

*MIT MONDUNK ÉS MIT TESZÜNK?
A TÉT Platform etnográfiai kutatásának
eredményei*

- Antal Emese, Pilling Róbert
- dietetikus, szociológus
 - TÉT Platform
 - szakmai vezető

AZ ott a te kajád,
ezt meg a Facebook-ra
főztem!



A TÉT Platform kutatási projektjei



•Táplálkozási Ismeretek Kutatás (GfK, 2016 nyár, N=1019)

- Táplálkozási ismeretek, szokások
- → Egészségtudatos szegmentáció; élelmiszerbiztonság, címkézés

•Etnográfia (TNS, 2016 november-december)

- Három szegmens megszemélyesítése, mélyinterjúk

•Social media elemzés (Bakamo.social, 2016. október-december)

- A nyílt web feltérképezése az élelmiszerekkel, összetevőkkel, táplálkozással, életmóddal kapcsolatban

•Label activation kutatás (TNS, 2016. november)

- 5000 fő megfigyelése, és 500 fő megkérdezése bevásárlás közben/után
- Mit figyelnek, mit (nem) értenek az élelmiszerek címkéjén

Fiatalok Életmódja Kutatás (InsightLab + MDOSZ + Nutricomp, 2017)

- Táplálkozás és fizikai aktivitás felmérés
- Kérdőív + 3 napos táplálkozási napló

A TÉT Platform kutatási projektjei



•Táplálkozási Ismeretek Kutatás (GfK, 2016 nyár, N=1019)

- Táplálkozási ismeretek felmérése
- → Egészségtudatos szegmentáció; élelmiszerbiztonság, címkézés

•Etnográfia (TNS, 2016 november-december)

- Három szegmens megszemélyesítése, mélyinterjúk

•Social media elemzés (Bakamo social, 2016. október-december)

- A nyílt web feltérképezése az élelmiszerekkel, összetevőkkel, táplálkozással, életmóddal kapcsolatban

•Label activation kutatás (TNS, 2016. november)

- 5000 fő megfigyelése, és 500 fő megkérdezése bevásárlás közben/után
- Mit figyelnek, mit (nem) értenek az élelmiszerek címkéjén

Fiatalok Életmódja Kutatás (InsightLab + MDOSZ + Nutricomp, 2017)

- Táplálkozás és fizikai aktivitás felmérés
- Kérdőív + 3 napos táplálkozási napló

ETNOGRÁFIA

- Kutatási folyamat: a kutatót a tanulmányozott kutatási környezetbe helyezi.
- Mélyebb képet nyerhetünk az egyénekről és kulturális hitrendszerükről:
 - első kézből származó megfigyeléseken,
 - az emberek életében való részvételen keresztül
- Többet jelent egyszerű megfigyelésnél:
 - magába foglalja az emberek életében és kultúrájában való közvetlen részvételt is.
- *Erőssége: megpróbálja a mélyebben rejlő cselekedetek és hitek feltárását a kulturális csoport környezeti kontextusának fényében.*



A magyar fogyasztók egészségi állapotuk, életmódjuk, ismereteik és fogyasztói racionalitásuk alapján 5 szegmensbe rendeződnek

TUDATOSSÁG

Hedonista

Idegenkedik az egészséges életmódtól, kerüli az egészséges ételeket



Érdektelen

Nem érdekli az egészség téma, nincs rá ideje



Egészségproblémás

Az egészséges életmód számára elérhetetlen luxus



Próbálkozó

Követné az egészséges életmódot, de nem tudja, hogyan



Egészségtudatos

Tudatosan keresi az egészséges életet, ételeket



EGÉSZSÉGES ÉLETMÓD

A kutatás módszere



Célcsoport: előzetes kvantitatív kutatással azonosított szegmensek:

