Nestlé Studie 2009

Ernährung in Deutschland 2008

– Kurzfassung –

Ernährung ist ein Spiegel der Gesellschaft: ihres Wohlstandes und ihrer sozialen Unterschiede, ihrer Struktur und Heterogenität, ihres Anspruchsniveaus und Qualitätsbewusstseins, ihrer Kultur und ihres Wertekanons.

Entsprechend wandelt sich das Ernährungsverhalten, angetrieben von den dynamischen gesellschaftlichen Veränderungen. Das Tempo des gesellschaftlichen Wandels hat sich in den letzten zehn Jahren deutlich beschleunigt. Die Gesellschaft verändert sich strukturell, aber auch in ihrer Mentalität, ihren Wertvorstellungen und ihrer Alltagskultur.

Zu den Facetten des tiefgreifenden Strukturwandels, die das Ernährungsverhalten prägen, gehören vor allem

- die Alterung der Gesellschaft,
- die Entwicklung des Wohlstandes in den verschiedenen sozialen Schichten,
- der wachsende Anteil berufstätiger Frauen,
- die Zunahme der Single- und Zwei-Personen-Haushalte und
- die zunehmende Heterogenität der Bevölkerung durch den wachsenden Anteil von Personen mit Migrationshintergrund.

Parallel verändert sich die Alltagskultur, vor allem durch

- die Mobilität der Bevölkerung,

– die Fülle der Optionen für Information, Freizeitgestaltung und Konsum, durch die sich die Entscheidungssituationen vervielfacht haben,
– die teilweise Auflösung fester Gewohnheiten in der Tagesgestaltung wie bei den Freizeit- und Konsumpräferenzen,
– die Individualisierung der Lebensstile,
– die Internationalisierung der Erfahrungswelten der Bevölkerung,
– die Auflösung fester Rollenmuster und
– die veränderten Beziehungen zwischen den Generationen.

Auch die Mentalität und die Wertvorstellungen der Gesellschaft wandeln sich, teilweise angetrieben von den strukturellen Veränderungen der Gesellschaft, teilweise ausgelöst durch intensive gesellschaftliche Diskussionsprozesse. Zu den wichtigsten Facetten des Mentalitäts- und Wertewandels gehören

– die wachsende Gesundheitsorientierung der Bevölkerung, die auch, aber keineswegs nur mit der Alterung der Gesellschaft zusammenhängt,
– die zunehmende Ausrichtung auf eine Work-Life-Balance,
– die zunehmende Genussorientierung, die sich unter anderem in dem enormen Bedeutungsgewinn des Lebensziels „Das Leben genießen“ zeigt,
– das zunehmende Bedürfnis nach Abwechslung, neuen Eindrücken und Erfahrungen,
– die Sensibilisierung für Umwelt- und Tierschutz und für Nachhaltigkeit,
– eine ideelle Bewegung „Zurück zur Natur“.

Das Ernährungsverhalten der Bevölkerung ist in den letzten Jahren oft holzschnittartig als preisgetrieben und unzureichend qualitätsorientiert bewertet worden. Dies wird der Vielfalt der Lebens- und Konsumstile, der Einflüsse und Trends in keiner Weise gerecht, wie die Nestlé-Studie Ernährung 2008 eindrucksvoll zeigt.

Ernährung ist der Bevölkerung auch zu wichtig, als dass sie ihr Verhalten nur an einfachen Parametern wie Preis oder Zeitersparnis ausrichten würde. Für 64 Prozent der gesamten Bevölkerung spielt eine gute Ernährung eine große oder sogar sehr große Rolle im eigenen Leben, 53 Prozent sehen in einer guten Ernährung eine wesentliche Facette von Lebensqualität. Die Vorstellungen, was eine gute Ernährung ausmacht, sind jedoch sehr heterogen wie auch die Ernährungsbedürfnisse und -stile.

Der Strukturwandel verändert die Bedürfnisse und Ernährungsstile

Kaum etwas verändert die Gesellschaft zurzeit und in den kommenden Jahrzehnten so sehr wie die Veränderung der Altersstruktur. Seit 1990 hat sich die Anzahl der 60-Jährigen und Älteren bereits um rund 5 Millionen erhöht und wird bis 2020 um weitere 3 Millionen wachsen. Umgekehrt sinkt im selben Zeitraum die Zahl der Unter-20-Jährigen von 17, 3 auf 13,5 Millionen, die Anzahl der 20- bis 60-Jährigen von gut 46 auf 42 Millionen (Schaubild 1). Diese Entwicklung verändert das Klima und die Prioritäten in der Gesellschaft, die Mentalität und Interessenlagen. Dabei greift es zu kurz, die Alterung der Gesellschaft als sichere Vorboten sinkender Vitalität, Innovationsoffenheit und Konsumfreude zu interpretieren. Trendanalysen belegen, dass die strukturelle Alterung der Gesellschaft bisher in hohem Maße durch die steigende Vitalität der 60-Jährigen und Älteren kompensiert worden ist. Die Altersschwellen, das Lebensalter, in dem Interessen, Aktivitäten, soziale Kontakte zurückgefahren und das Interessenspektrum eingeschränkt wird, liegen heute im Durchschnitt zehn bis fünfzehn Jahre später, als dies vor zwanzig Jahren der Fall war. Bis zum 70. Lebensjahr ist heute ein weitgehend unveränderter Aktivitätsradius zu beobachten. Auch Langzeitanalysen der Innovationsoffenheit belegen, dass die Gleichung „alternde Gesellschaft bedeutet sinkende Innovationsoffenheit“ so nicht stimmt. Das Interesse der Bevölkerung an neuen Erfahrungen, technologischem Fortschritt und Produktinnovationen hat über die letzten Jahre und Jahrzehnte nicht abgenommen, sondern zugenommen, und zwar in allen Altersgruppen. Die 60- bis 70-Jährigen sind heute so offen für neue Erfahrungen und Produkte, wie es früher nur die junge Generation war (Schaubild 2). Auch die Lebensstile der verschiedenen Generationen gleichen sich zumindest partiell an. Das gilt beispielsweise für die

Mobilität, für die Pflege sozialer Kontakte wie für die allmähliche Auflösung fester Gewohnheiten und Verhaltensmuster.

Besonders eindrucksvoll ist die gravierende Verschiebung der Alterungsschwellen in Bezug auf den Gesundheitszustand und gesundheitliche Beeinträchtigungen. 60- bis 69-Jährige sind heute gesünder als 50- bis 59-Jährige vor einem Jahrzehnt, 70- bis 79-Jährige so gesund wie es 60- bis 69-Jährige in den 80er Jahren waren. Damals beschrieben nur 47 Prozent der 50- bis 59-Jährigen ihren Gesundheitszustand als gut oder sehr gut, heute 68 Prozent; in der Altersgruppe der 60- bis 69-Jährigen hat sich dieser Anteil von 37 auf 54 Prozent erhöht (Schaubild 3).

Trotz dieser Verschiebung der Alterungsschwellen wandelt sich das Bewusstsein in einer alternden Gesellschaft, gerade in Bezug auf die Bedeutung von Gesundheit und die Erhaltung der physischen und geistigen Kräfte. Die Alterung der Gesellschaft trifft hier mit einem Bewusstseinswandel zusammen, der steigenden Gesundheitsorientierung quer durch alle Altersgruppen (Schaubild 4).

Aufgrund des heute weitaus besseren Gesundheitszustandes der älteren Generation ist nur gut jeder Fünfte der 60- bis 80-Jährigen gezwungen, bei der Ernährung gesundheitliche Aspekte zu berücksichtigen. Der älteren Generation geht jedoch der Präventivgedanke immer stärker in Fleisch und Blut über. Entsprechend sind auch gerade ältere Gesunde ausgeprägt gesundheitsorientiert und ernähren sich besonders bewusst. Dazu gehört die Orientierung an den Leitlinien

– mindestens eine warme Mahlzeit am Tag,
– viel Obst und Gemüse,
– abwechslungsreiche Ernährung,
– sich ausreichend Zeit für Mahlzeiten nehmen.

