

PRESS RELEASE

Czy i co Polacy jedzą w pracy?

Warszawa, 20 czerwca 2013 roku

Jedna trzecia aktywnych zawodowo Polaków w ciągu ośmiu godzin pracy je zaledwie jeden posiłek. Jest nim najczęściej drugie śniadanie w postaci kanapki, owoców lub słodyczy. Tak można podsumować wyniki badania „Co Polacy jedzą w pracy?” przeprowadzonego przez pracownię badawczą IPSOS na zlecenie Sodexo On-site Services.

Z badania wyłania się obraz pracującego Polaka, który uważa, że odżywia się zdrowo (ponad 40% respondentów). Jednak trudno się z tym zgodzić, gdy aż 32% ankietowanych w ciągu całego dnia pracy zjada wyłącznie jeden posiłek. Biorąc pod uwagę średni czas pracy, oznacza to, że w ciągu ośmiu godzin dostarczamy naszemu organizmowi zaledwie jedną dawkę energii. Ponadto nasze menu jest dość monotonne i mało urozmaicone.

Dieta pracującego Kowalskiego

Średnio statystycznie jemy w pracy mniej niż 2 posiłki dziennie. Najczęściej jest to drugie śniadanie – tak wskazało 73% badanych. Połowa ankietowanych codziennie je kanapki, a kilka razy w tygodniu konsumuje świeże owoce, jogurty oraz słodycze i słodkie wypieki. Co trzecia osoba deklaruje, że jada w pracy obiad/lunch. Znacznie rzadziej, bo zaledwie raz w miesiącu, sięgamy po bakalie, orzechy czy suszone owoce. Za dobrą monetę można uznać fakt, że bardzo rzadko wybieramy dania gotowe zalewane wrzątkiem czy fast foody w postaci kebabów, hamburgerów czy hot dogów.

Robię sam czy zamawiam?

Wyniki przeprowadzonego badania pokazują, że to co jemy w pracy najczęściej przygotowywane jest wcześniej w domu – taka postawa jest szczególnie charakterystyczna dla mieszkańców małych miast i osób powyżej 50 roku życia. Osoby, które jadają posiłki w restauracjach, stołówkach czy firmowych kantynach odwiedzają je średnio 1,6 razy w tygodniu. Zdecydowanie najczęściej wybierają domowy obiad – klasyczne drugie danie, na które wskazało 60% badanych. Chętnie sięgają także po zupę, pierogi i wszelkiego rodzaju sałatki (odpowiednio 29, 27 i 26% respondentów).

Grunt to wiedzieć czego się nie chce!

Jak pokazują wyniki badania konsumenci są zgodni w kwestii rozumienia zdrowego odżywiania – niemal 80% respondentów definiuje je poprzez unikanie sztucznych składników, konserwantów i tłustych produktów. Połowa ankietowanych ze swojej diety w pracy najchętniej wyeliminowałaby

słodczy, a 35% całkowicie zrezygnowałoby z dań typu fast food i słonych przekąsek w postaci chipsów, paluszków czy krakersów.

„Wyniki badania potwierdzają tendencje, które obserwujemy od dłuższego czasu w restauracjach Sodexo. – potwierdza **Yann Gontard, Sodexo CEO Central Europe**. - Dlatego uwzględniając wciąż rosnące oczekiwania klientów, a także biorąc pod uwagę najnowsze trendy panujące wśród polskich konsumentów od kwietnia 2013 roku kucharze ponad 70 restauracji Sodexo zamiast gotowych przypraw i dodatków, wykorzystują tylko składniki i przyprawy bez zawartości glutaminianu sodu. Dania w restauracjach są przyrządzane codziennie i gotowane na miejscu, co pozwala kucharzom na łatwą zmianę receptur i kontrolowanie dodawanych składników.”

Lepiej jem, lepiej pracuję

Według danych Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) zdrowe odżywianie w pracy to jeden z ważniejszych czynników warunkujących efektywność pracowników – właściwe odżywianie może zwiększyć naszą wydajność aż o 20%. Eksperci są zgodni, że rezygnacja z posiłków obniża wydolność organizmu i wpływa na pogorszenie efektów realizowanych działań. Dlatego warto zastanowić się, co dziś zjemy w pracy.

O badaniu

Badanie „Co Polacy jedzą w pracy?” przeprowadzono na przełomie maja i czerwca 2013 roku, metodą CAWI z wykorzystaniem panelu internetowego, na ogólnopolskiej reprezentatywnej próbie aktywnych zawodowo Polaków (liczebność próby N=643). Badanie wykonała pracownia badawcza IPSOS na zlecenie Sodexo On-site Services.

O Sodexo

Grupa Sodexo, światowy lider w zakresie usług podnoszących Jakość Codziennego Życia, od chwili założenia firmy przez Pierre'a Bellon'a w 1966 roku, jest strategicznym partnerem dla firm i instytucji, które kładą nacisk na efektywność, lojalność i dobre samopoczucie pracowników oraz partnerów biznesowych. Z wielką pasją 420 000 pracowników Sodexo w 80 krajach, każdego dnia projektuje, zarządza i dostarcza unikalne usługi w zakresie kompleksowej obsługi nieruchomości (Sodexo On-site Services) oraz w zakresie kompleksowych usług motywacyjnych (Sodexo Benefits and Rewards Services) obsługując każdego dnia 75 milionów konsumentów na całym świecie.

Sodexo w liczbach

(dane z 31 sierpnia 2012 roku)

Grupa Sodexo na świecie

18.2 miliarda euro skonsolidowanego dochodu

420,000 pracowników

20. pozycja na liście największych pracodawców na świecie

80 krajów

34,300 placówek

75 miliona konsumentów dziennie

9.5 billion euro market capitalization (dane z 7 listopada 2012 roku)

Sodexo On-site Services w Polsce

5 800 000 m² obsługiwanej powierzchni

2 600 obsługiwanych mniejszych jednostek

2 000 zatrudnionych pracowników

420 Klientów

400 obsługiwanych nieruchomości

70 restauracji

Sodexo Benefits and Rewards Services w Polsce

43 000 Klientów

3 500 000 użytkowników naszych rozwiązań rocznie

50 000 współpracujących punktów usługowo-handlowych

Kontakt:

Diana Stachera

Tel. +48 501 121 711

Fax: +22 402 48 68

E-mail : d.stachera@contrust.pl