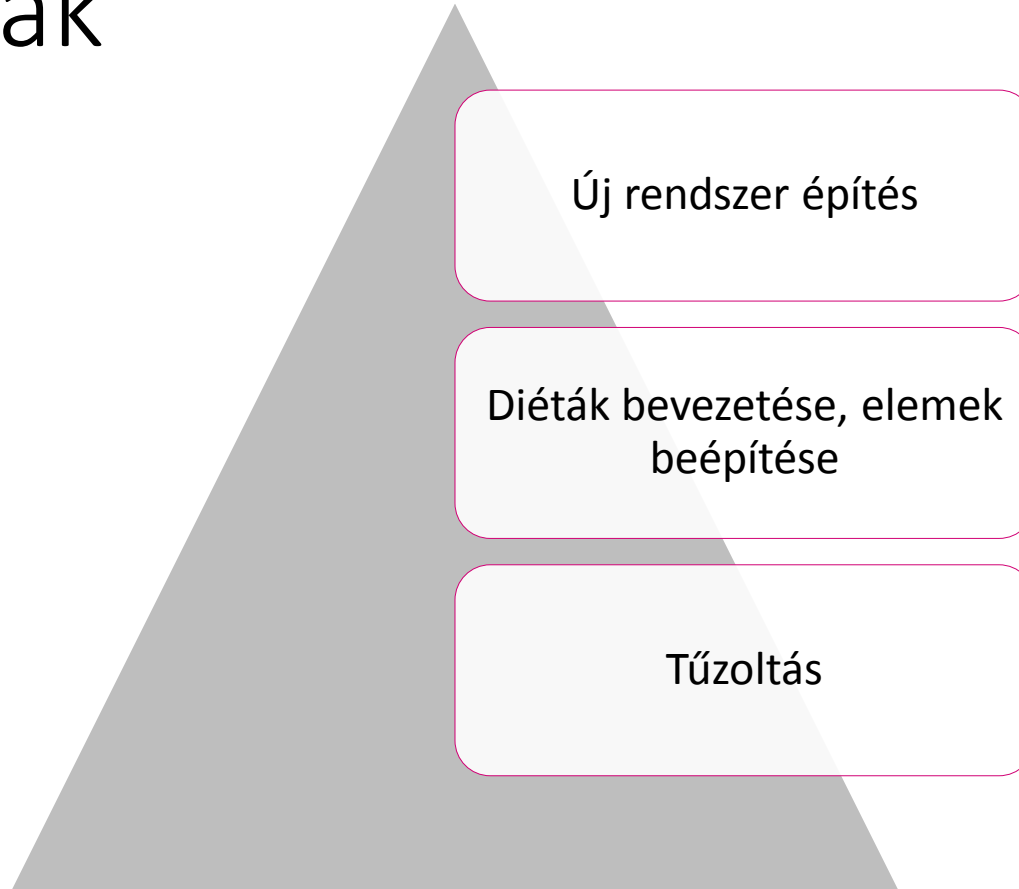
- 5 problémás
- 8 egészségtudatos
- 7 próbálkozó



A kutatásba bevont települések:

- Budapest
- Miskolc
- Felsőtárkány
- Debrecen
- Eger
- Hódmezővásárhely
- Nyúl
- Győr
- Abda

Az egészséges táplálkozás stádiumai szegmens specifikusak



Egészségtudatos



„Tudom, mi jó az egészségemnek,
és mindent meg is teszek érte”

Tipikus fogyasztó

- 15-49 éves nő
- Felsőfokú végzettségű
- „Vidéki értelmiség”



Egészségi állapot

- Ideális testtömegű
- Nem cukorbeteg
- Laktóz- vagy glutén-érzékenység előfordulhat

Életmód

- Nem dohányzik, keveset iszik
- Sportol, mozog a szabadban
- Úgy gondolja, hogy egészségesen él
- Igényli a tájékoztatást, támogatást, szakértői segítséget, szabályozást



**A 15-69 éves
lakosság
18%-a.**

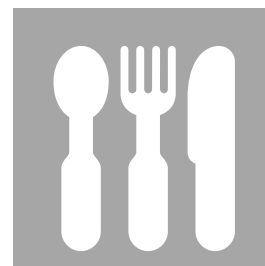


Ismeretek

- Tájékozottnak tartja magát
- Osztja a cukorral kapcsolatos félígazságokat
- Meg tudja becsülni a számára ideális kalóriamennyiséget

Mit tesz?

