



BAROMETR FOOD

Velký průzkum stravovacích návyků v ČR v evropském kontextu

PROGRAM FOOD

- ▶ Program FOOD (**F**ighting **O**besity Through **O**ffer and **D**emand) vznikl v roce 2009 z iniciativy **Evropské komise** ve spolupráci s **Edenred**, který je koordinátorem projektu, a **25 partnery** včetně univerzit a oblastí státní správy.
- ▶ Jeho cílem je **podpora kvalitního a pestrého stravování a zlepšení stravovacích návyků**.
- ▶ **Nástroje:**
 - Vzdělávání strážníků a podpora restaurací nabízejících nutričně vyvážená jídla.
 - Sběr dat a mapování aktuálních stravovacích návyků v rámci **Barometru FOOD**.
- ▶ **Barometr FOOD – základní informace:**
 - Sběr odpovědí probíhal **od 26. července 2023 do 24. září 2023**.
 - Průzkumu se v **České republice** zúčastnilo celkem **4603 respondentů z držitelů karet Edenred**.
 - Globálně se průzkumu zúčastnilo celkem **47327 respondentů**.
 - Do průzkumu se zapojilo **19 zemí**, například: Rakousko, Francie, Slovensko, Německo aj.
- ▶ **Na tiskovou konferenci navazuje konsorcium FOOD za účasti WHO, MZD a dalších partnerů.**

ČEŠI A ZDRAVÉ STRAVOVÁNÍ

- ▶ Na základě průzkumu se v prezentaci zaměříme na **tři klíčové pilíře:**



Co Češi a **zdravé stravování**?



Jak vypadá jejich **typický jídelníček**?



Jak si vedeme ve **srovnání** se zeměmi EU?

ČEŠI A ZDRAVÉ STRAVOVÁNÍ

- ▶ Češi si myslí, že dokáží rozeznat zdravé od nezdravého jídla a že mají přehled o zásadách zdravého stravování. To však neznamená, že jim skutečně rozumí a dodržují je.

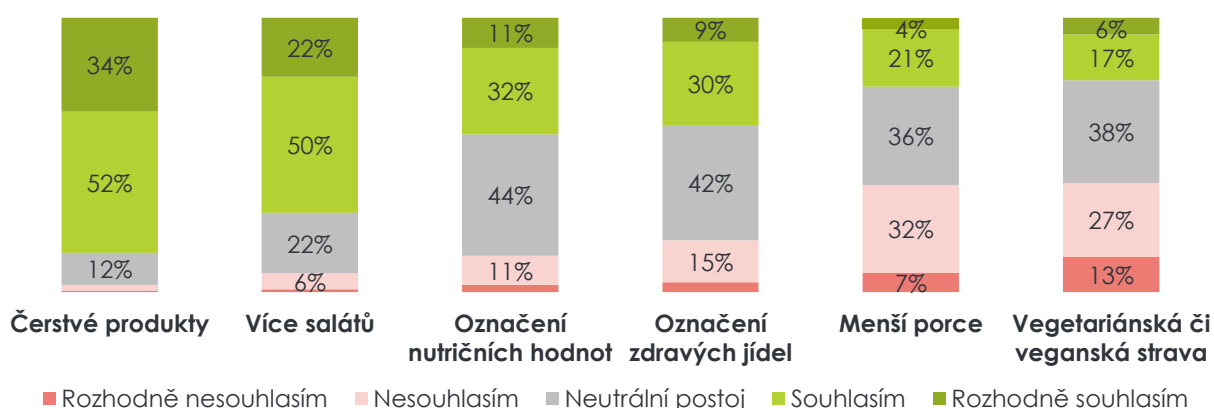
85%

strávníků považuje za zdravou nabídku především **čerstvé produkty**.

25%

Jen **25%** z nich považuje za zdravou stravu **menší porce**.

