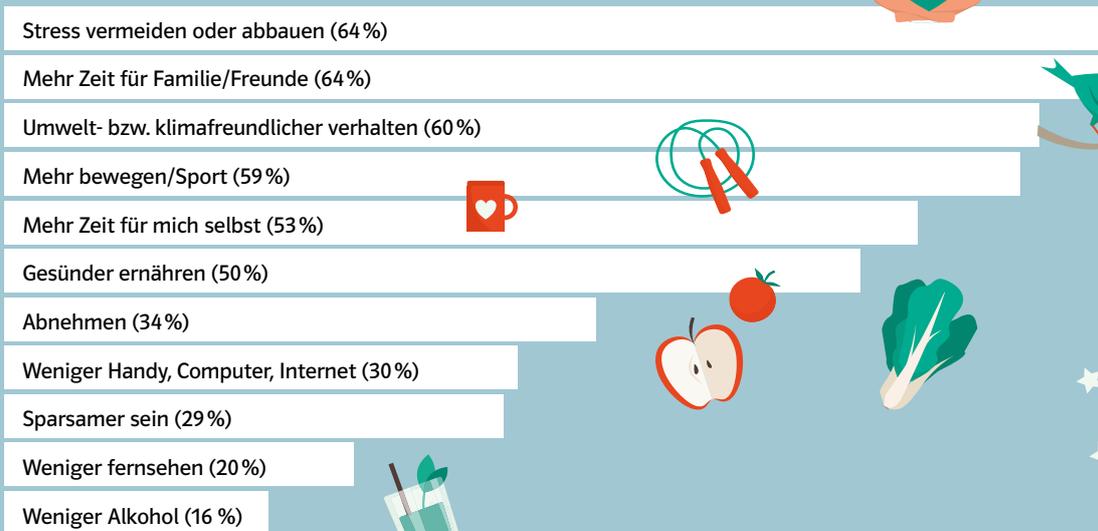


Ja! Nein! Vielleicht?

Für das Jahr 2022 haben rund ein Drittel der Deutschen (37%) gute Vorsätze gefasst. Mehr als die Hälfte (52%) haben keine Ziele formuliert und 11% waren unentschlossen.¹

Weniger & mehr

Diese Vorsätze sind am beliebtesten:²



Pro & contra

Es gibt bereits alle guten Vorsätze. Wir brauchen sie nur noch anzuwenden.

Blaise Pascal

Alle guten Vorsätze haben etwas Verhängnisvolles, sie werden beständig zu früh gefasst.

Oscar Wilde

Der Weg ist das Ziel!

Kleine Ziele setzen

Ziele konkret und positiv formulieren

Verbündete suchen

Belohnungen nicht vergessen