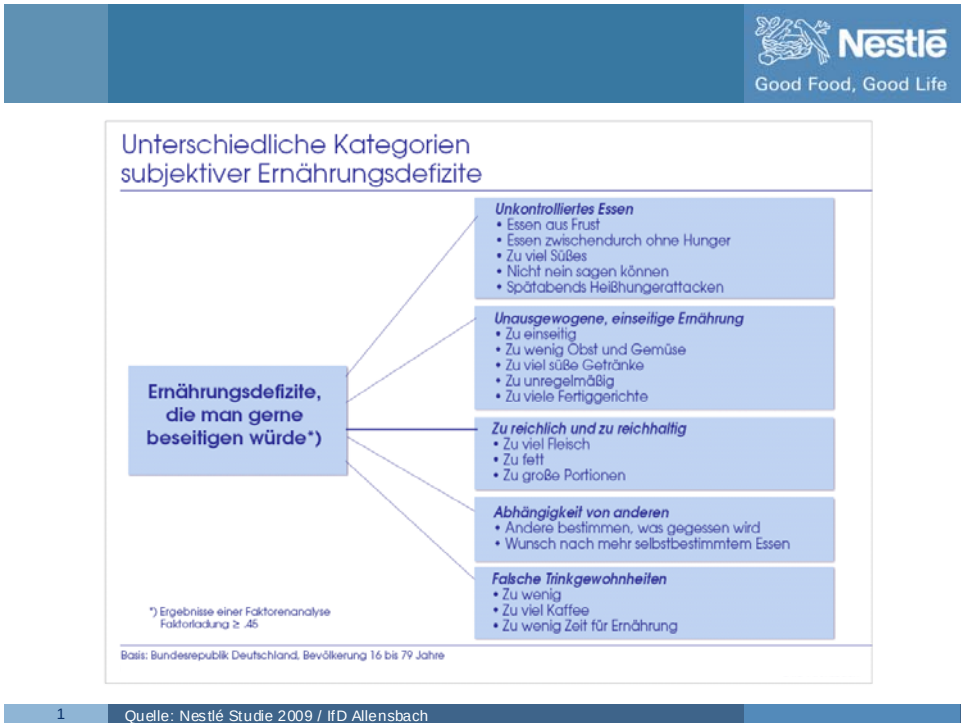
Darüber hinaus orientiert sich die ältere Generation bei ihren Lebensmittelkäufen überdurchschnittlich an der regionalen Herkunft, an Saisonalität und Naturbelassenheit (Schaubild 5).

Megatrend Gesundheitsorientierung und bewusste Ernährung

Durch die Alterung, das wachsende Gesundheitsbewusstsein und auch das zunehmende Körperbewusstsein der Bevölkerung werden die Aspekte Gesundheit und Ausgewogenheit bei der Ernährung immer wichtiger. Jeder Achte organisiert seine Ernährung primär unter Gesundheitsaspekten; die Mehrheit dieses Kreises muss besondere Rücksicht auf die eigene Gesundheit nehmen. Weitere 14 Prozent der Bevölkerung messen gesundheitlichen Aspekten eine ganz besondere Bedeutung bei ihrer Ernährung bei, obwohl sie in der Regel nicht durch gesundheitliche Beeinträchtigungen dazu gezwungen sind. Sie ernähren sich aus Überzeugung gesund und achten auf eine gute und ausgewogene Ernährung, auf ausreichend Vitamine und Mineralstoffe, eine abwechslungsreiche Ernährung und fühlen sich körperlich besser und leistungsfähiger, wenn sie sich entsprechend ernähren. Damit ist bereits rund 40% der gesamten Bevölkerung ausgeprägt darauf ausgerichtet, die eigene Fitness und Gesundheit durch Ernährung zu erhalten und zu fördern.

Das gesundheitsfördernde Potential von Ernährung ist der überwältigenden Mehrheit des älteren Teils der Bevölkerung bewusst. Entsprechend wird die Umstellung der Ernährung in hohem Maße als Problemlöser bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen gesehen, nicht nur bei Übergewicht, sondern auch bei zu hohen Cholesterinwerten, Diabetes, Magen- und Darmbeschwerden und hohem Blutdruck (Schaubild 6).

Auch die Selbstkritik eines Teils der Bevölkerung an ihrem Ernährungsstil zeigt, dass sie zumindest ein Grundgefühl für den Beitrag der Ernährung zu Gesundheit hat. Die Kritik am eigenen Ernährungsstil konzentriert sich vor allem auf eine zu einseitige Ernährung, auf unkontrolliertes Essen, eine zu reichhaltige Ernährung und falsche Trinkgewohnheiten:



Als Defizite benennt die Bevölkerung vor allem zu wenig Konsum von Obst und Gemüse, Heißhungerattacken auf Ungesundes, eine zu geringe Trinkmenge, zu viel Süßigkeiten und eine zu fetthaltige Ernährung. Lediglich 15 Prozent der Bevölkerung können bei ihrer Ernährung keinerlei Defizite entdecken. Weit überdurchschnittlich gibt die Generation der 20- bis 29-Jährigen Ernährungsdefizite zu Protokoll, insbesondere eine zu unregelmäßige Ernährung und zu wenig Zeit für die Mahlzeiten sowie eine zu einseitige Ernährung (Schaubild 7).

Grundsätzlich hält es die Bevölkerung heute eher für einfacher als schwieriger, sich gesund zu ernähren. 42 Prozent der Bevölkerung halten es heute für einfacher, 25 Prozent für schwieriger, eine gesunde Ernährung sicherzustellen. Viele haben jedoch Schwierigkeiten, die ihnen durchaus bewussten Prinzipien für eine gesunde Ernährung im Alltag umzusetzen. Dies hat zum einen mit der modernen Lebensform zu tun – den beruflichen Anforderungen, Stressfaktoren, Schwierigkeiten bei der

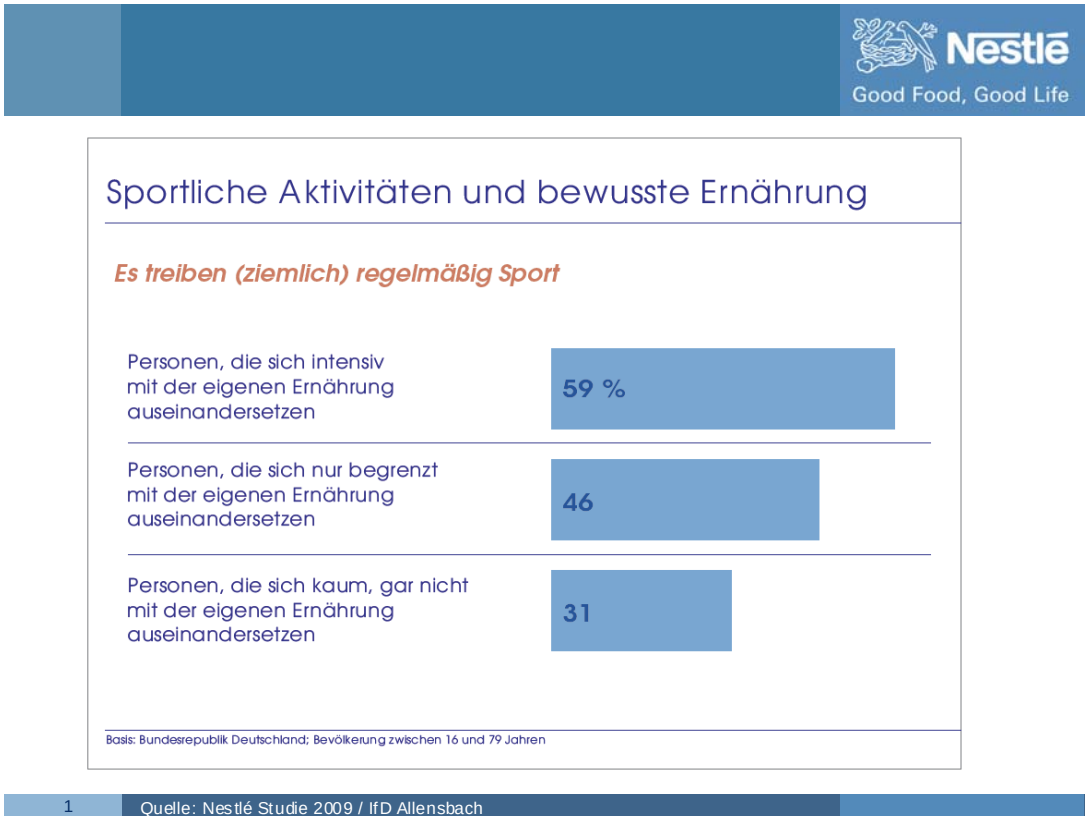
Vereinbarkeit von Familie und Beruf und der Entstrukturierung der Tagesabläufe –, zum anderen aber auch mit der Kluft zwischen Wollen und Handeln, der disziplinierten Umsetzung der für richtig erkannten Prinzipien.

Ein Problem moderner Gesellschaften: der disziplinierte Umgang mit der Fülle der Optionen

In vielen Bereichen ist zu beobachten, dass ein erheblicher Anteil der Bevölkerung Mühe hat, sich die Fülle der Optionen sinnvoll und diszipliniert zu erschließen. Dies gilt zum Beispiel für die Mediennutzung wie für die Ernährung. Schon die subjektiven Ernährungsdefizite belegen, dass ein erheblicher Anteil der Bevölkerung sich selber mangelnde Disziplin bei der Ernährung attestiert. Knapp jeder Fünfte isst öfter etwas zwischendurch, ohne Hunger zu haben, jeder Zehnte isst zumindest gelegentlich als Reaktion auf Frustrationserlebnisse oder Stress. Jeder Fünfte isst nach eigener Einschätzung zu viel, knapp jeder Dritte gibt Heißhungerattacken nach.