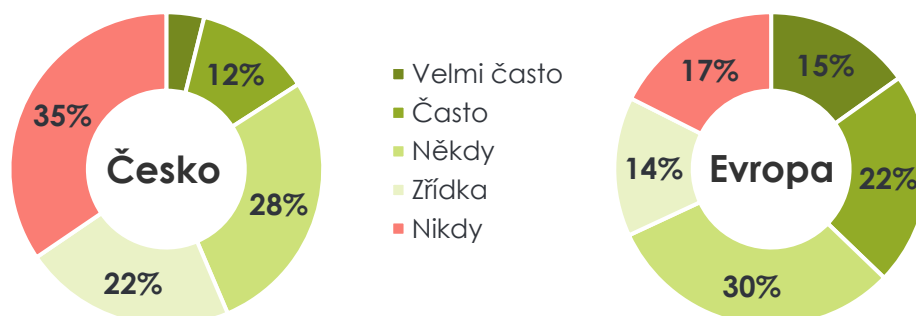
Co pro vás znamená „zdravější nabídka“?



REALITA ZDRAVÉHO STRAVOVÁNÍ

- ▶ Oproti zbytku Evropy se Češi **mnohem méně často řídí výživovou hodnotou jídel**. Také **méně dbají na vyváženou stravu**.

Jak často se při výběru restaurace řídíte výživovou hodnotou jídel?



76%

Evropanů se **intenzivně** zabývá tím, jestli jedí **vyváženou stravu**.

V Česku je to jen

62%

PROČ ČEŠI NEJEDÍ ZDRAVĚ?

- V cestě ke zdravému stravování často stojí bariéry, jako jsou **čas a peníze**.

59%

Čechů při růstu cen omezí výdaje na nákup jídla.

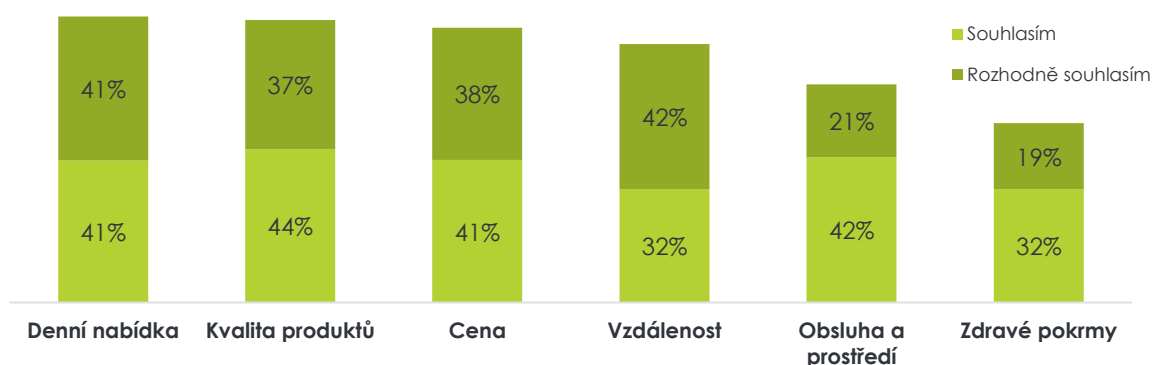
Stravování v restauracích by omezilo až **92%** z nich.

4 z 5

dotazovaných očekává, že ceny potravin dále porostou.

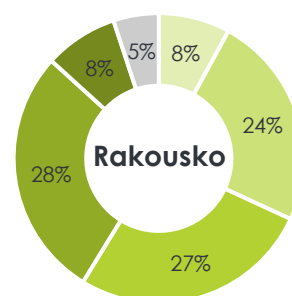
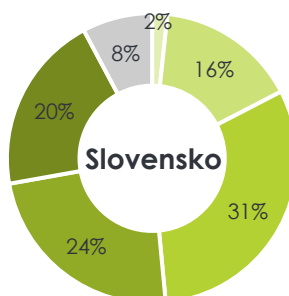
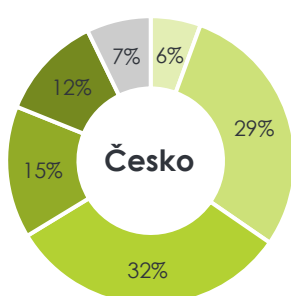
- Při výběru, kde obědvat, se Češi řídí hlavně kvalitou a cenou. Nabídka zdravých jídel je pro ně **nejméně důležitá**.

