Più del 25% dei membri di Tinder tra i 18 e i 25 anni afferma di bere meno agli appuntamenti rispetto allo scorso anno*. Il 72%, invece, beve solo occasionalmente o non beve affatto.**

Milano, 4 luglio 2023 - Un primo appuntamento può generare molte emozioni: ansia di fare una buona impressione, farfalle nello stomaco, nervosismo... In passato, per alleggerire la tensione, molti avrebbero optato per un buon bicchiere di vino, ma non la Gen Z! Le nuove generazioni stanno infatti sfidando questa abitudine, dando vita alla nuova tendenza del 'Dry Dating'. Lo dimostrano anche i dati: tra i membri di Tinder di età compresa tra i 18 e i 25 anni, l'interesse per i "Drink" è infatti diminuito del 53% rispetto all'anno scorso.

Come emerso nel report The Future of Dating 2023 di Tinder, i single cercano più autenticità che mai! Più del 25% dei membri Gen Z dell'app, infatti, afferma di bere meno durante gli appuntamenti rispetto all'anno scorso*. Inoltre, il 72%** dei daters afferma di bere solo occasionalmente o di non bere affatto.

Ecco alcune idee per un primo appuntamento da vero 'Sober In Love':

1) More 'Espresso' and less 'Depresso'!

Conosci la migliore caffetteria della città? Porta il tuo Match nel tuo bar preferito! L'interesse per il Caffè è aumentato del 20% tra gli iscritti a Tinder rispetto all'anno scorso, mentre Passeggiare ha visto una crescita del +6%***. Quale migliore soluzione che unire le due cose e goderti una romantica passeggiata mentre sorseggi il tuo caffè preferito?

2) Fare sport insieme aumenta la sintonia!

Se anche tu continui a rimandare il buon proposito di iscriverti in palestra, questo potrebbe essere il momento giusto per farlo! Stabilire una routine di fitness è ancora più motivante se lo fai con un partner, quindi perché non proponi al tuo Match un appuntamento che combini sport e natura? Fare sport in compagnia è doppiamente gratificante: non solo migliorerete la vostra forma fisica, ma facendo esercizio insieme rilascerete delle endorfine che vi renderanno più felici e rafforzeranno il vostro legame ancora più velocemente

3) Scoprite il mondo dei 'Mocktail'.

Nel caso non lo sapessi, i mocktail sono la tendenza del momento e sono già disponibili nei locali più alla moda. Oltre ad essere salutari, ne esistono tantissime varietà tutte da scoprire! Scoprire la grande gamma di sapori che un cocktail analcolico può offrire. Sicuramente l'esperienza di gusto non mancherà.

4) Dedicatevi ad attività culturali.

Un membro di Tinder su cinque ama dedicarsi ad attività culturali, come ad esempio una visita ad un nuovo museo!*** Questo tipo di appuntamenti non solo arricchiscono la nostra istruzione e cultura, ma offrono tantissimi spunti di conversazione. Tu e il tuo Match avrete lo stesso gusto per l'arte? Ricorda che anche la diversità è ricchezza!

5) Conquistalə con del buon cibo!

Stancə della solita cena al ristorante? Proponi qualcosa di diverso! Si sa, la colazione è il pasto più importante della giornata: parti con il piede giusto e organizza un bel brunch date. Il tuo Match sarà team dolce o salato?

La cosa più importante di tutte: rilassati! Le mani sudano, ti senti nervosə, il cuore batte più velocemente del solito... Per molte persone, sono queste le sensazioni che prevalgono durante un primo appuntamento. Tinder ha quindi preparato quattro consigli per aiutarti a rilassarti e goderti la compagnia del tuo date, senza necessariamente ricorrere a un drink!

- **Medita**: fai un respiro profondo e concentrati su te stessə per un attimo. Meditare qualche minuto prima di uscire può

aiutarti a controllare le emozioni negative. Se ti senti sopraffattə dall'ansia, prenditi 5 minuti per focalizzarti sulla tua respirazione. Ti sentirai molto più rilassatə dopo.

- **Cerca supporto emotivo:** se mentre stai andando al tuo appuntamento ti senti sempre più nervosə, chiama i tuoi amici. Una voce familiare ti aiuterà a controllare le tue emozioni e ti darà molta più fiducia in te stessə.
- **Fa ciò che ami:** conoscere qualcuno è già abbastanza impegnativo. Non è necessario pensare a quello che farai o come andrà il primo appuntamento. Trova un ambiente familiare, come ad esempio il tuo locale preferito. Ti aiuterà a sentirti più a tuo agio sin dall'inizio.
- **L'onestà è la cosa più sexy:** una delle qualità più apprezzate ad un primo appuntamento è proprio l'onestà e la comunicazione. Ammetti di essere nervosə! Forse anche il tuo Match lo è e, confessando quel sentimento, avrai trovato il modo perfetto per rompere il ghiaccio dando il via alla conversazione…

---

https://it.tinderpressroom.com/news?item=122558