

ESSEN AM ARBEITSPLATZ: WAS IST ARBEITNEHMERN WICHTIG?

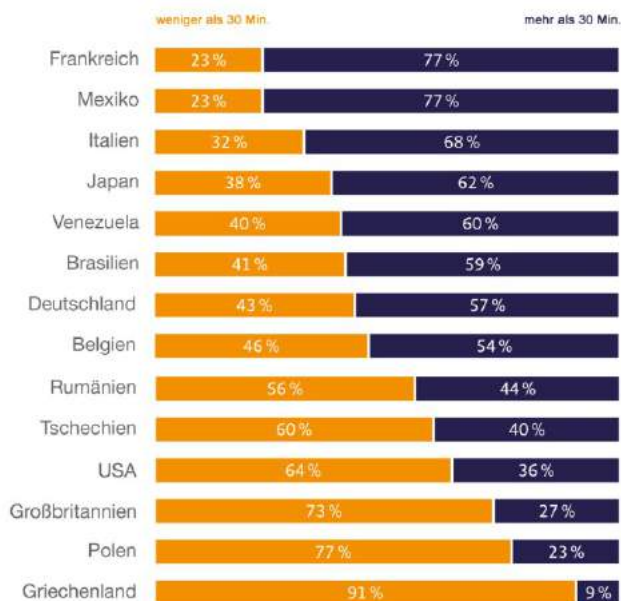
Edenred-Umfrage „Was ist dein Ideal meal?“ in 14 Ländern zeigt, dass für viele Arbeitnehmer in Deutschland die Mittagspause vergleichsweise kurz ausfällt

Wie lange nehmen wir uns für unser Mittagessen Zeit? Was bedeutet uns die Pause zur Mittagszeit? Wo und was essen wir? Edenred hat dazu gruppenweit 2.500 Mitarbeiter befragt. Alle Teilnehmer gehen einer vorwiegend sitzenden Tätigkeit nach. Die „Ideal meal“-Umfrage zeigt, dass das Mittagessen am Arbeitsplatz in den einzelnen Ländern unterschiedlichen Stellenwert hat.

Nur rund 30 Minuten Mittagspause

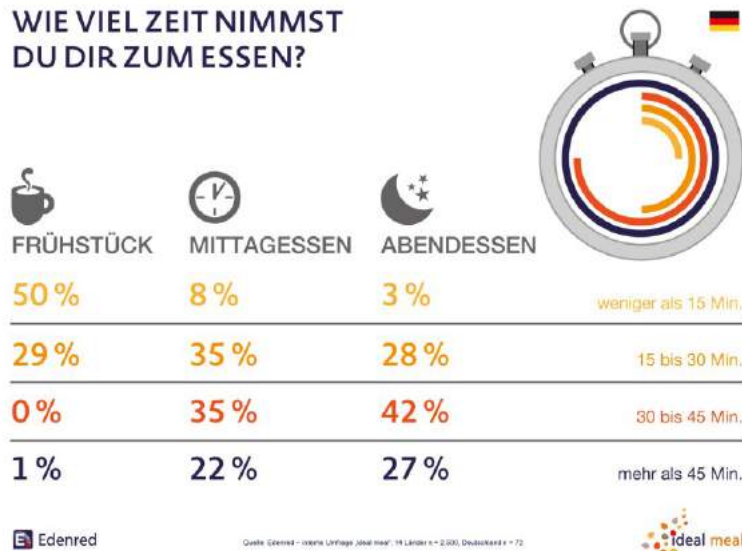
In Deutschland nehmen sich 43 Prozent der Befragten bis zu 30 Minuten Zeit für ihr Mittagessen. Damit liegt Deutschland im Ranking der vierzehn Länder an siebter Stelle. In Frankreich und Mexiko ist am meisten Zeit für die Pause am Arbeitsplatz: Hier lassen sich jeweils 77 Prozent über eine halbe Stunde Zeit. Am wenigsten wichtig ist den Arbeitnehmern in Polen und Griechenland die Mittagspause: 77 Prozent der Polen und 91 Prozent der Griechen genehmigen sich weniger als 30 Minuten.

MITTAGSPAUSE



Zeit fürs Essen haben die Deutschen erst am Abend

Wie die Umfrage zeigt, nehmen sich viele der 72 in Deutschland befragten Mitarbeiter erst am Abend richtig Zeit fürs Essen. Das Frühstück spielt eine wahre Nebenrolle: Bei einem Fünftel der Befragten (20 Prozent) fällt es ganz aus, bei der Hälfte (50 Prozent) dauert die erste Mahlzeit des Tages nicht einmal 15 Minuten. Nur 29 Prozent nehmen sich morgens bis zu 30 Minuten Zeit, um fit für den Tag zu werden.