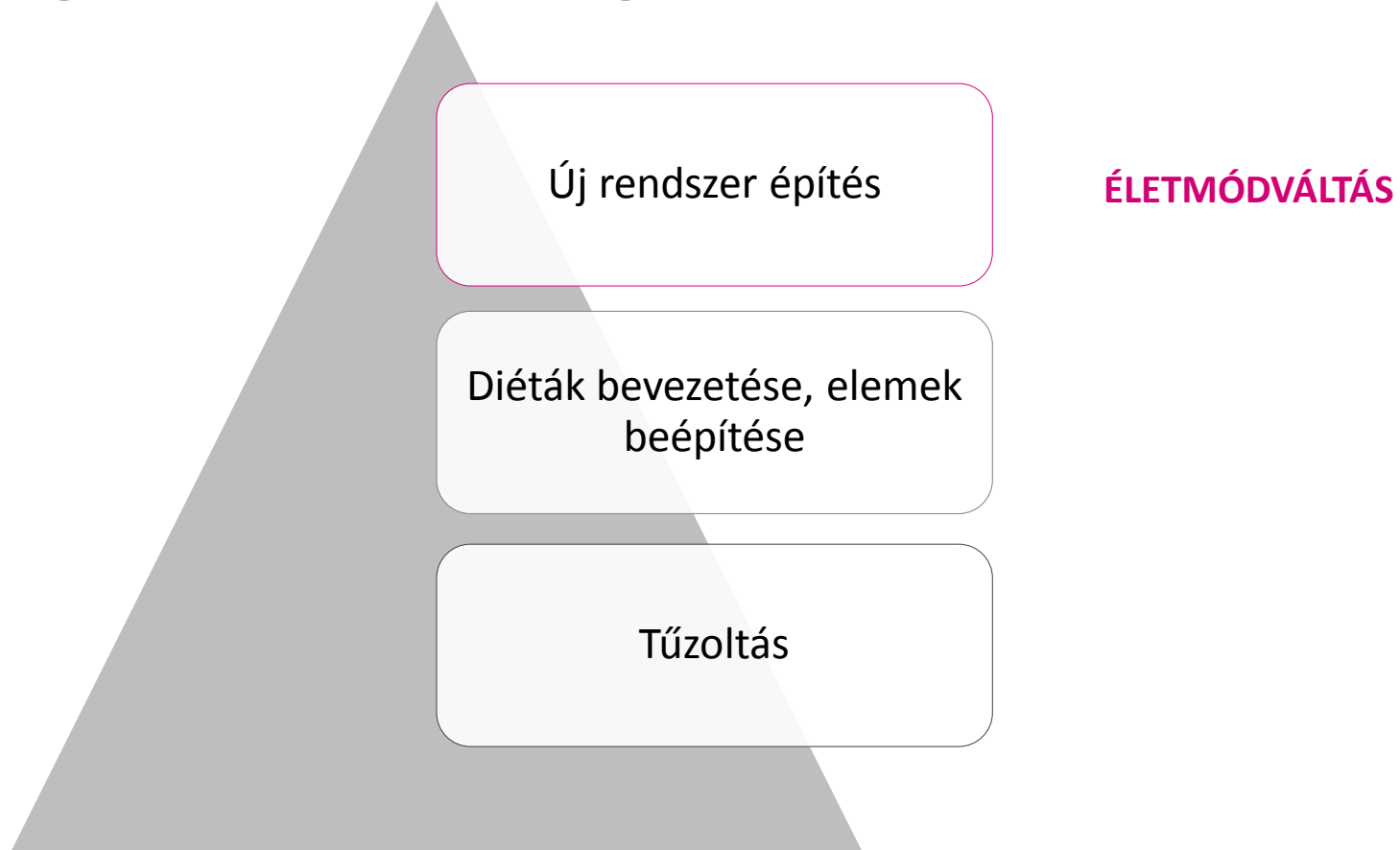
- Aktívan tesz az egészségéért
- Sok mindenről lemond (íz, kényelem, cukor, mennyiség)
- Tájékozódik (címkéről is)