Podle jakých kritérií si vybíráte restauraci?



DŮLEŽITÝ FAKTOR: CENA

- Češi za stravování nejčastěji utratí mezi **20 a 30 % svých měsíčních příjmů**. To je **méně než ve většině sledovaných regionů**.



18%

obyvatel **Karlovarského kraje** a kraje **Vysočina** utratí za stravování **více než 40 % měsíčních příjmů**.

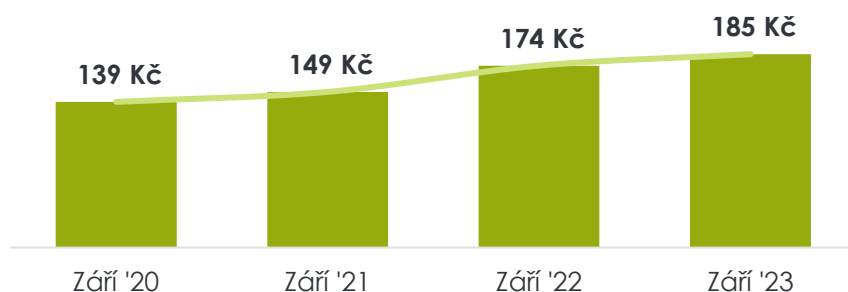
V **Libereckém** a **Plzeňském** kraji to je naopak pouhých

8%

- Ceny stravování **dlouhodobě stoupají**. V posledních měsících dochází ke zpomalování růstu.

