

¿PROPÓSITO DE AÑO NUEVO? CUIDAR DE MI BIENESTAR

Más que obligaciones...

INTENCIONES GENERALES



Solo 1 de cada 5 se fija
objetivos y obligaciones
concretas...

% que se reduce con la edad



"NO me pongo
objetivos"

32%

"Me pongo objetivos
CONCRETOS"

22%

"Prefiero pensar en
ideas **GENERALES**"

46%

Z

31%

Millennials

24%

X

19%

Boomers

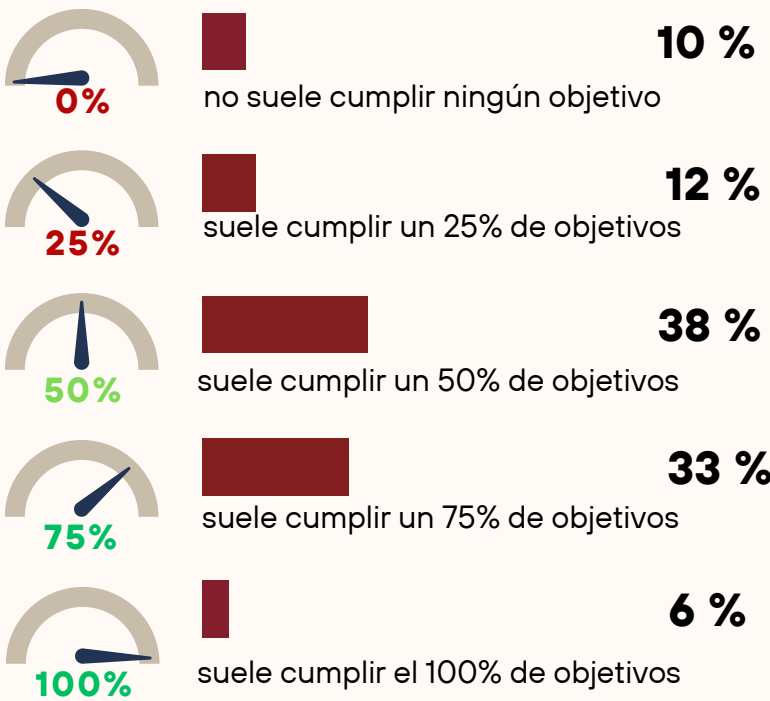
14%

Mente sana in corpore sano y... viajero

Practicar DEPORTE, cuidar del BIENESTAR emocional y VER
MUNDO conforman el TOP 3 de propósitos españoles



¿Hasta qué punto cumplimos lo que nos proponemos?



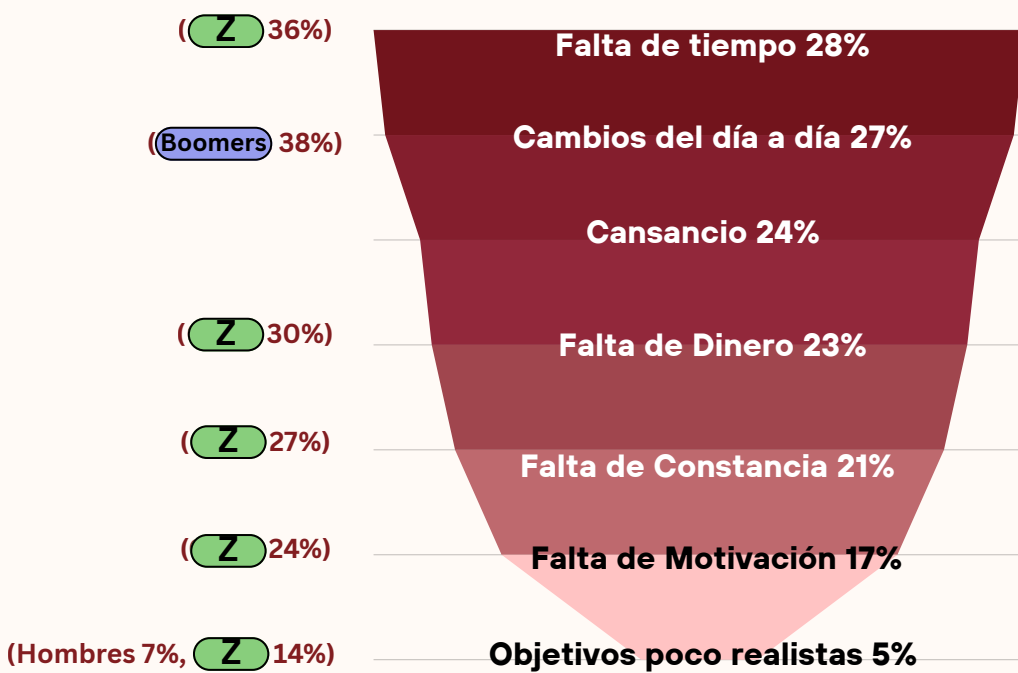
80%

cumple al menos la
mitad de esas
intenciones

Hombres (9%) y Z (14%) los que
más alcanzan el 100% de sus metas



Aunque a veces surgen DIFICULTADES



No es falta de
ganar, **es falta
de tiempo,
energía y foco**

Gen Z encuentra **más
barreras** para alcanzar sus
propósitos (tiempo, dinero,
motivación...)