Táplálkozás

- Odafigyel a kiegyensúlyozott táplálkozásra, tudatosan választ élelmiszert
- Speciális étrendet követ (újabb diétákat is), kedveli a természetes és bio élelmiszereket

Az egészségtudatos szegmens



Táplálkozási kultúrát, attitűdöt vált, korábbi életét cseréli le. Ők a leginkább befogadóbbak a trendekkel kapcsolatban és elsősorban a természetesség trendjével azonosulnak, de nem a tradicionális paraszti kultúrával, hanem a modern úttal.

Tipikus ételeik

Magvas zsemle,
rukkola, sült
sonka,
paradicsom



Budapest

Zöldségleves,
rántás nélkül



Budaörs

Vega pizza túrós
tésztából



Győr

Mentes
süti



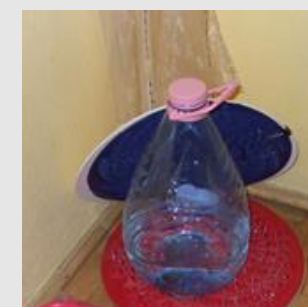
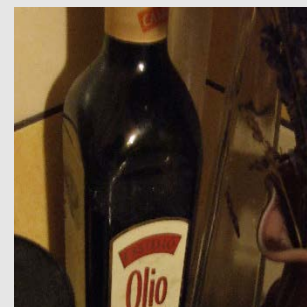
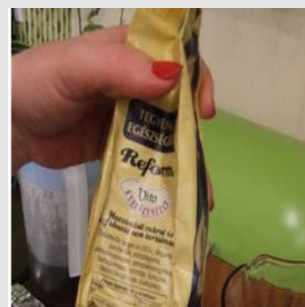
Budapest

Gránátalma
tejberizzsel

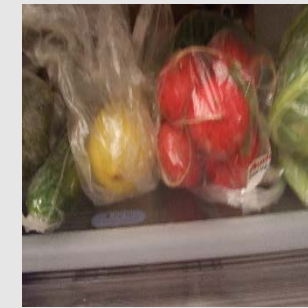
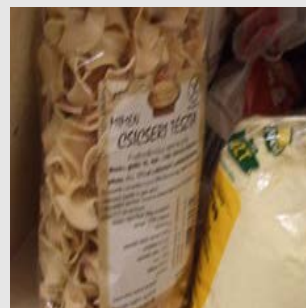