Ceny obědů od roku 2020 **zdražily o 46 Kč.**

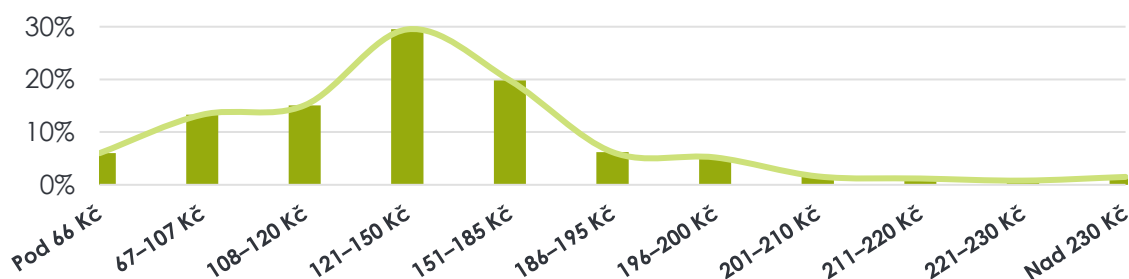
Průměrná cena oběda v ČR



Jen **34 %** Čechů se naobědvá za méně než

120 Kč.

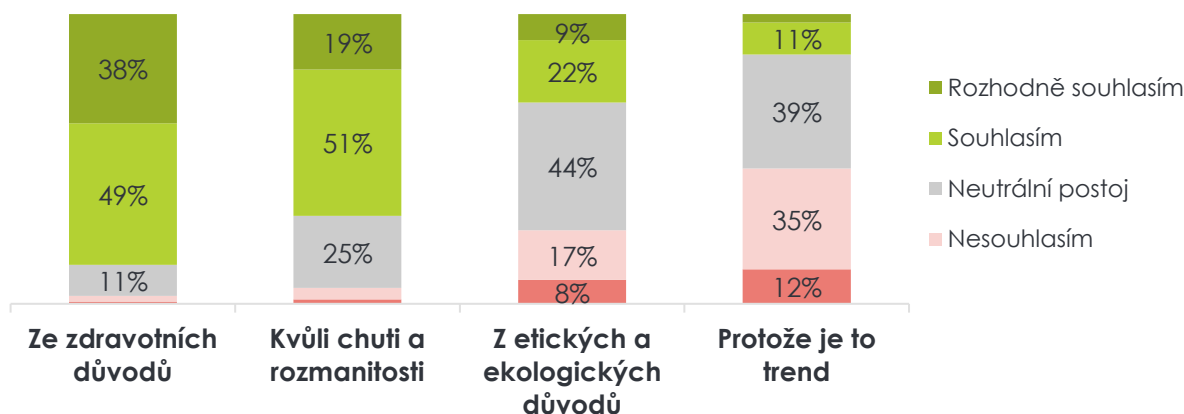
Jaká je nejnižší cena, za kterou běžně obědváte?



CO ČECHY MOTIVUJE JÍST ZDRAVĚ?

- Jako největší **motivaci k přechodu ke zdravější stravě** Češi uvádí **zdravotní důvody, chuť a rozmanitost**. Mnohem méně je motivují **trendy**.

Proč byste se rozhodli pro zdravější stravu?

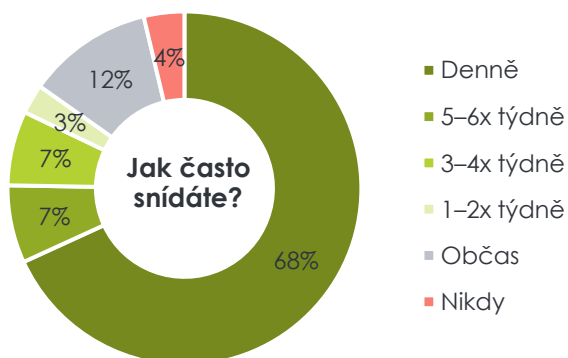


V **průměru EU** jsou zdravotní důvody **velmi silnou** motivací až pro **60%** lidí.

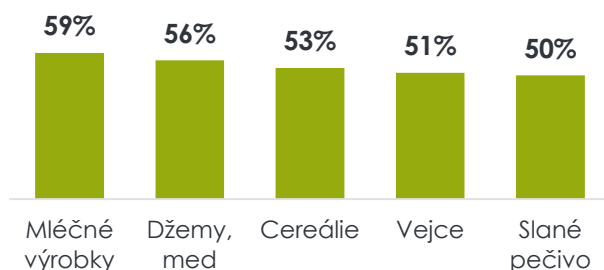
CO MAJÍ ČEŠI NA TALÍŘI?

SNÍDANĚ

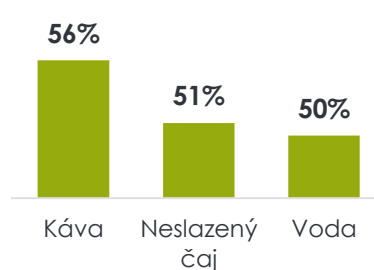
► Denně nesnídá každý třetí Čech.



Nejčastější ingredience

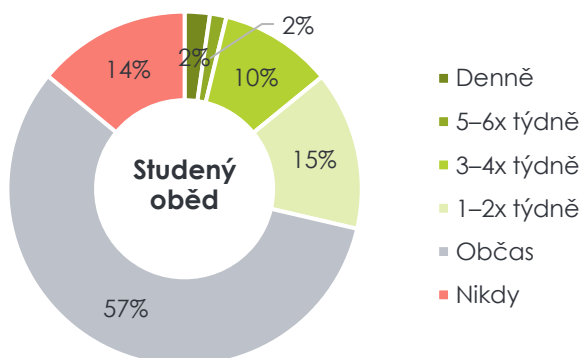
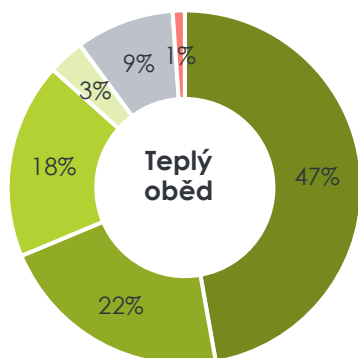