Auch die weit verbreitete Unzufriedenheit mit dem eigenen Gewicht spiegelt teilweise die Probleme, mit der Fülle der Optionen diszipliniert und sinnvoll umzugehen. 36 Prozent der Bevölkerung zwischen 16 und 79 Jahren sind mit ihrem Gewicht nur eingeschränkt oder gar nicht zufrieden, 30 Prozent der Männer und 41 Prozent der Frauen. Zwischen 45 und 59 Jahren ist die Unzufriedenheit mit dem eigenen Gewicht auf dem Höhepunkt und nimmt danach tendenziell wieder ab – anders als die Gesundheits- und Fitnessprobleme. Die Langzeitanalyse lässt erkennen, dass der weite Kreis, der gerne abnehmen würde, in der Bevölkerung seit etwa zwanzig Jahren tendenziell rückläufig ist, während der enge Kreis der Personen mit ausgeprägten Gewichtsproblemen langsam, aber kontinuierlich wächst. So hat sich der Anteil der Bevölkerung, der gerne abnehmen würde, seit 1987 von 45 auf 41 Prozent vermindert, während umgekehrt der Kreis der Personen mit größeren Gewichtsproblemen seit dem Beginn der 90er Jahre von 17 auf 20 Prozent angestiegen ist. Diese Entwicklungen wirken auf den ersten Blick paradox. Der weite Kreis in der Bevölkerung, der sich gerne stärker seinem Idealgewicht annähern würde, bildet sich jedoch aufgrund einer bewussteren Lebensweise und Ernährung

eines Teils der Bevölkerung zurück. Dem steht eine große und wachsende Gruppe der Bevölkerung gegenüber, die zwar die Prinzipien einer gesunden Lebensweise und Ernährung kennt, sie aber nicht in eigenes Alltagshandeln überführen kann oder will. Dies betrifft nicht nur die Ernährungsgewohnheiten, sondern auch eine ausreichende Bewegung und Sport. Schon zwischen 30 und 44 verzichtet jeder Zweite auf eine einigermaßen regelmäßige sportliche Betätigung. Das Ernährungsverhalten und die sportliche Betätigung hängen eng zusammen. Personen, die sich über ihre Ernährung viele Gedanken machen, betätigen sich in deutlich höherem Maße regelmäßig sportlich, als Personen, die sich nur begrenzt oder kaum Gedanken über ihre Ernährung machen:



Sowohl bei der bewussten Ernährung wie bei der sportlichen Aktivität sind deutliche Schichtunterschiede festzustellen; das Gleiche gilt entsprechend für Gewichtsprobleme. Insgesamt gehört knapp ein Fünftel der Bevölkerung zu den relativ unkontrollierten Essern, die gleichzeitig weit überwiegend Probleme mit ihrem Gewicht haben, wenig Sport treiben und teilweise auch nur wenig bereit sind, ihre Lebensgewohnheiten zu ändern. Diese Gruppe rekrutiert sich zu zwei Dritteln aus der männlichen Bevölkerung. Obwohl sich die Lebensläufe von Männern und Frauen zumindest teilweise angeglichen haben, sind die stabil unterschiedlichen Orientierungen von Männern und Frauen in Bezug auf eine gesunde Lebensführung und bewusste Ernährung auffallend.

Männerwelten – Frauenwelten

In den letzten Jahrzehnten haben sich nicht nur die Ausbildungswege von Männern und Frauen weitgehend angeglichen, sondern auch festgelegte Rollenbilder sukzessive aufgelöst. Frauen haben bei den Bildungsabschlüssen mit Männern gleichgezogen, sie in Bezug auf schulische Erfolge sogar überholt. Die Frauenerwerbsquote ist seit 1980 von 50 auf mittlerweile 67 Prozent angestiegen. Parallel hat die Berufsorientierung von Frauen kontinuierlich zugenommen. Der Anteil der 20- bis 59-jährigen Frauen, die einen Beruf haben wollen, um dadurch unabhängig zu sein, ist seit dem Beginn dieses Jahrzehnts von 40 auf 50 Prozent gestiegen, der Anteil der unter-60-jährigen Frauen, die sich als emanzipiert und selbstbewusst einschätzen, im selben Zeitraum von 47 auf 53 Prozent (Schaubild 8).

Zwar schaltet auch heute die Mehrheit der Frauen in der Familienphase beruflich zurück. Anders als früher bedeutet dies jedoch bei den meisten den Übergang auf eine Teilzeittätigkeit oder ein nur zeitlich eng begrenztes Ausscheiden aus dem Beruf. Interessanterweise führen diese Angleichung der Bildungswege und die partielle Angleichung der Berufswege jedoch überhaupt nicht zu einer Auflösung der mentalen Männer- und Frauenwelten und der auffallend großen Interessenunterschiede von Männern und Frauen. Nach wie vor sind Politik, Wirtschaft, Sport und Technik in erster Linie „männliche“ Interessengebiete, auf der

anderen Seite psychologische Themen, Haushaltsführung und insbesondere auch Kochen und Ernährung „weibliche“ Domänen. Langzeitanalysen zeigen, dass sich das Interessenspektrum von Männern und Frauen heute genauso unterscheidet wie vor rund anderthalb Jahrzehnten (Schaubild 9).

Auch die Nestlé-Studie dokumentiert eindrucksvoll, dass Ernährung und Kochen im Allgemeinen „Frauensache“ sind, und zwar auch bei Berufstätigen. 21 Prozent der Männer, aber 73 Prozent der Frauen kochen in ihrem Haushalt, von den berufstätigen Männern 20 Prozent, von den berufstätigen Frauen 67 Prozent. Selbst ganztags berufstätige Frauen berichten mehrheitlich, dass sie im Haushalt für das Kochen zuständig sind:

	Berufstätige		Berufstätige Frauen	
	Männer	Frauen	ganztags	Teilzeit
Kochen ist Frauensache	%	%	%	%
Es kochen selbst	20	67	59	74
Andere Personen im Haushalt kochen	57	10	14	6
Es kochen selbst und andere Personen im Haushalt	23	23	27	20
	100	100	100	100

Schon die Auseinandersetzung mit Ernährung trennt Männer und Frauen scharf. 57 Prozent der Frauen, aber nur 34 Prozent der Männer beschäftigen sich intensiv mit der eigenen Ernährung; auch diese Diskrepanz ist bei berufstätigen Männern und Frauen genauso ausgeprägt wie bei Männern und Frauen insgesamt. Frauen machen sich auch weitaus mehr als Männer Gedanken, was sie trinken und ob sie genug trinken, achten weit überdurchschnittlich auf eine ausgewogene Ernährung und reflektieren auch mehr als Männer den Zusammenhang zwischen Ernährung und körperlicher Leistungsfähigkeit:

Männliche und weibliche Ernährungswelten (Auszug)	Männer %	Frauen %
viel Obst und Gemüse	30	52
Essen und Trinken, was einem schmeckt	46	33
abwechslungsreiche Ernährung	21	40
gesunde Ernährung macht körperlich leistungsfähiger	23	35
Bevorzugung von deftiger Hausmannskost	35	23
Intensive Beschäftigung mit eigener Ernährung	34	57
Gedanken, über genügend Flüssigkeitszufuhr	31	47

Besonders wenig setzen sich männliche Singles mit der eigenen Ernährung auseinander. Nur 20 Prozent der männlichen Singles zwischen 20 und 59 Jahren beschäftigen sich intensiver mit der eigenen Ernährung, dagegen 50 Prozent der weiblichen Singles in diesem Alter. Die Qualität der Ernährung von Männern ist damit in hohem Maße davon abhängig, ob gleichsam Frauen die Verantwortung für ihre Ernährung übernehmen (Schaubild 10).

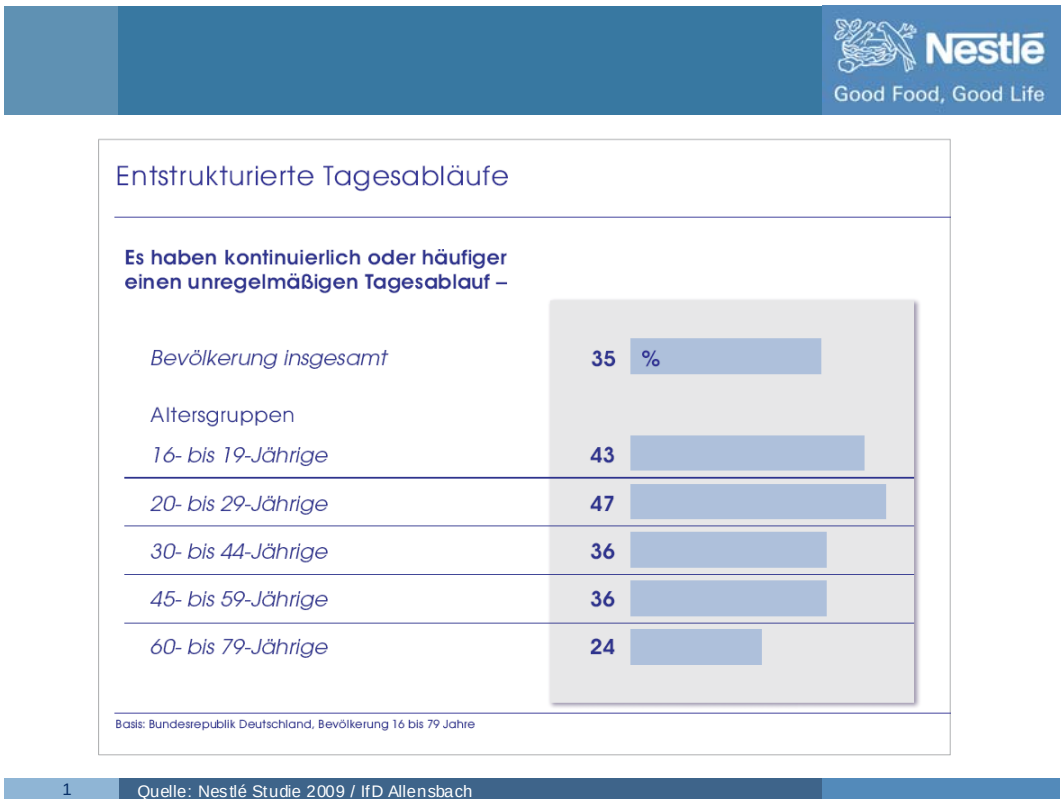
Gleichzeitig tendieren Frauen weitaus stärker als Männer dazu, Ernährung auch unter weltanschaulichen Kategorien zu bewerten und anzulegen. Dies bedeutet unter anderem eine besondere Sensibilisierung für die Methoden der Tierhaltung und generell der Nahrungsmittelproduktion, eine stärkere Präferenz für Bio-Produkte und eine ausgeprägte Zuneigung zu den traditionellen Methoden der Landwirtschaft.