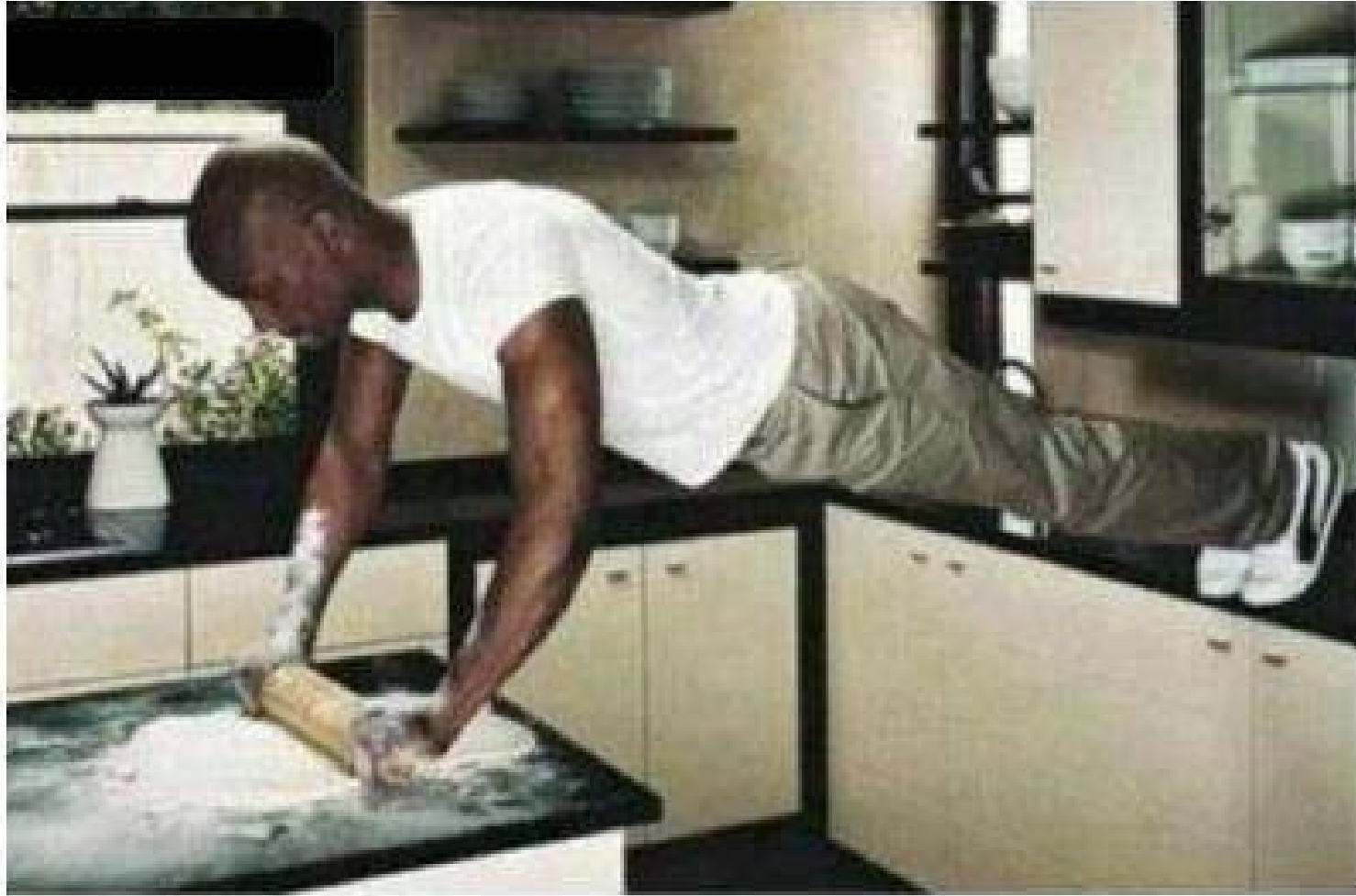
Budapest

Jellemzően modern, természetes alapanyagokat használ



Kókuszszír, hajdina – köleskása-bulgur, reform ételízesítő, Oliva olaj, energetizált víz, különböző magvak, 'mindenmentes' csicseri tészta, biohús, kókuszliszt, zöldségek





- Mit csinálsz?
- Gyúrok

A próbálkozó szegmens



KÚRA, AMIRE BÜSZKE

Próbálkozó



„Mindenféle fogyitrukköt
kipróbáltam”

Tipikus fogyasztó

- 50-69 éves nő
- alacsony iskolai végzettségű
- „Sodródó” és „Leszakadtak”
(Osztálylétszám)



Egészségi állapot

- Egészségesnek tartja magát, de
- Túlsúlyos vagy elhízott
- Gyakori a magas vérnyomás, a cukorbetegség.

