



Die „Diät – ohne mich!“ Studie Daten & Fakten

<p>Über die „Diät – ohne mich!“ Studie</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Die Studie beleuchtet die Einstellung deutscher Frauen in Bezug auf ihr Essverhalten und Diäten: Du darfst hinterfragt, wie deutsche Frauen zu ihrem Gewicht stehen, welche Diäterfahrung sie bereits gemacht haben und wie erfolgreich Abnehmkuren wirklich sind. <u>Hauptergebnis der Studie:</u> Diäten sind häufig erfolglos und machen unzufrieden. • Die repräsentative Studie wurde im Februar 2012 als quantitative Onlinebefragung durchgeführt. • Die Ergebnisse basieren auf den Auswertungen von 1.000 Frauen in Deutschland (repräsentativ für die Gesamtbevölkerung in den Kriterien: Alter und Region; Boosts in Berlin, Hamburg, Köln und München, auch ausgewertet in Bundesländern bzw. Regionen Nord, Ost, Süd West). • Alle Daten wurden im Auftrag von Du darfst/Unilever mit dem Marktforschungsinstitut TNS Infratest GmbH, Hamburg, erhoben und ausgewertet.
<p>Anlass für die „Diät – ohne mich!“ Studie von Du darfst</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Deutsche Frauen machen sich viel zu häufig Gedanken um ihre Ernährung und ihr Gewicht. Sie sind getrieben von ständigem schuldbewusstem Kalorienkopfkino. • Unter dem Motto „Diät – ohne mich!“ ruft Du darfst ab April mit einer neuen Kampagne zu mehr Gelassenheit in Sachen Ernährung auf. Ziel ist es, Frauen dabei zu unterstützen, wieder mit Freude zu essen und ihr Leben zu genießen – ohne Kalorienzählen und dauernden Verzicht.
<p>Zentrale Erkenntnisse in Deutschland</p>	<p>Ernährung ist ein KopftHEMA geworden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Knapp die Hälfte (44%) der befragten Frauen beschäftigt sich mehr als 57 Minuten pro Tag gedanklich mit dem Kaloriengehalt ihres Essens und ihrem aktuellen Gewicht. • Frauen denken im Laufe eines Tages häufiger ans Essen (44%) als an Sex (13%). • Während einer Diät geben über zweidrittel (65%) aller Frauen an, dass ihre Gedanken den ganzen Tag darum kreisen, was sie essen dürfen und was nicht.



- Und fast jede dritte Frau (29%) gab an, dass während einer Diät andere Dinge, wie z. B. Sex unwichtiger werden.

Diätwahn macht unzufrieden

- Im Durchschnitt hat jede dritte deutsche Frau (33,4%) in den letzten 12 Monaten zwei Diäten ausprobiert.
- Rund dreiviertel aller Frauen sind sich einig: Diäten sind extrem kompliziert (78%), binden zu viel Zeit beim Einkaufen und Kochen (76%) und sind deshalb weder alltagstauglich (71%) noch urlaubstauglich (81%).
- 66% aller Frauen, die im letzten Jahr eine Diät gemacht haben, fühlen sich enttäuscht wenn ihre Diät erfolglos war und fast die Hälfte (44%) ist wütend auf sich selbst, wenn die Diät gescheitert ist.
- Frauen, die in den letzten 12 Monaten eine Diät gemacht haben (94%), sind am wenigsten zufrieden mit ihrer Figur.
- Trotz Diät in den letzten 12 Monaten, haben 83,4% ihre Traumkleidergröße nicht erreicht (zum Zeitpunkt der Befragung).

Schlank um jeden Preis

- Jeder zehnten Frau ist es wichtiger schlank zu bleiben/zu werden als dem Partner treu zu bleiben
- Sechs von hundert Befragten würden zugunsten ihrer Figur sogar etwas Intelligenz opfern
- Über ein Drittel der Frauen (34%) wäre bereit auf (Strand-) Urlaub verzichten, wenn sie mit ihrer Figur unzufrieden sind.



	<p>Ob jung ob alt – Diäten machen vor niemandem halt</p> <ul style="list-style-type: none">• Ob 18, Mitte 30 oder weit über 50 Jahre: Diäten begleiten Frauen in jedem Alter. Etwa 70 Prozent aller befragten Frauen haben bereits einmal in ihrem Leben eine Diät gemacht.• Besonders die Jugend ist im Schlankheitswahn: Unter den 18-29-jährigen haben schon 71% eine Diät hinter sich. Und fast die Hälfte (47,4%) haben in den letzten 12 Monaten eine oder mehrere Diäten gemacht.• Vor allem Singles setzen auf Diät: Im Durchschnitt haben die alleinstehenden Frauen in den letzten 12 Monaten jeweils 2,4 Diäten ausprobiert.
--	--

Weitere Informationen finden Interessierte unter www.du-darfst.de. Bildmaterial schicken wir Ihnen jederzeit gerne zu.

Kontakt:

Edelman GmbH, Ulrike Dittloff, Barmbeker Straße 4, 22303 Hamburg,
Tel.: 040 / 37 47 98-14, Ulrike.Dittloff@Edelman.com