Ernährung in der entstrukturierten Gesellschaft

Flexibilität ist heute eine Leitmaxime der Gesellschaft – bei der Organisation von Arbeitsabläufen wie bei der Alltagsgestaltung in den privaten Haushalten. Gerade auch die unterschiedlichen und zudem variablen Tagesverläufe in den Familien erfordern häufig eine flexible Koordinierung. Dazu kommt das zunehmende Bedürfnis, angesichts der Fülle der Optionen für die Freizeitgestaltung den Tag aus der Situation heraus zu optimieren.

Entsprechend ist der Alltag immer weniger durch feste Strukturen vorgegeben. Fixe Zeitstrukturen, die der Beweglichkeit und Spontaneität entgegenstehen, werden immer mehr abgebaut oder zumindest aufgeweicht, bei den Arbeitszeitmodellen, den Öffnungszeiten oder der Freizeitgestaltung.

Gut ein Drittel der gesamten Bevölkerung hat heute ständig oder zumindest teilweise einen unregelmäßigen Tagesablauf, von den Unter-30-Jährigen sogar jeder Zweite:

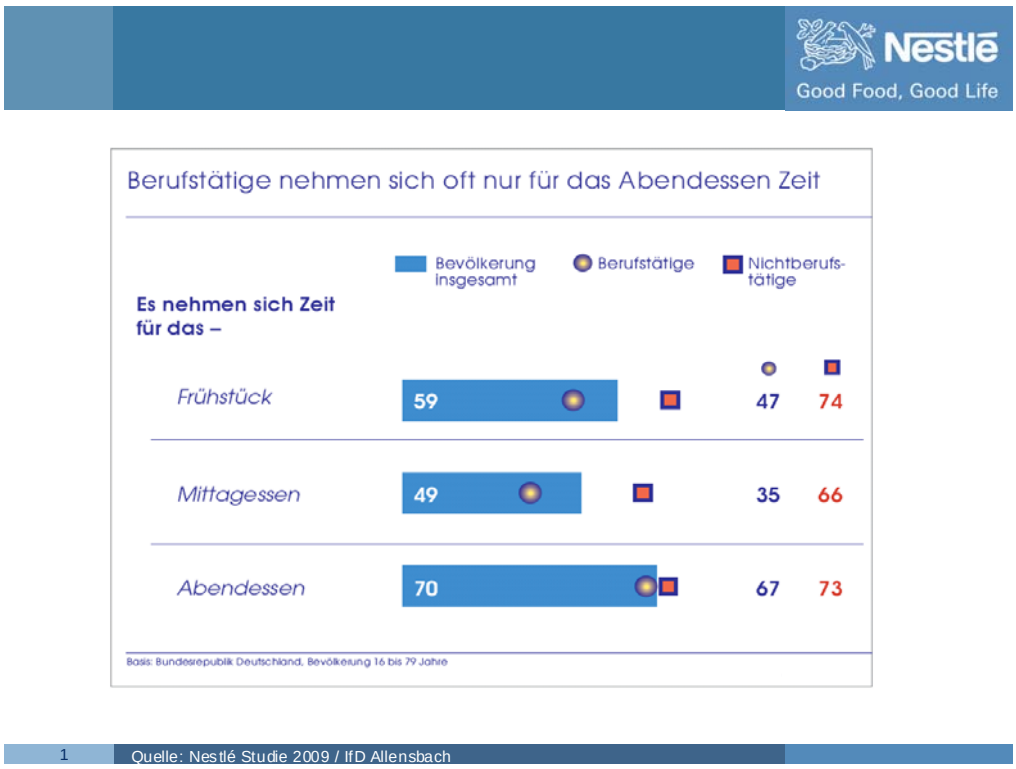


Entstrukturierte Tagesverläufe beeinflussen zwangsläufig das Ernährungsverhalten, insbesondere in der jungen Generation und bei Berufstätigen. 33 Prozent der Berufstätigen essen nur unregelmäßig und haben damit keine festgelegten Zeitreservate für ihre Ernährung. Dies wird in hohem Maße als Defizit empfunden. In der gesamten Bevölkerung beklagen 26 Prozent, dass sie „zu unregelmäßig essen“. Eine vernünftige Ernährung bei entstrukturierten Tagesverläufen darzustellen, ist heute für Viele ein Problem. Die unterschiedlichen und teilweise auch stark wechselnden Tagesabläufe in den Familien machen es zudem zu einer besonderen logistischen Herausforderung, Ernährung kollektiv in der Familie zu organisieren.

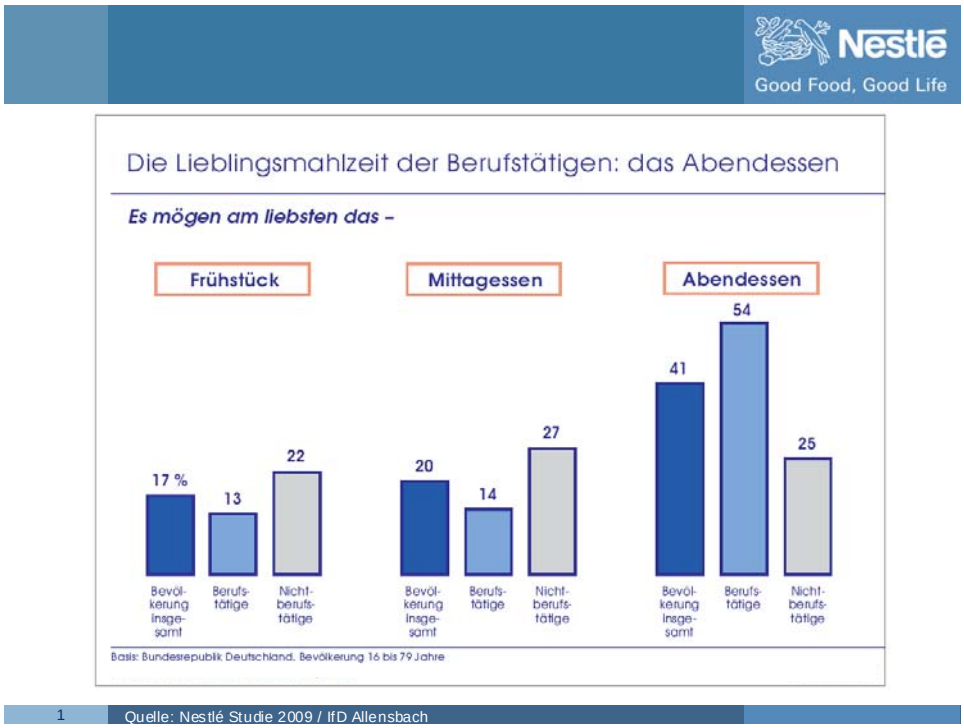
Vernünftige Ernährung: für Viele heute ein Zeitproblem

Die Entstrukturierung verschärft ein Problem, mit dem insbesondere die Berufstätigen kämpfen: im Alltag ausreichend Zeit für die Ernährung zu finden. Die steigende Erwerbsquote von Frauen macht dies zunehmend auch zu einer Herausforderung für die weibliche Bevölkerung. Obwohl Frauen sich wesentlich intensiver mit Ernährung auseinandersetzen und sich auch bewusster ernähren, klagen berufstätige Frauen genauso wie berufstätige Männer überdurchschnittlich darüber, dass sie sich zu wenig Zeit zum Essen nehmen können. 22 Prozent der Bevölkerung, 56 Prozent der Berufstätigen schaffen es teilweise nur an Wochenenden, sich so zu ernähren, wie sie es eigentlich wünschen und für vernünftig halten (Schaubild 11).

