

8 Ernährung in Deutschland – eine Umfrage

- a Michaelas Krankenkasse hat eine Studie über die Ernährungsgewohnheiten der Deutschen gemacht. Lesen Sie die Ergebnisse und markieren Sie die wichtigsten Informationen. Ordnen Sie dann den Abschnitten die richtigen Überschriften zu.

Deutschland – Fleischland | Essen nebenbei |
 Essen für jeden Zweiten wichtig | Fix und fertig |
 Frustesser | Gesunde Ernährung und Berufstätigkeit |
 Kochen in weiblicher Hand | Nicht nur „coffee to go“ |



ISS WAS, DEUTSCHLAND?

1 Essen: für jeden Zweiten wichtig

Für die Hälfte der Menschen in Deutschland ist Essen wichtig. Allerdings bedeutet dies auch, dass es für 50 % keine große Bedeutung hat. Nur jeder Zehnte behauptet von sich, sich gesund zu ernähren. Insbesondere junge Menschen unter 25 achten in der Regel nicht darauf, was sie essen. Neben dem Alter spielen auch das Einkommen und der Bildungsstand eine wichtige Rolle. Menschen mit besserer Schulbildung und gutem Einkommen ernähren sich gesünder.

2

Durchschnittlich isst die Hälfte der Bevölkerung jeden Tag Fleisch oder Wurst. Vor allem junge Leute und Männer essen Fleisch. Daran ändert der Trend zur vegetarischen Ernährung nur wenig.

3

Auch wenn Frauen sich eigentlich gut ernähren, ist bei Frust plötzlich alles egal. 40 % der Frauen essen ungesund und viel, wenn sie schlechte Laune haben. Bei Männern sind es nur 20 %.

4

Im Durchschnitt essen vier von zehn Deutschen ein bis zwei Mal in der Woche fertige Gerichte wie Tüttensuppe und Tiefkühlpizza. 50 % der Bevölkerung geben Zeitmangel und Stress als Hauptgründe für den Verzehr von Fertiggerichten an. Bei den unter 25-Jährigen sind es sogar zwei Drittel. Jeder dritte mit niedrigem Einkommen gibt an, Fastfood und Fertiggerichte seien billiger als gesunde Ernährung.

5

80 % der Frauen, aber nur 35 % der Männer kochen zu Hause. Kochen ist im Alltag also immer noch Frauensache. 93 % der kochenden Frauen behaupten sogar von sich, gut bis sehr gut kochen zu können. Anders ist das bei den Männern – nur vier von zehn Männern sagen von sich selbst, sie könnten ein bisschen kochen. Nur in der Hälfte der Haushalte wird täglich frisch gekocht. Der Hauptgrund dafür ist meist Zeitmangel.

6

Bei fast jedem Dritten läuft während des Essens der Fernseher oder sogar der Computer oder das Smartphone. Je jünger die Esser, desto mehr ist Essen eine Nebensache. Ebenso ist das Naschverhalten: Bei den 18- bis 35-Jährigen nascht jeder Dritte beim Fernsehen oder beim Surfen im Internet.

7

Unterwegs schnell etwas zu essen – quasi im Vorbeigehen – wird immer beliebter. Jeder Dritte unter 25 isst dreimal in der Woche unterwegs. Mit zunehmendem Alter isst man weniger unterwegs.

8

Sich am Arbeitsplatz gesund zu ernähren fällt vielen schwer. Ein Drittel aller Befragten gibt schlechte Bedingungen am Arbeitsplatz als Grund für die schlechte Ernährung an. Als Hauptgrund wird der Zeitmangel angegeben.