Életmód

- Úgy gondolja, hogy egészséges életet él
- Nem fogyaszt alkoholt
- Nem sportol



A 15-69 éves
lakosság
19%-a

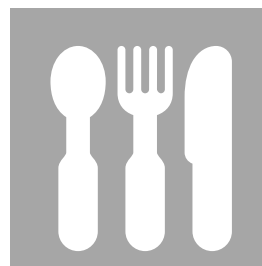


Ismeretek

- Tájékozottnak tartja magát, de nem igazán tájékozódik
- Osztja a táplálkozási elméleteket, különösen a legalapvetőbbekben hisz (főzés, friss tej, gyorsétterem, cukor)

Mit tesz?

- Vércukor és koleszterin szintet mér, figyel a súlyára (?)
- Maga főz, egészségesen étkezik (?)
- Lemond a mennyiségről, fűszerről, cukorról
- Elolvassa a címkéket, de márkanév alapján választ



Táplálkozás

- Saját bevallása szerint nagyon odafigyel az egészséges táplálkozásra, sok szempontot figyelembe vesz (de nem azok szerint vásárol)
- Valójában nagyon egyszerűen, hagyományosan és olcsón táplálkozik

PRÓBÁLKOZÓ SZEGMENS

- Nincs új rendszer vagy szisztéma, a változás nem holisztikus, csak elemeket (alapanyagokat, eljárásokat) épít be
- Számos diéta: 1-1 megoldást beillesztenek az étkezésükbe - ezekbe kapaszkodnak, igazolják törekvésüket.
- Trendeket megszűrik, kisebb energiát és kevesebb lemondást igényelőeket folytatják.
- Többeknél: u.n. „alibi váltás”: lehetőség a hagyományos paraszti étkezés folytatására.
- Egy-egy egészséges elem - legitimálja a próbálkozást, az egészség irányába tett lépéseket.

Tipikus ételek

Reggelire müzli,
nasinak
töporlyú



Budapest



Főfogás csirkecomb
rizzsel, desszert
túrógombóc



Debrecen



Kóla mellett megjelenik
a gyümölcslé, és az
ásványvíz



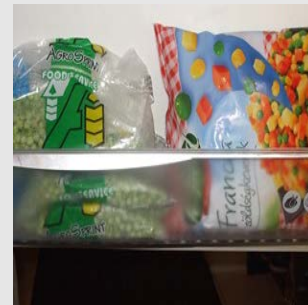
Budapest

Első sorban a **három fehér fő alkotóelem** (cukor, só, liszt) **lecserélésével** próbálkozik, a legkönnyebben helyettesíthető

Sokféle alapanyagot használ, büszke a reform alapanyagokra



Bulgur, saját készítésű lekvár, Himalája só, búzafinomliszt, zöldségkonzervek, édesítőszer, mélyhűtött zöldségek, sertészsír