Das Ernährungsverhalten Berufstätiger ist deutlich von Zeitknappheit geprägt. Anders als bei Nichtberufstätigen haben die verschiedenen Mahlzeiten bei Berufstätigen einen sehr unterschiedlichen Stellenwert. Während sich Nichtberufstätige für alle drei Tagesmahlzeiten in der Regel ausreichend Zeit nehmen, ist das bei der Mehrzahl der Berufstätigen nur beim Abendessen der Fall: für das Frühstück nimmt sich nur knapp jeder zweite Berufstätige Zeit, für das Mittagessen sogar nur 35 Prozent, für das Abendessen dagegen 67 Prozent:



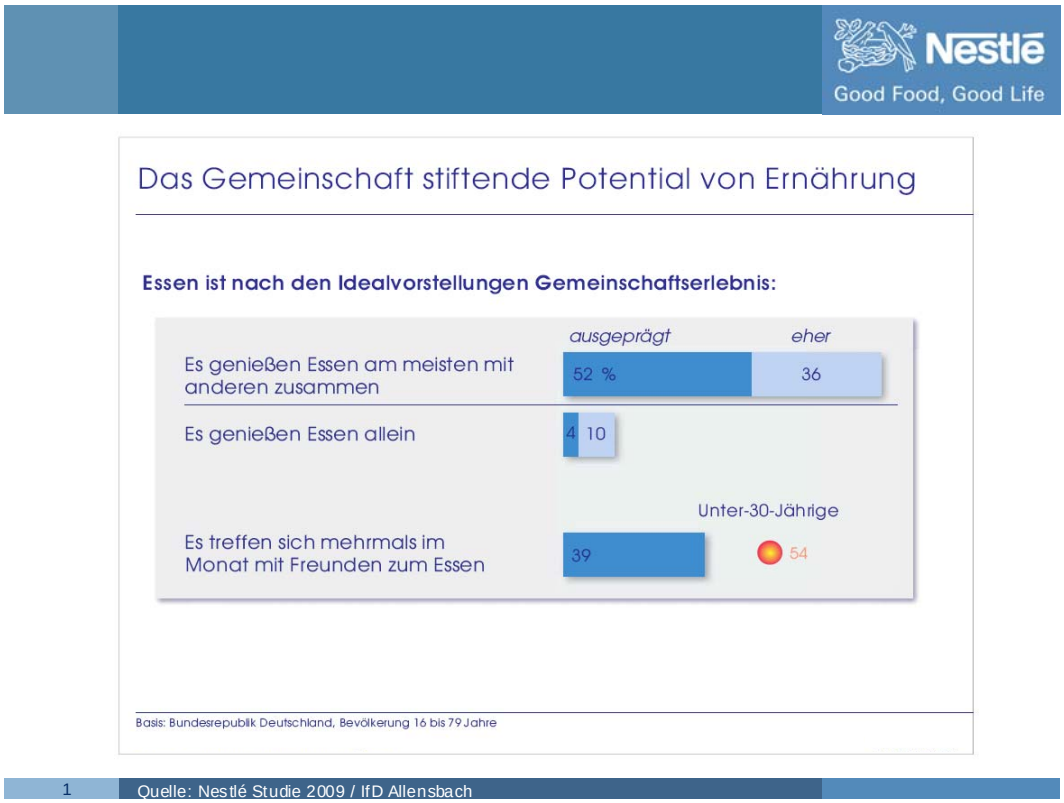
Entsprechend haben Berufstätige und Nichtberufstätige einen völlig unterschiedlichen Ernährungstageszyklus: für 64 Prozent der Nichtberufstätigen, aber nur für ein Drittel der Berufstätigen ist das Mittagessen die Hauptmahlzeit. Da Berufstätige am ehesten das Abendessen entspannt und ohne Zeitdruck genießen können, ist für sie – anders als für die nicht berufstätige Bevölkerung – das Abendessen die wichtigste und vor allem liebste Mahlzeit:



Zeitknappheit prägt auch die Kochgewohnheiten: 36 Prozent der Bevölkerung, knapp jeder zweite Berufstätige versucht, unter der Woche möglichst zeitsparend zu kochen. Die Zeitnot macht viele zu „verhinderten Köchen“; insbesondere unter Berufstätigen gibt es eine große Gruppe, die gerne häufiger kochen würde. Viele haben für sich persönlich noch keine befriedigende Antwort für die Herausforderung gefunden, auch bei Zeitknappheit eine gute Ernährung sicherzustellen, ohne selbst viel Zeit investieren zu müssen.

Essen und Trinken stiftet Gemeinschaft

Der hohe Stellenwert, den das Abendessen bei Berufstätigen einnimmt, hat auch damit zu tun, dass das Abendessen die Familie und teilweise auch den Freundeskreis zusammenführt. Die soziale Komponente von Essen und Trinken ist von großer Bedeutung. Der einsame Esser, der sich allein an einem guten Essen erfreut, ist alles andere als das gesellschaftliche Ideal. Zu einem gelungenen Essen gehört Gesellschaft. 88 Prozent der Bevölkerung genießen Essen am meisten zusammen mit anderen:



Diese Gemeinschaft stiftende Funktion von Mahlzeiten wird künftig an Bedeutung zunehmen. In der hektischen, von heterogenen und teilweise entstrukturierten Tagesabläufen gekennzeichneten Gesellschaft muss Gemeinschaft verstärkt bewusst organisiert werden; gemeinsame Mahlzeiten bieten Anlässe für die Pflege sozialer Kontakte – in einer Gesellschaft, der soziale Kontakte immer wichtiger werden. Familie und Freundeskreis sind die wichtigsten Lebensinhalte. Die Kontaktfrequenz mit anderen nimmt durch die Entwicklung der modernen Kommunikationstechnologien kontinuierlich zu. Die moderne individualisierte Gesellschaft prägt in auffallendem Maße ein Bedürfnis nach Nähe. Gemeinsame Mahlzeiten sind ein wichtiges Instrument, diese Nähe zu organisieren.

Zurück zur Natur – die Sehnsucht nach dem Ursprünglichen

Bewusste Ernährung ist in Deutschland ein Konzept, das weit über die Ausrichtung auf eine ausgewogene und gesunde Ernährung hinausgeht: es ist eine weltanschauliche Positionierung, die auch die Herkunft und Produktionsmethoden von Lebensmitteln einbezieht. Verbraucher, die sich ausgewogen und gesund ernähren, legen gleichzeitig weit überdurchschnittlich darauf Wert, dass die Produkte aus der Region kommen, dass sich das Obst- und Gemüseangebot an der natürlichen Saison dieser Produkte orientiert, auch auf artgerechte Tierhaltung, naturbelassene Produkte und die Vermeidung von gentechnologischen Verfahren (Schaubild 12).

Saisonale Produkte, Provenienz aus der näheren Region, eine artgerechte Tierhaltung und Verzicht auf Gentechnologie rangieren in der Präferenzskala der Bevölkerung höher als die Klassifizierung als Bio-Produkt. Die Präferenzen der Verbraucher zeigen, dass es weit verbreitet eine Sehnsucht nach dem Ursprünglichen gibt, nach einer Lebensmittelproduktion, die von Naturbelassenheit, artgerechter Tierhaltung und einem Leben mit den Jahreszeiten gekennzeichnet ist.