„Für 69 Prozent ist das Abendessen die erste längere entspannte Phase des Tages. Seit dem Aufstehen sind da oft schon zwölf bis 14 Stunden vergangen. Der Gesundheit zuliebe wäre es wichtig, schon mittags eine ausgiebige Pause einzulegen, um den Energiespeicher für die zweite Tageshälfte aufzufüllen. 30 Minuten reichen kaum aus, um sich am Arbeitsplatz etwas zu essen zu besorgen oder Mitgebrachtes herzurichten, um abzuschalten und um sich mit Kollegen zu unterhalten. Auf längere Sicht führt dieses Verhalten zu Stress und mangelnder Konzentrationsfähigkeit – und damit zu reduzierter Arbeitsleistung“, erklärt Petra Mühlbauer, Director Human Resources bei Edenred Deutschland.

Gute Gründe für die Mittagspause

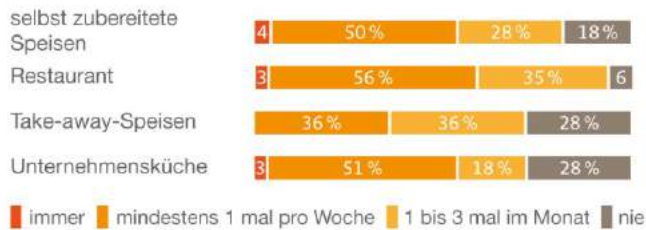
Entspannung, Hunger, Freude, Geselligkeit – es gibt unterschiedliche Gründe, weshalb die 2.500 Edenred-Mitarbeiter in die Mittagspause gehen. Für vier von zehn (41 Prozent) ist das Mittagessen ein Moment der Entspannung während des Arbeitsalltages, 30 Prozent treibt schlicht der Hunger und für 16 Prozent ist es ein Moment der Freude. 13 Prozent schätzen die Möglichkeit, sich mit Kollegen oder auch Freunden zu treffen. In Deutschland spielt der Aspekt der Entspannung eine größere Rolle: Er ist für nahezu die Hälfte der Mitarbeiter (49 Prozent) der wichtigste Grund zur Pause, während nur für 25 Prozent der Hunger ausschlaggebend ist.

Restaurant, Kantine, Take-away oder self-made?

Die Umfrage beleuchtet nicht nur den bevorzugten Ort, an dem die befragten Mitarbeiter die Mittagspause verbringen, sondern auch die Art der Speisen, die sie zu sich nehmen. In Brasilien (87 Prozent) gehen anteilig am meisten Befragte ein bis mehrmals pro Woche ins Restaurant, gefolgt von Tschechien (84 Prozent) und Japan (81 Prozent).

In Deutschland gehen 30 Prozent der Mitarbeiter mindestens einmal pro Woche, 26 Prozent sogar mehrmals die Woche mittags ins Restaurant. Für 54 Prozent ist der Aufenthaltsraum des Unternehmens der Ort, an dem sie mindestens einmal die Woche von zuhause mitgebrachte Speisen verzehren. 36 Prozent der Befragten versorgen sich zur Mittagszeit einmal oder mehrmals in der Woche beim Take-away-Anbieter mit Essen.

WAS UND WO?



 Edenred

Quelle: Edenred – interne Umfrage „Ideal meal“, 14 Länder, n = 2.500, Deutschland: n = 72



Restaurant: Empfehlung, Nähe und Schnelligkeit zählen

Für die Auswahl des Restaurants vertrauen 64 Prozent der deutschen Mitarbeiter auf die Empfehlung der Kollegen, nur 19 Prozent informieren sich online, wenn sie ins Restaurant gehen. Was ebenfalls zählt: Bei einer vorgegebenen Auswahl von zehn Entscheidungskriterien für Restaurants, haben die folgenden drei Punkte Vorrang: 92 Prozent achten auf räumliche Nähe zum Arbeitsort, 90 Prozent legen Wert auf die Schnelligkeit des Service und 79 Prozent achten auf den Preis.

DEINE RESTAURANTWAHL

Erfolgt

Du legst Wert auf

 **64 %**
durch Empfehlung

92 % NÄHE

90 % SCHNELLIGKEIT

 **19 %**
online

79 % PREIS

 Edenred

Quelle: Edenred – interne Umfrage „Ideal meal“, 14 Länder, n = 2.500, Deutschland: n = 72



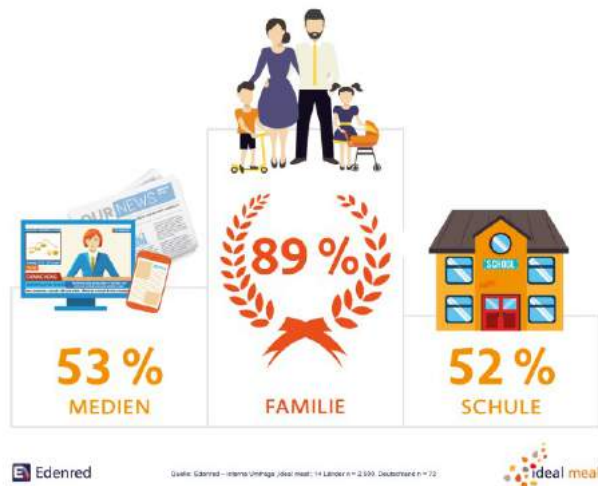
Ausgaben für Lebensmitteleinkäufe und Restaurantbesuche

Der Umfrage zufolge halten 91 Prozent der deutschen Befragungsteilnehmer ein Mittagessen in einem Fastfood-Restaurant für erschwinglich, wenn es weniger als 8 Euro kostet. Für Take-away-Angebote geben sie durchschnittlich 5,69 Euro und für ein Essen im Restaurant durchschnittlich 10,15 Euro aus. 50 Prozent der Befragten geben zudem an, genau zu wissen, wie hoch ihre Gesamtausgaben für Lebensmitteleinkäufe und Restaurantbesuche monatlich sind: 19 Prozent von ihnen geben weniger als 200 Euro im Monat aus, 36 Prozent zwischen 200 und 400 Euro, 39 Prozent mehr als 400 Euro.

