

Neujahrsvorsätze 2025: Promis zeigen, wie man Ziele erreicht!

Zum Jahreswechsel 2024/2025 teilen bekannte Austro-Promis ihre Neujahrsvorsätze und Wünsche für ein erfüllteres Leben.

Salzburg, Österreich - Der Jahreswechsel steht vor der Tür, und viele Menschen, darunter auch die heimischen Promis, blicken erwartungsvoll auf 2025. Der bekannte Opernsänger Clemens Unterreiner möchte insbesondere Zeit für sich selbst finden: „Der gesunde Ego-Tag. Einfach nicht erreichbar sein und nur Zeit für mich selber“, kündigt er an, während er gleichzeitig plant, sein zweites Buch abzuschließen. Auch Musiker Lucas Fendrich hat sich große Ziele gesetzt: Ab Januar geht es für ihn in eine zucker- und alkoholfreie Zeit, um gesünder zu leben. An seinem Geburtstag will er mit dem Rauchen aufhören und sein neues Album am 13. März im B72 präsentieren, wie **Heute berichtet**.

Häufigste Vorsätze 2025

Doch nicht nur die Stars haben Pläne für das kommende Jahr, auch die Deutschen insgesamt haben klare Vorsätze. Laut einer repräsentativen Umfrage der FOM Hochschule streben über 40 Prozent an, mehr Zeit mit Familie und Freunden zu verbringen. Ebenso wichtig ist vielen der Wunsch, mehr Sport zu treiben und Stress abzubauen. Mit 35 Prozent ist eine gesündere Ernährung ebenfalls ein bedeutendes Ziel, während das Abnehmen mit über 23 Prozent im oberen Mittelfeld bleibt. Studienleiter Oliver Gansser betont, dass soziale und gesundheitliche Aspekte bei den Vorsätzen eine zentrale Rolle spielen, was ein Spiegelbild

der gesellschaftlichen Werte ist, wie **wissen.de** analysiert.

Interessanterweise haben nur etwa sechs Prozent der Befragten den Vorsatz, einen neuen Job zu suchen. Es scheint, als wären die meisten mit ihrer aktuellen Anstellung zufrieden. Weniger als zehn Prozent möchten mit dem Rauchen aufhören oder ihren Alkoholkonsum reduzieren, was auf eine gewisse Beharrlichkeit in den Gewohnheiten hinweist. Insgesamt lässt sich festhalten, dass 2025 die Themen Gesundheit, soziale Beziehungen und persönliche Entwicklung im Vordergrund stehen werden, während nachhaltige Vorsätze nur eine untergeordnete Rolle spielen.

Details	
Ort	Salzburg, Österreich
Quellen	• www.heute.at • www.wissen.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at