Nejčastější nápoje



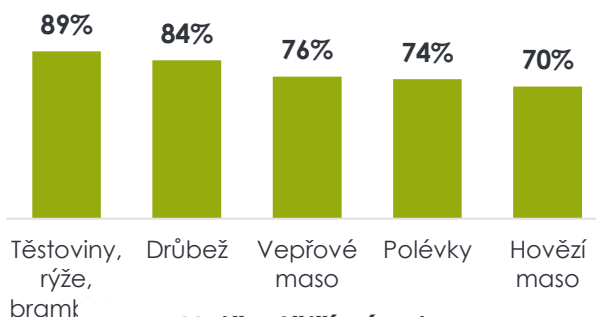
OBĚD

► Většina Čechů **preferuje teplý oběd**. Studený oběd Češi vnímají spíše jako ozvláštnění jídelníčku.

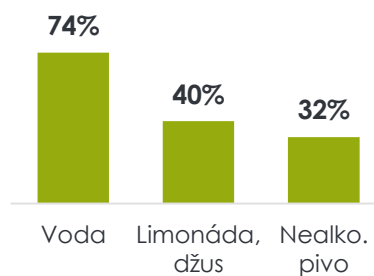




Nejčastější ingredience

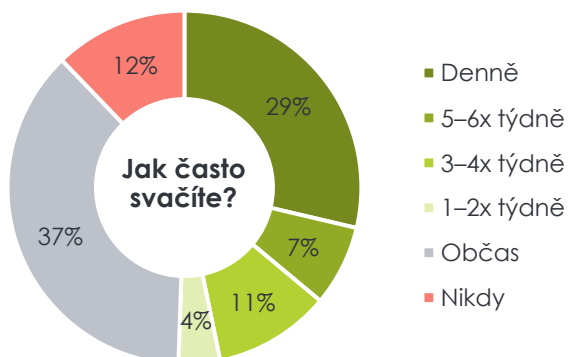


Nejčastější nápoje

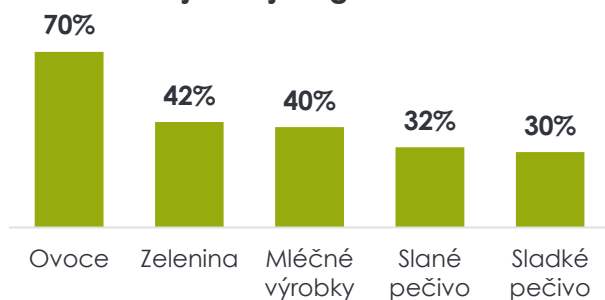


svačina

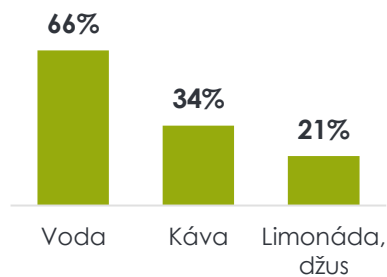
- Asi polovina Čechů **nesvačí pravidelně**. Svačiny vnímají jako občasný prostředek zahnání hladu.