Schaubild 1

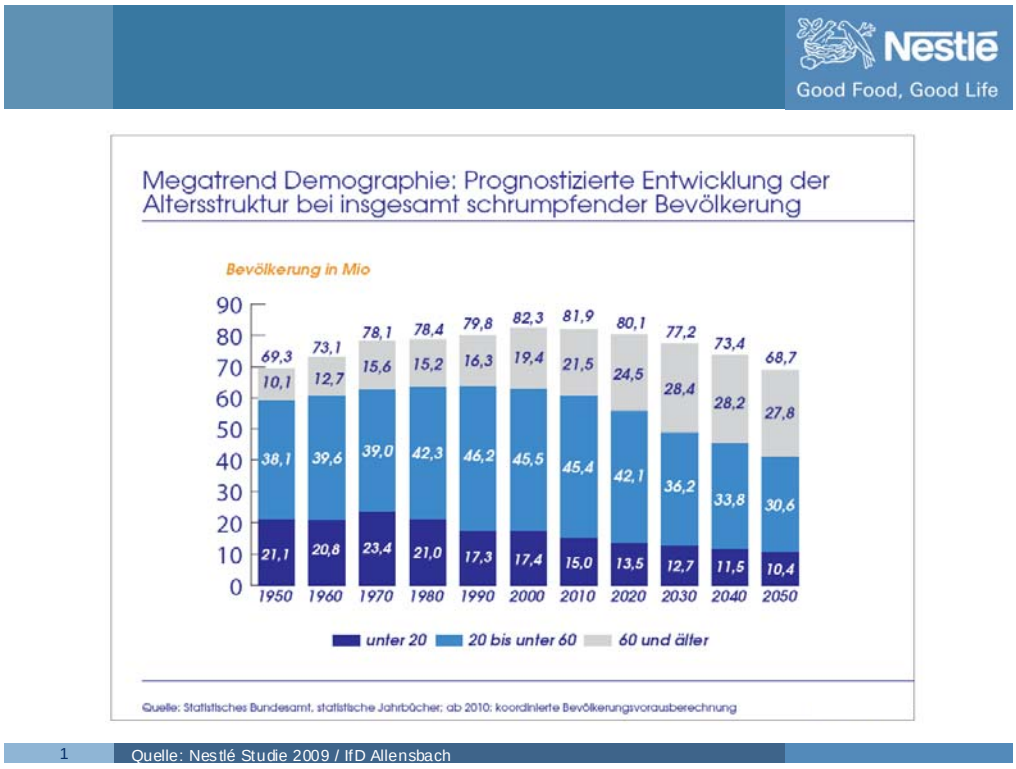


Schaubild 2

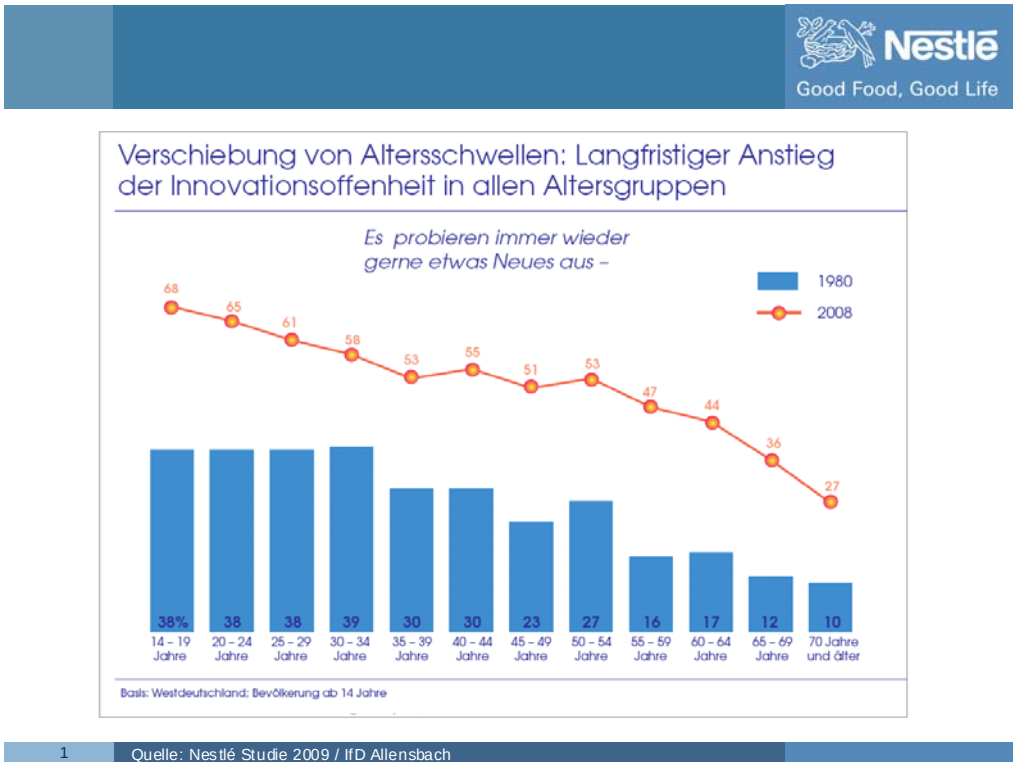


Schaubild 3

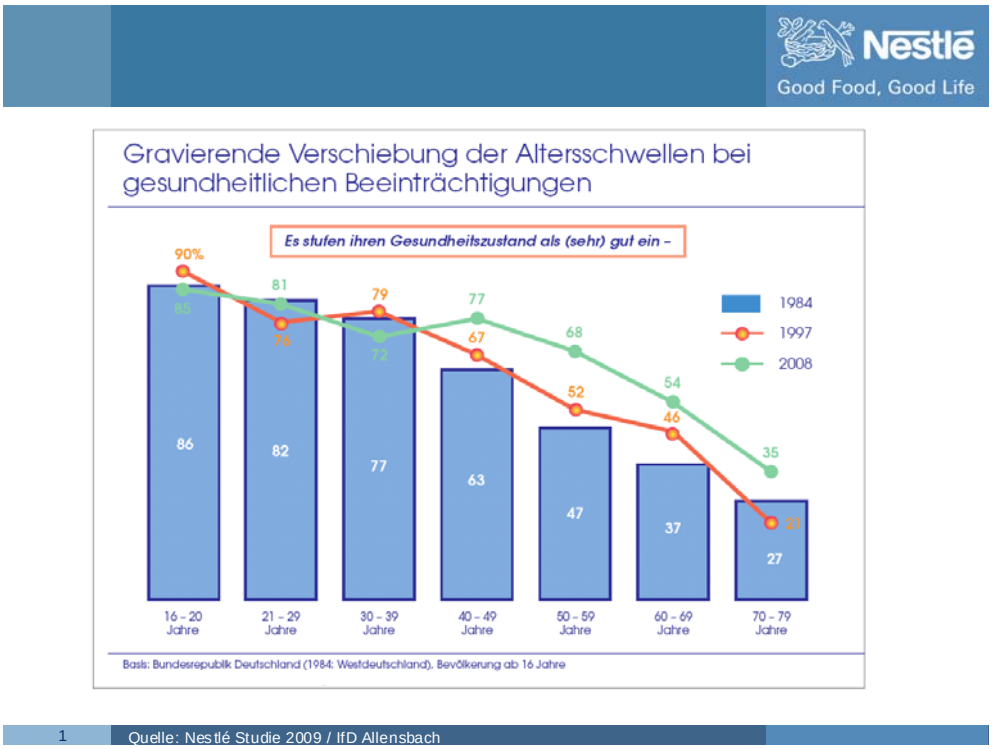


Schaubild 4

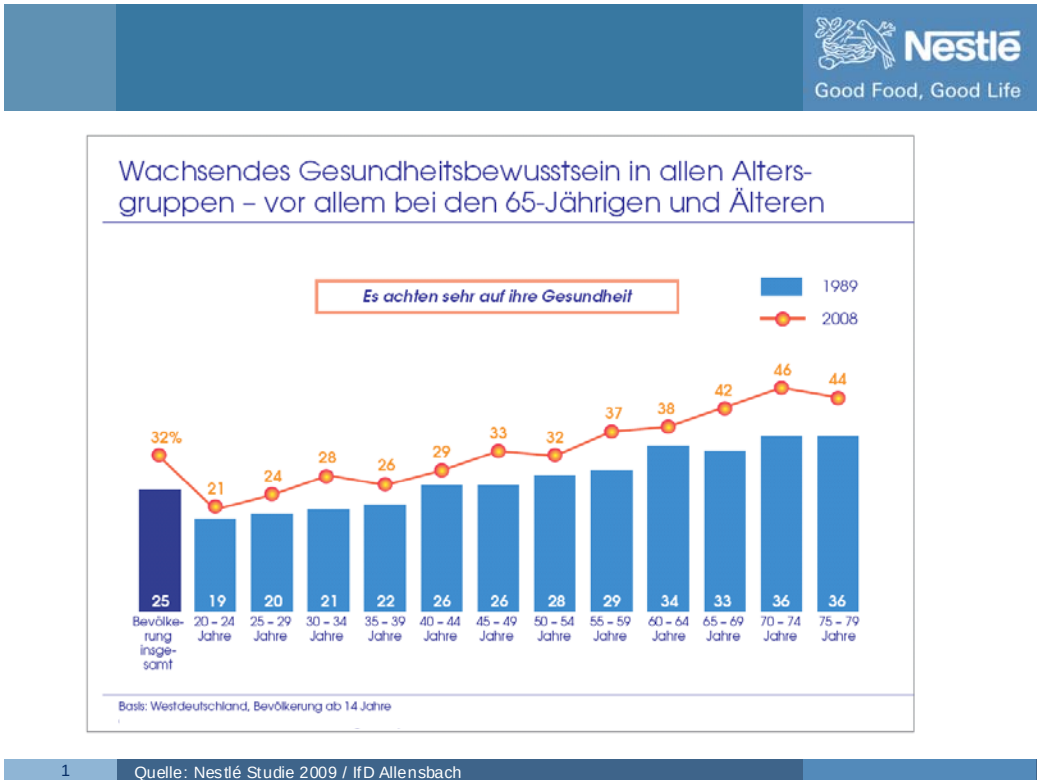


