
@GeneraliDE



Fotoquelle: CosmosDirekt/AdobeStock

<sup>1</sup> Bevölkerungsrepräsentative Umfrage „Vorsorge 2.0“ des Meinungsforschungsinstituts forsa im Auftrag von CosmosDirekt, dem Direktversicherer der Generali in Deutschland. Im Januar 2022 wurden in Deutschland 1.019 nach einem systematischen Zufallsverfahren ausgewählte Bundesbürger ab 18 Jahren befragt.

Interessant: Gesellschaftliche Veränderungen wie die Corona-Pandemie oder der Klimawandel kommen trotz ihrer aktuellen Einflüsse nur auf die Hälfte des Spitzenwertes (32 Prozent). Und auch der Beginn einer Partnerschaft (15 Prozent), das Zusammenziehen mit dem Partner (20 Prozent) oder eine Hochzeit (21 Prozent) führen nach Meinung von nur ungefähr jedem fünften Umfrageteilnehmer dazu, dass die Menschen mehr über die künftige Vorsorge nachdenken.

## WICHTIGE EREIGNISSE IM LEBEN MIT AUSWIRKUNGEN AUF ZUKÜNFTIGE VORSORGE (AUSZUG, IN %)

Die wichtigsten Ereignisse im Leben, die zum Nachdenken über Vorsorge führen, sind:

	Insgesamt*	Männer	Frauen
das erste Kind	64	65	63
eine schwere Krankheit bei sich selbst	55	52	57
eine schwere Krankheit im persönlichen Umfeld	49	43	55
ein vorzeitiger Tod im persönlichen Umfeld	46	40	52
ein schwerer Unfall	42	40	44
der Kauf von Wohneigentum	41	40	39
allgemeine, gesellschaftliche Veränderungen, wie der Klimawandel oder die Corona-Pandemie	32	29	35
eine Naturkatastrophe	27	24	30
eine Existenzgründung	25	26	24
die Hochzeit	21	26	15
das Zusammenziehen mit dem Partner	20	23	16
der Beginn einer Partnerschaft	15	20	10
die erste feste Anstellung	13	15	11
ein runder Geburtstag	4	6	3
nichts davon	2	2	3

\*) Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

forsa-Umfrage im Auftrag von CosmosDirekt im Januar 2022.

**Besonders wenn sich Nachwuchs ankündigt, denken die Menschen in Deutschland nach der Einschätzung der Umfrageteilnehmer vermehrt über die Zukunftsvorsorge nach.**

## **GESÜNDER LEBEN DURCH MEHR VORSORGE**

Aber was konkret ändern die Befragten an ihrem Leben aufgrund von wichtigen Ereignissen? Jeder Zweite (50 Prozent) achtet anschließend auf einen vollständigen Impfschutz. Auch der Besuch beim Zahnarzt steht bei fast der Hälfte (42 Prozent) der Menschen nach einem wichtigen Ereignis regelmäßig im Kalender. Schon an dritter Stelle folgt die seelische Gesundheit mit 38 Prozent, wobei Frauen hierauf den größeren Fokus legen (45 Prozent) als Männer (31 Prozent).

Nach einem wichtigen Lebensereignis gehen 35 Prozent der Umfrageteilnehmer zum regelmäßigen Gesundheits-Check-up beim Hausarzt. Jeder Dritte (33 Prozent) nimmt dann regelmäßig die Krebsvorsorge wahr, wobei auch hier die Frauen fleißiger sind (39 Prozent) als die Männer: Nur jeder vierte Mann (26 Prozent) nutzt diese wichtige Vorsorgemaßnahme, ausgelöst durch ein wichtiges Ereignis.

Manche Lebensereignisse führen aber auch dazu, im Kleinen etwas an den Lebensgewohnheiten zu ändern. So ernähren sich zum Beispiel 38 Prozent der Menschen in Deutschland gesünder, 37 Prozent bewegen sich mehr im Alltag und 30 Prozent verzichten größtenteils auf Alkohol. Lediglich acht Prozent gaben an, dass sie bisher keine Änderungen an ihren Lebensgewohnheiten vorgenommen haben.

## VERÄNDERUNGEN VON LEBENSGEWOHNHEITEN DURCH WICHTIGE LEBENSEREIGNISSE AUSGELÖST (AUSZUG, IN %)

Ausgelöst durch wichtige Ereignisse im meinem Leben ...

	Insgesamt*	Männer	Frauen
achte ich auf vollständigen Impfschutz	50	51	49
gehe ich regelmäßig zum Zahnarzt	42	42	41
achte ich auf meine seelische Gesundheit	38	31	45
ernähre ich mich gesünder	38	38	38
bewege ich mich im Alltag mehr (z. B. Treppe statt Aufzug)	37	39	35
gehe ich regelmäßig zum Gesundheits-Check-up beim Hausarzt	35	35	35
gehe ich regelmäßig zur Krebsvorsorge	33	26	39
trinke ich keinen oder nur wenig Alkohol	30	34	27
treibe ich mehr Sport	27	29	25
bin ich im Straßenverkehr vorsichtiger	26	27	25
achte ich auf meine Work-Life-Balance und nehme mir ab und zu eine Auszeit	25	23	27
reduziere ich mein Gewicht	23	27	19
rauche ich nicht mehr	22	27	17
mache ich weniger/keine Sportarten, die gefährlich sein können	7	8	6
sonstige Lebensgewohnheiten	2	1	2
nichts davon	8	8	8

\*) Prozentsumme größer 100, da Mehrfachnennungen möglich

forsa-Umfrage im Auftrag von CosmosDirekt im Januar 2022.

**Impfungen, Vorsorge, Abnehmen – viele Menschen ändern ihre Lebensgewohnheiten nach einschneidenden Ereignissen.**

**COSMOSDIREKT**

CosmosDirekt ist Deutschlands führender Online-Versicherer und der Direktversicherer der Generali in Deutschland. Mit einfachen und flexiblen Online-Angeboten und kompetenter persönlicher Beratung rund um die Uhr setzt das Unternehmen neue Maßstäbe in der Versicherungsbranche. Zum Angebot zählen private Absicherung, Vorsorge und Geldanlage. Mehr als 1,8 Millionen Kunden vertrauen auf CosmosDirekt.

**GENERALI IN DEUTSCHLAND**

Die Generali ist eine der führenden Erstversicherungsgruppen im deutschen Markt mit Beitragseinnahmen von 14,4 Mrd. € und rund 10 Mio. Kunden Ende 2020. Als Teil der internationalen Generali Group ist die Generali in Deutschland mit den Marken Generali, CosmosDirekt und Dialog in den Segmenten Leben, Kranken und Schaden/Unfall tätig. Ziel der Generali ist es, für ihre Kunden ein lebenslanger Partner zu sein, der dank eines hervorragenden Vertriebsnetzes im Exklusiv- und Direktvertrieb sowie im Maklerkanal innovative, individuelle Lösungen und Dienstleistungen anbietet.

Die Sicherheit Ihrer persönlichen Daten ist uns sehr wichtig. Bitte teilen Sie uns mit, wenn Sie keine weiteren Informationen mehr von uns wünschen. Wir werden Ihre Daten dann aus unserem Verteiler löschen.