Ernährungserziehung – das geht alle an

Die Verbindung zwischen Essen und Gesundheit ist für 54 Prozent der 2.500 Edenred-Mitarbeiter ein wichtiges Thema. Jedoch fällt auf, dass in Ländern mit höherer Kaufkraft die Bedeutung der konsumierten Lebensmittel in Bezug zur Gesundheit häufiger genannt wird, während in Ländern wie Venezuela oder Mexiko die Verfügbarkeit von Essen am meisten zählt.

ERNÄHRUNGSERZIEHUNG



Wer trägt die Hauptverantwortung für die Ernährungserziehung? Zu dieser Frage standen insgesamt acht Institutionen zur Auswahl. 89 Prozent der Befragten waren sich einig, dass hier die Familie in der Pflicht steht. Mit 53 Prozent und 52 Prozent sind Medien und Schule ungefähr gleichauf. „Gerade für Länder wie Deutschland, in denen gesundheitliche Probleme durch falsche Ernährung stark zunehmen, ist es wichtig, über diese Gefahren aufzuklären. Um hier möglichst viele Menschen zu erreichen, werden unterschiedlichste Informationskanäle benötigt“, so Mühlbauer weiter. „Auch wir als Arbeitgeber wollen einen Beitrag dazu leisten und unterstützen unsere Mitarbeiter mit zahlreichen Aktionen – vom wöchentlichen Obsttag über konkrete Ernährungsberatung bis hin zum Verpflegungszuschuss an Arbeitstagen. Durch unsere Küchengestaltung fördern wir zudem das gemeinsame Kochen in der Mittagspause.“

Die „Ideal meal“-Umfrage sowie die verwendeten Grafiken stehen [hier](#) zum Download zur Verfügung. Auf Anfrage unter edenred@maisberger.com vermitteln wir gerne ein Telefoninterview mit Petra Mühlbauer, Director Human Resources bei Edenred Deutschland, zur Ideal Meal-Umfrage sowie den Erfahrungen des Unternehmens mit seinem health@work-Programm. Es reicht von regelmäßigen Rückentrainings über Massagen während der Arbeitszeit bis hin zu unterschiedlichen Aktionen für eine gesunde Ernährung.

Edenred Deutschland

Edenred ist in Deutschland der führende Anbieter von Gutscheinen und Gutscheinkarten für Mitarbeiter, Kunden und Vertriebspartner. Die Lösungen lassen persönliche Anerkennung und gezielte Belohnung wie auch nachhaltige Bindung der jeweiligen Zielgruppe zu.

Das vielfältige Leistungsspektrum reicht dabei von staatlich geförderten Arbeitgeberzuwendungen in Form von Essensgutscheinen und Gutscheinkarten, über ein durch Karten und Portale gesteuertes Reisekostenmanagement, bis hin zu zielgruppen- und branchenspezifischen Incentivierungsmaßnahmen für Kunden und Vertriebspartner. Edenred betreut in Deutschland rund 11.500 Kunden und bietet den 850.000 Nutzern seiner Gutscheine und Guthabekarten ein Netzwerk von über 48.000 Akzeptanzstellen.

Das Unternehmen ist in Deutschland bereits seit 1974 vertreten und beschäftigt an den Standorten München, Hamburg und Wiesbaden rund 100 Mitarbeiter aus neun verschiedenen Nationen. Die Führungspositionen sind zu 50 Prozent mit Frauen besetzt. Edenred Deutschland findet 2016 zum dritten Mal in Folge Aufnahme in die Top 100-Arbeitgeber Deutschlands und reiht sich zum zweiten Mal bei den besten Arbeitgebern Bayerns ein – beides Auszeichnungen des Great Place to Work® Institutes. Edenred ist Logib-D geprüft (Lohnleichheit der Geschlechter) und hat sich den Werten der „Charta der Vielfalt“ verschrieben.

www.edenred.de

Folge Edenred Deutschland auf Twitter: [@Edenred_D](https://twitter.com/Edenred_D)



Pressekontakt

Maisberger GmbH

Daniela Dlauhy / Emma Deil-Frank
Tel.: +49 (0)89 419599 - 25 / - 53
edenred@maisberger.com

Edenred Deutschland GmbH

Barbara Gschwendtner-Mathe
Corporate Communications
Tel.: +49 (0) 89 558915 - 306
barbara.gschwendtner-mathe@edenred.com