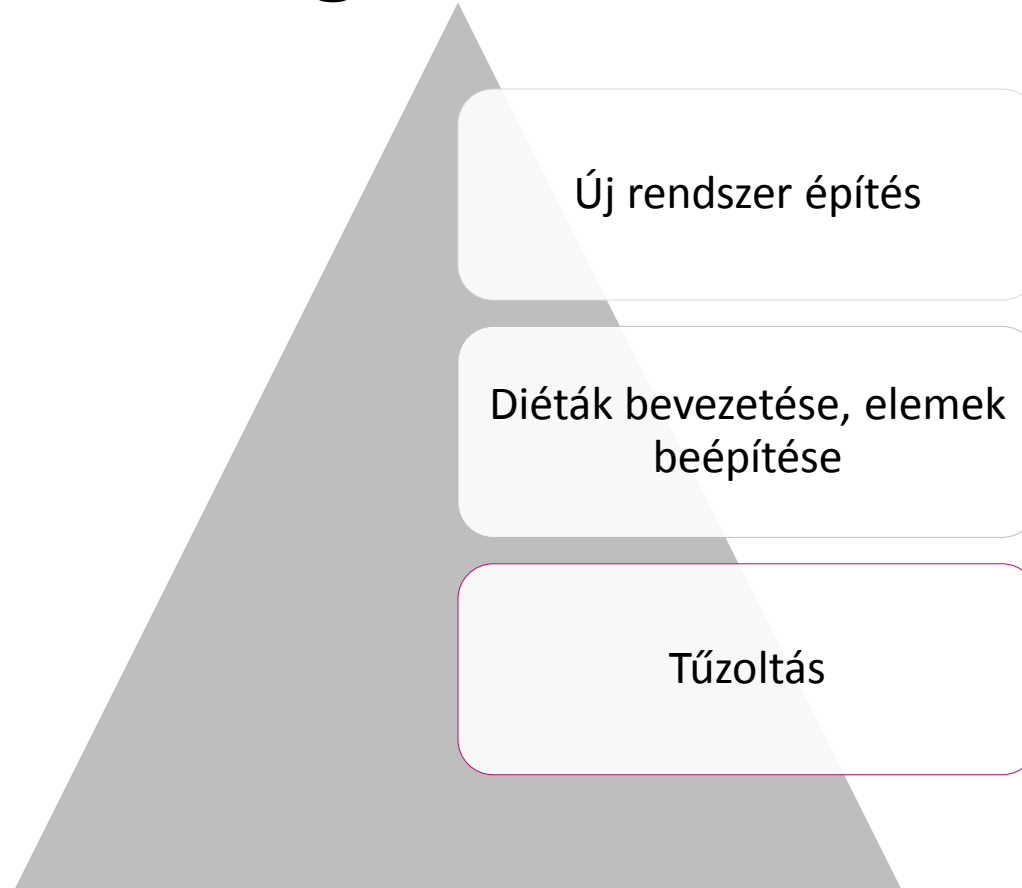




Előtte

Utána

A problémás szegmens



KÚRA, AMIRE SZÜKSÉG VAN

Problémás



„Rossz az egészségem, de nincs erőm változtatni az életmódomon”

Tipikus fogyasztó

- Nő, 30-49 éves
- Községben él, alacsony jövedelmű, gyermekei vannak
- Magas a „Leszakadtak” aránya (Osztálylétszám)



Egészségi állapot

- Elhízott
- Magas a koleszterinszintje és/vagy egyéb betegségei vannak
- Megfelelőnek vagy kifejezetten rossznak gondolja az egészségi állapotát

Életmód

- Nem fogyaszt alkoholt
- Alacsony a fizikai aktivitása
- Úgy gondolja, hogy egészségtelen életet él és több akaraterőre lenne szüksége



A 15-69 éves lakosság 15%-a.

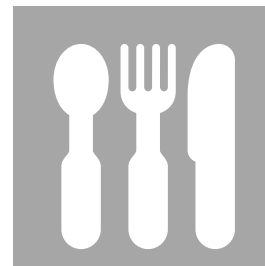


Ismeretek

- Nem tarja magát se tájékozottnak, se tájékozatlannak, de nem osztja a népszerű félígazságokat sem
- A számára szükséges kalóriát alulbecsüli

Mit tesz?

- Vércukorszintjét és koleszterinszintjét gyakran méri
- Nem dohányzik
- Nem mozog szabad levegőn



Táplálkozás

- Úgy gondolja, hogy másokhoz képest egészségtelenül étkezik
- Azt eszik, ami ízlik, az egészségesség nem szempont számára

PROBLÉMÁS

- Finomakat szeretne enni.
- Számára az egészség = nem beteg.
- Étkezésnek nincs kézzelfogható, mérhető hatása a szervezetre, a többség nem igazán foglalkozik vele.
- Nem egészségtudatos, gyakran közel áll a hedonistához, csak nem egészséges, ezért az aggodalom már megjelent, de nincs új rendszer, nincs új összetevő, nincs új ételtechnológiai eljárás.
- A férfiak dominanciája erősen érzékelhető.