Nejčastější ingredience

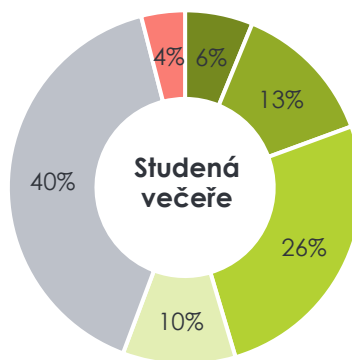
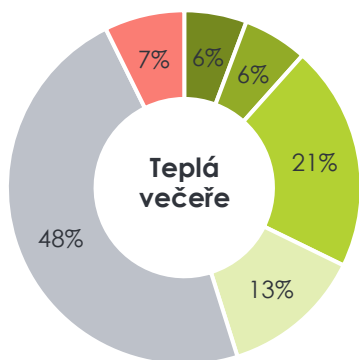


Nejčastější nápoje



VEČEŘE

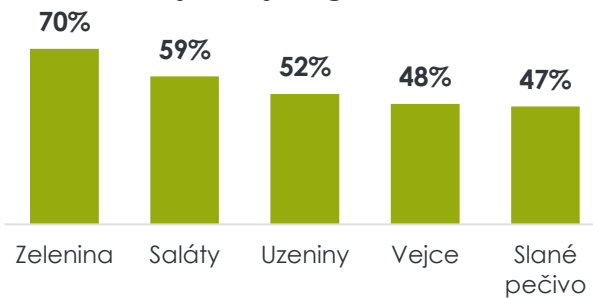
► Mezi Čechy těsně **vítězí studené večeře** před teplými. Často studené a teplé jídlo střídají.



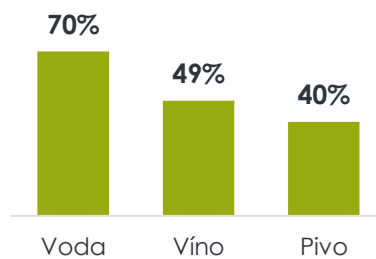
- Denně
- 5-6x týdně
- 3-4x týdně
- 1-2x týdně
- Občas
- Nikdy



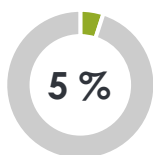
Nejčastější ingredience



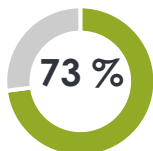
Nejčastější nápoje



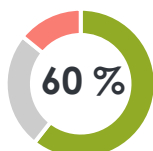
ZAJÍMAVOSTI



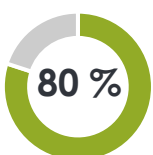
Maso vůbec nejí 5 % Čechů, ani vejce či mléčné výrobky nejí 3 %.



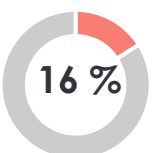
Více než **73 %** dotázaných **miluje nebo má rádo houby**.



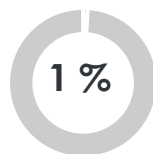
60 % miluje nebo má rádo olivy, **14 %** je nesnáší.



4 z 5 Čechů má rádo kvěťák.



K obědu si pivo dává jen **16 % Čechů**.



1 % pije ke snídani pivo. **0.5 %** si pravidelně dává víno.

HLAVNÍ ZJIŠTĚNÍ



Češi si **myslí**, že **mají přehled o teorii** zdravého stravování, **ale v praxi ji nedodržují**. Překážkami jsou **vysoké ceny** a **málo času**.



Dlouhodobě se ukazatele zdravého stravování **zlepšují**, méně často pijeme slazené nápoje a alkohol. **4 z 5 Čechů** se však **obává dalšího zdražování** potravin.



V případě podpory zdraví zaměstnanců hrají významnou roli **zaměstnavatelé**, kteří mohou své zaměstnance **edukovat** a **vytvářet pro ně prostředí podporující zdravý životní styl**.



Polovina Čechů si myslí, že podpora stravování ze strany zaměstnavatele **je důležitá a přispívá ke kvalitnější stravě**.

Průzkum byl velmi rozsáhlý a obsahoval celkem 96 otázek. **Během následujících měsíců budeme postupně zveřejňovat další výsledky**, především v rámci tiskových zpráv.