Schaubild 5

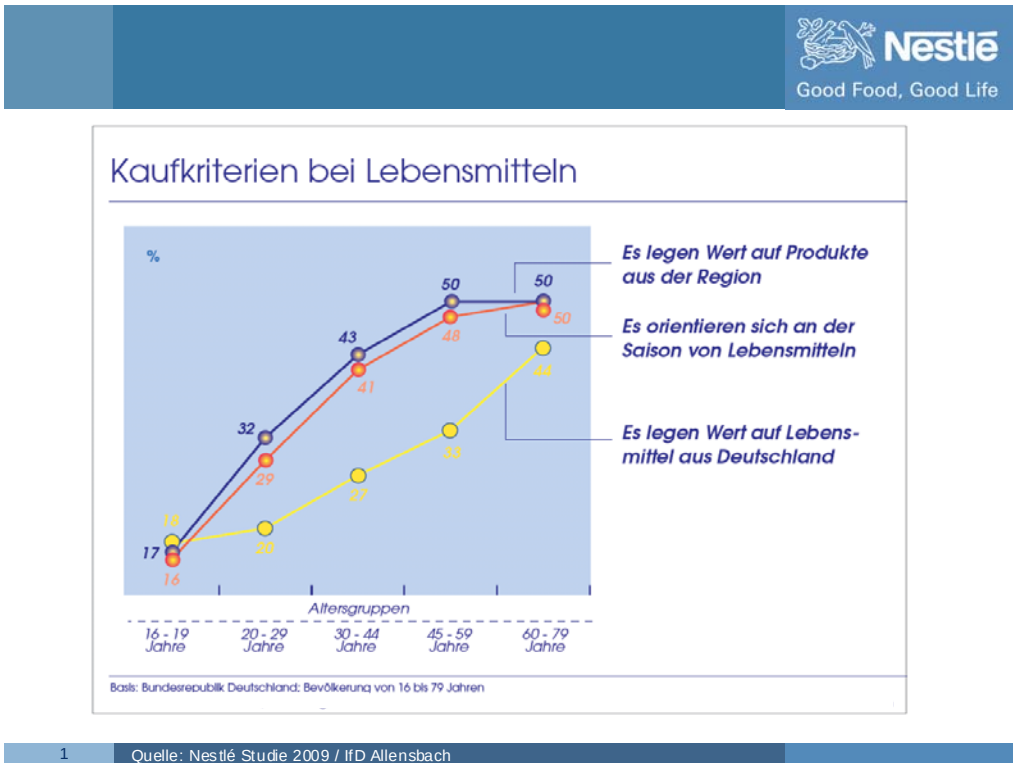


Schaubild 6

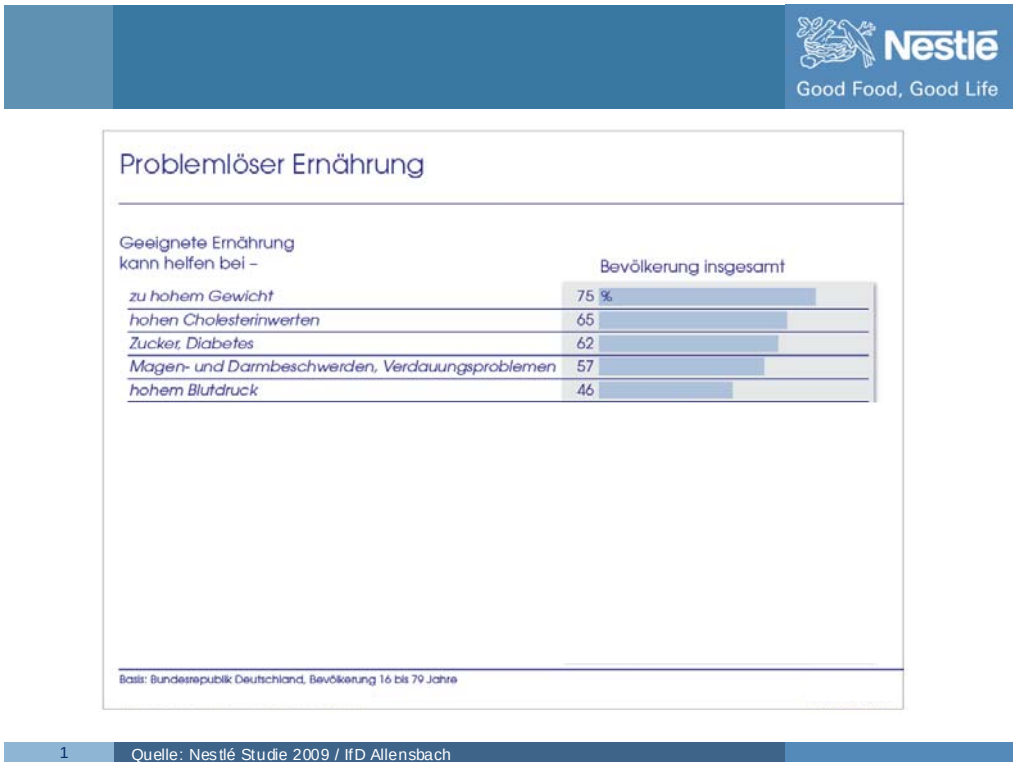


Schaubild 7

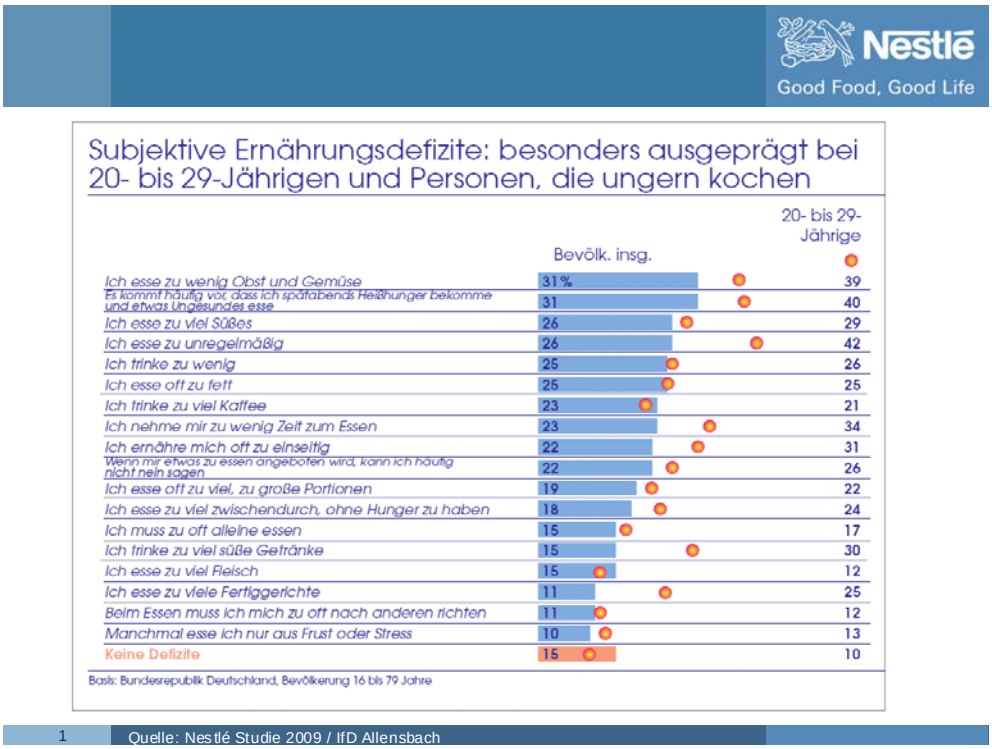


Schaubild 8

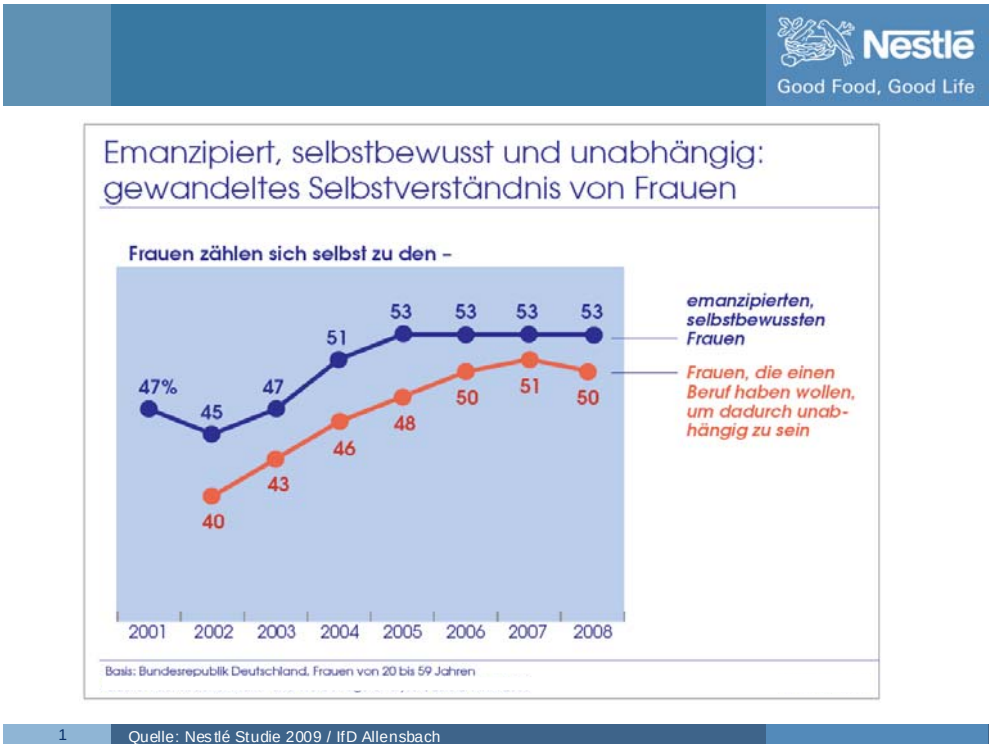