Tipikus ételek

Fagyasztott
panírozott
pulyka



Abda

Édes-savanyú
csirke (félkész)



Miskolc

Pörkölt



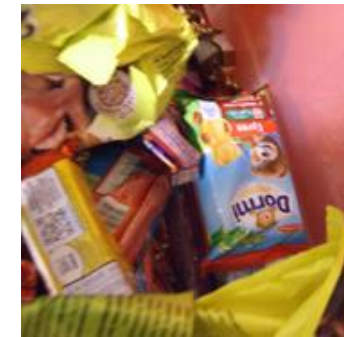
Nyúl

Házi
savanyúságok



Felsőtárkány

Csoki



Abda

Tipikus ételek még: krumpli leves, paprikás krumpli, pásztor leves

Tradicionális alapanyagokat használ



Pizzakrém, vegeta, poralapok, pudingpor, tejföl, cukor,
tyúkhúsleveskocka, zacskós leves, mélyhűtött tészta, fehér kenyér

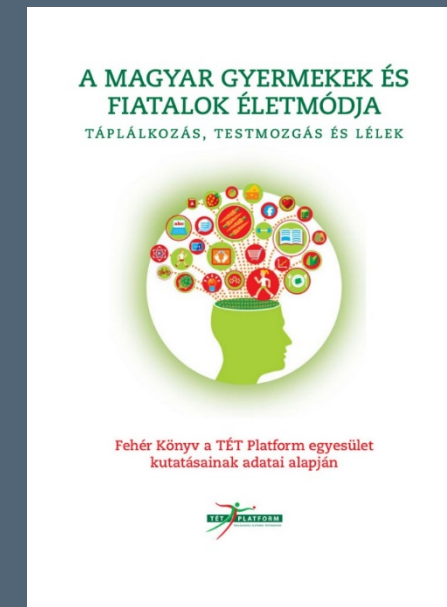
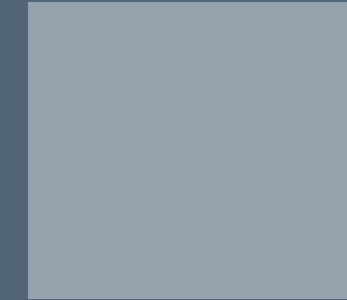
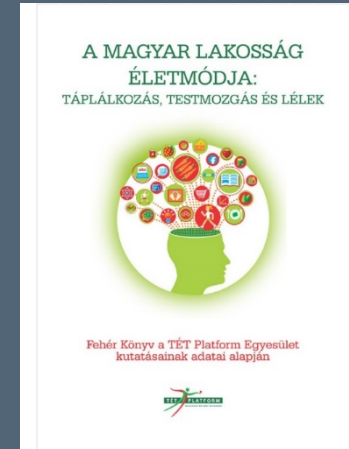




• ÖSSZEFOGLALÁS

Töltse le online és ingyen!

- www.tetplatform.hu
- A letöltésekhez szükséges
jelszó: **TETPlatform2019**



ÖSSZEFOGLALÁS

3 különböző szegmens

3 különböző szokással

3 különböző gondolatvilággal

ÖSSZEFOGLALÁS

Miért jó ez nekünk?



ÖSSZEFOGLALÁS

Miért jó ez nekünk?

- Az egyes szegmensek megismerése segíthet, hogy hatékonyan, az adott csoporthoz illeszkedő üzenetekkel és csatornákon érthessük el az embereket, betegeket.
- Célzott kommunikáció
- Célzott prevenció, intervenció

