

Jak Polki i Polacy dbają o zdrowie?

Źródło danych: wyniki badania „Jak Polki i Polacy dbają o zdrowie” przeprowadzonego przez Norstat Polska na zlecenie Allianz Polska we wrześniu 2023 r. na reprezentatywnej, ogólnopolskiej próbie kobiet i mężczyzn w wieku 18-60 lat. N=1518. Ankieta CAWI.

Jak może im w tym pomóc polisa na życie i zdrowie?

To, co dla nas najważniejsze

Dla Polek i Polaków bardzo ważne są:

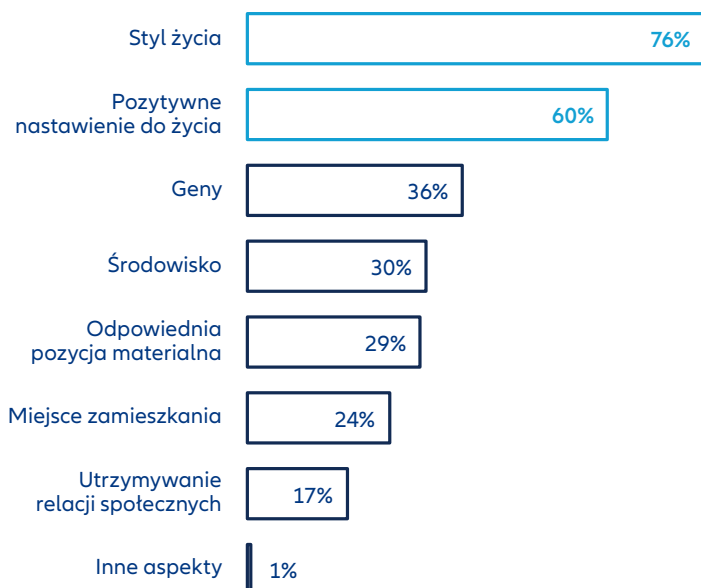


W rankingu tego, co dla nas najistotniejsze w życiu, bezapelacyjnie zwyciężają:



Zdrowie w naszych rękach?

Wiemy, że styl życia ma niebagatelny wpływ na zdrowie. Co jeszcze naszym zdaniem pomaga być zdrowym?



Pojęcie „zdrowa dieta” nie jest nam obce...

86% Polek 78% Polaków



zgadza się, że zdrowa dieta opiera się na odpowiednich nawykach żywieniowych (np. regularnym spożywaniu posiłków korzystnych dla zdrowia)

Dla zdecydowanej większości z nas zdrowie nie oznacza narzucania sobie ograniczeń

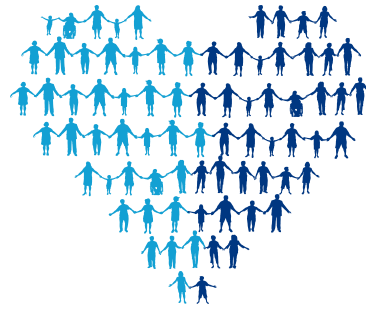
Zaledwie 31% Polek i 40% Polaków



kojarzy zdrowy styl życia z wyrzeczeniami

Dla zdrowia zrobię....

Niemal połowa z nas podejmuje na co dzień kroki, by dbać o swoje serce i układ krążenia. O serce troszczymy się bardziej... po czterdziestce.



Jak konkretnie dbamy o serce i układ krążenia?

Jestem aktywna(-na) fizycznie	↓ 55%	↑ 69%
Ograniczam spożywanie alkoholu	↑ 62%	↓ 50%
Unikam palenia wyrobów tytoniowych	57%	52%
Staram się być pozytywnie nastawiony(-na) do życia	54%	50%
Dbam o swoją dietę	54%	47%
Kontroluję swoją wagę	51%	45%
Dbam o odpowiednią ilość snu	↑ 49%	↓ 41%
Ograniczam stres	38%	44%
Regularnie chodzę na badania kontrolne	↑ 43%	↓ 34%

Kolorem są zaznaczone istotne różnice statystyczne

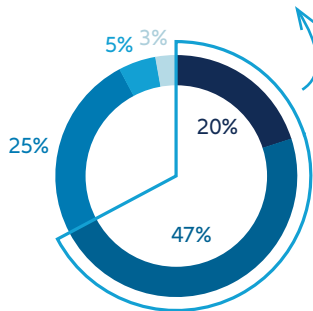
Dlaczego w ogóle dbamy o zdrowie?

Chcę dobrze się czuć	↑ 71%	↓ 63%
Chcę uniknąć chorób	49%	53%
Ma to pozytywny wpływ na moje zdrowie psychiczne	46%	46%
Chcę jak najdłużej być z moimi bliskimi i dbać o nich	47%	41%
Chcę mieć więcej energii	↑ 47%	↓ 39%
Chcę jak najdłużej żyć	↓ 24%	↑ 36%
Wypada dbać o siebie	↓ 15%	↑ 21%
Inny powód	1%	2%

Kolorem są zaznaczone istotne różnice statystyczne

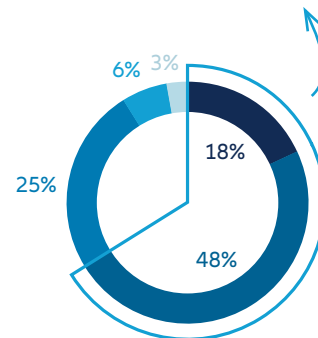
Jak w tym wszystkim może pomóc polisa na życie i zdrowie?

67% z nas uważa, że ubezpieczenia na życie i zdrowie pozwalają lepiej zadbać o siebie i bliskich w razie problemów ze zdrowiem.



■ Zdecydowanie się zgadzam
■ Raczej się zgadzam
■ Ani się zgadzam, ani nie zgadzam
■ Raczej się nie zgadzam
■ Zdecydowanie się nie zgadzam

Zdaniem 66% z nas dają one poczucie bezpieczeństwa w różnych sytuacjach.



Dzięki umowom dodatkowym do polisy na życie można zapewnić sobie i bliskim m.in.:



dostęp do **prywatnej opieki medycznej i profilaktyki** – dzięki Pakietowi Medycznemu **BĄDŹ ZDRÓW**



pomoc w **diagnostyce i leczeniu** w razie zdiagnozowania raka lub podejrzenia choroby nowotworowej – dzięki umowie **ASSISTANCE ONKOLOGICZNY**



wypłatę po **leczeniu w szpitalu** – wysokość tej kwoty można znaleźć w wykazie liczącym ponad 400 pozycji – dzięki umowie **NA ZDROWIE**



leczenie w **zagranicznej, renomowanej klinice** w razie poważnych problemów ze zdrowiem – dzięki umowie **LECZENIE ZA GRANICĄ**



wsparcie finansowe w razie **ciężkiej choroby** lub niezdolności do pracy w razie choroby lub wypadku – dzięki umowom: **POWAŻNE ZACHOROWANIE** i **NIEZDOLNOŚĆ DO PRACY**



kompleksową **ochronę dla najbliższych** – **WIELE UMÓW** jest dostępnych dla Twojego dziecka lub partnera