Schaubild 9

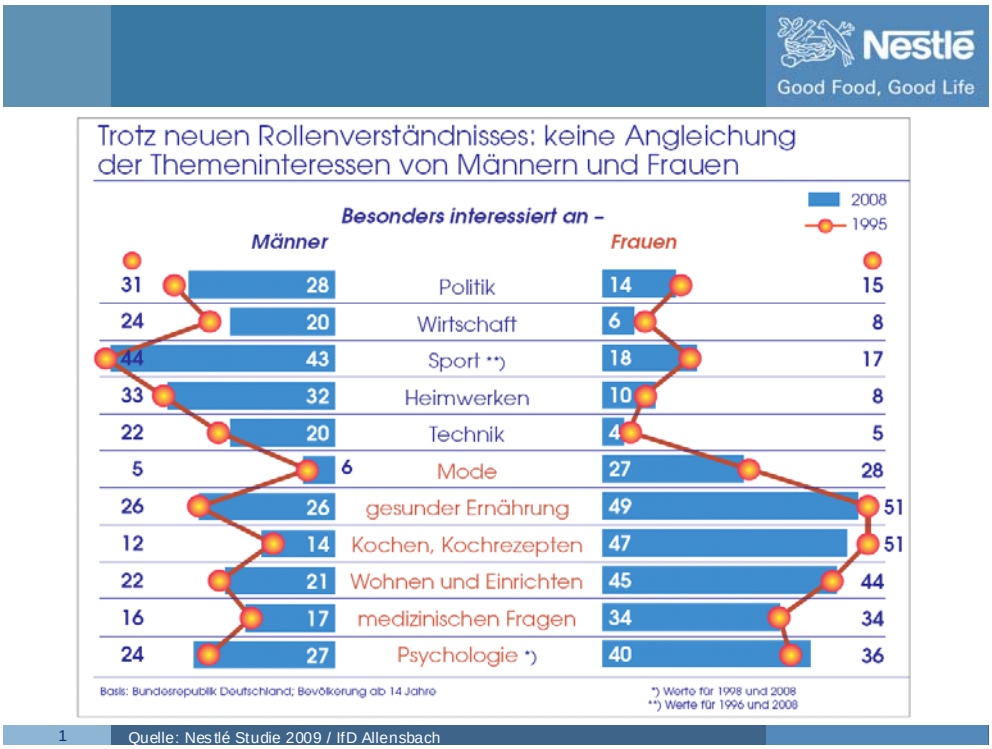


Schaubild 10

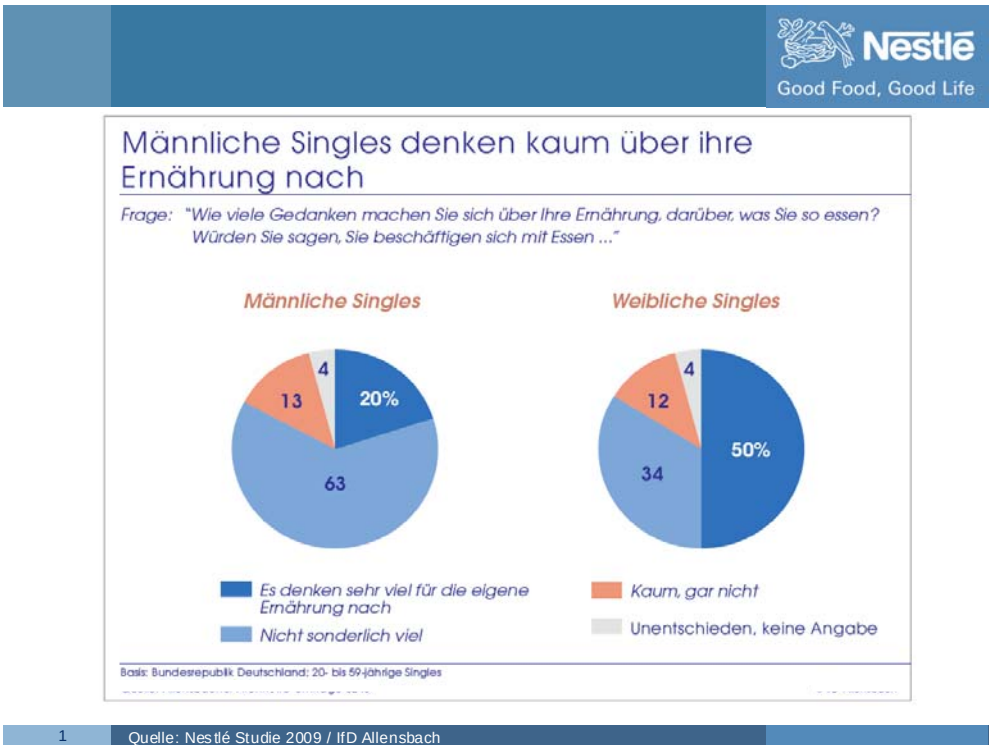


Schaubild 11

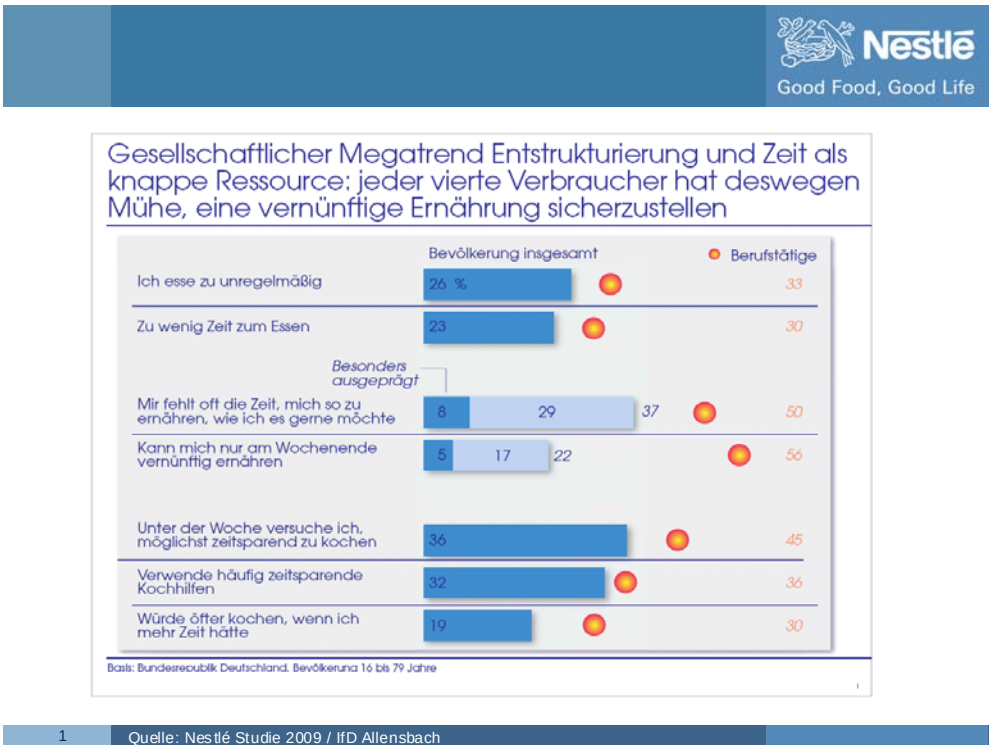
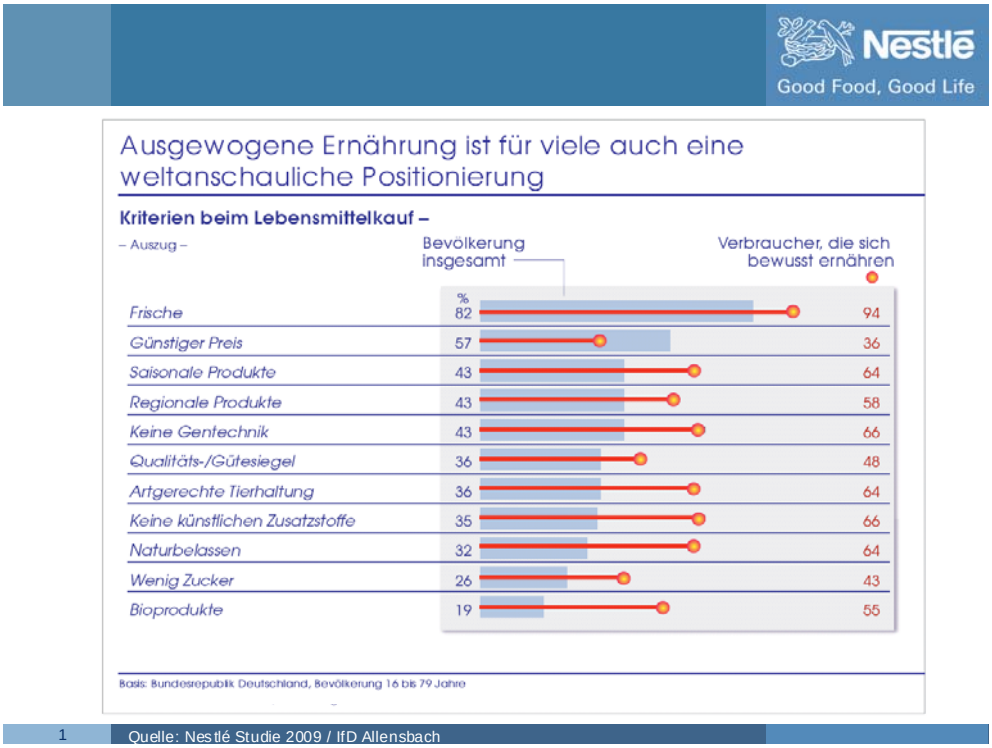



Schaubild 12