



Rassegna Stampa

a cura di Camst Group

Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
Rubrica Camst - Corporate				
	Repubblica.it	27/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	5
7	La Repubblica - Ed. Bologna	28/06/2025	<i>Ottant'anni da Camst Granisci, i 16 cuochi e i self service per tutti (M.Bettazzi)</i>	7
	Lastampa.it	27/06/2025	<i>E' sparita la pausa pranzo: il 97% degli italiani dedica appena 20 minuti al giorno</i>	8
	IlsecoloXIX.it	27/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	9
	Ilfattoquotidiano.it	27/06/2025	<i>"Il 95% degli italiani fa solo 24 minuti di pausa pranzo, i ritmi di vita sono accelerati per colpa</i>	10
21	Il Resto del Carlino	28/06/2025	<i>Pausa pranzo da 24 minuti Ma cosi' la fretta divora il pasto (e noi) (F.Ferri)</i>	12
24	Il Resto del Carlino	28/06/2025	<i>Camst, 80 anni in prima linea "Bilancio con sette milioni di utili" (G.Di Caprio)</i>	13
	Ilrestodelcarlino.it	28/06/2025	<i>Camst, 80 anni in prima linea: "Bilancio con sette milioni di utili"</i>	14
52/53	Largo Consumo	01/02/2026	<i>Il cibo vuole il suo tempo</i>	16
	Ansa.it	27/06/2025	<i>Censis-Camst, il 76,7% italiani vuole piu' tempo per se'</i>	18
21	Il Giorni	28/06/2025	<i>Pausa pranzo da 24 minuti Ma cosi' la fretta divora il pasto (e noi) (F.Ferri)</i>	22
21	La Nazione	28/06/2025	<i>Pausa pranzo da 24 minuti Ma cosi' la fretta divora il pasto (e noi) (F.Ferri)</i>	23
	Cuoreeconomico.com	29/06/2025	<i>RAPPORTI. Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	24
	Italianpress.eu	29/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	27
	Rifday.it	29/06/2025	<i>Censis, gli italiani vogliono tempo per cibo e convivialita', ma non ne hanno abbastanza</i>	30
	Agenfood.it	28/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	32
	Msn.com/it	28/06/2025	<i>Censis-Camst, il 76,7% italiani vuole piu' tempo per se'</i>	34
	OrizzonteScuola.it	28/06/2025	<i>Addio alle tavolate, benvenuti pranzi lampo: il nuovo studio Censis racconta come in 24 minuti gli i</i>	35
	Saluteh24.com	28/06/2025	<i>CIBO. RAPPORTO CAMST-CENSIS: CHE OSSESSIONE, MA MANCA TEMPO PER GODERSELO</i>	36
	Adcgroup.it	27/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	37
	Agenziagiornalisticaopinione.it	27/06/2025	<i>CENSIS-CAMST * RAPPORTO 2025: «IL 76,7% DEGLI ITALIANI VUOLE PIU' TEMPO PER SE', IL CIBO AL CENTRO D</i>	39
	Agroalimentarenews.com	27/06/2025	<i>Italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	43
	Bologna.repubblica.it	27/06/2025	<i>Gli italiani tra ossessione per il "food" e "poco tempo per mangiare": pause pranzo da 24 minuti - l</i>	45
	Borsaitaliana.it	27/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	46
	Foodaffairs.it	27/06/2025	<i>Gli italiano dedicano meno di mezz'ora per mangiare. La tecnologia intasa le giornate e aumenta lo s</i>	48
	Gaeta.it	27/06/2025	<i>Gli italiani e il rapporto con il tempo: il cibo come momento di relazione e rallentamento</i>	50
	Greenretail.news	27/06/2025	<i>Rapporto CamstCensis: italiani desiderano piu' tempo per cibo e benessere</i>	53
	Gustoh24.it	27/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita' Giu 27,</i>	55
	Horecanews.it	27/06/2025	<i>Gli italiani vogliono tempo per cibo e convivialita'. Il Rapporto Censis-Camst</i>	57
	Ilrestodelcarlino.it	27/06/2025	<i>Camst compie 80 anni e svela il rapporto tra gli italiani e il cibo. E' benessere</i>	59

Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
Rubrica Camst - Corporate				
	Italianfoodtoday.it	27/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	63
	Laprovinciapavese.gelocal.it	27/06/2025	<i>E' sparita la pausa pranzo: il 97% degli italiani dedica appena 20 minuti al giorno</i>	66
	Myfruit.it	27/06/2025	<i>Tutti pazzi per il cibo (online), ma i pasti durano poco</i>	67
	Ore12web.it	27/06/2025	<i>Gli italiani vogliono rallentare: meno digitale e piu' tempo per mangiare bene insieme</i>	70
	Qds.it	27/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	72
	Salutedomani.com	27/06/2025	CIBO. RAPPORTO CAMST-CENSIS: CHE OSSESSIONE, MA MANCA TEMPO PER GODERSELO	73
	Teleborsa.it	27/06/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	75
	Trcbologna.it	27/06/2025	<i>Camst celebra 80 anni e analizza il rapporto degli italiani con il cibo. VIDEO</i>	77
	Buoni-pasto.it	19/01/2026	<i>Picnic solidali e social eating: convivialita' e benessere in azienda</i>	87
	Theperfectjob.it	18/12/2025	<i>Soluzioni smart per la pausa pranzo in ufficio</i>	90
	Money.it	07/12/2025	<i>Cosi' puoi risparmiare fino a 3.000 ogni anno</i>	94
	Panorama.it	03/12/2025	<i>Schiscetta: portare il pranzo da casa fa risparmiare fino a 3.200 euro l'anno</i>	95
22/27	Gambero Rosso	01/11/2025	<i>Pranzo perduto</i>	98
15	Fare	01/10/2025	<i>Camst diventa B corp nell'anno dell'ottantesimo anniversario</i>	103
	Ristorando.eu	17/09/2025	<i>Camst group festeggia 80 anni di storia e punta su tempo speso bene, sostenibilita' e futuro</i>	104
	Gamberorosso.it	09/09/2025	<i>Schiscetta d'Italia. Storia e metamorfosi del pranzo da casa</i>	106
21/23	Ristorando	01/09/2025	<i>Il tempo di far bene</i>	110
	Linkiesta.it	19/07/2025	<i>Mix & match del mese piu' estivo che c'e'</i>	113
52	Milano Finanza	19/07/2025	<i>80 volte Camst (S.Catellani)</i>	125
	Milanofinanza.it	19/07/2025	<i>80 volte Camst</i>	126
	Horecachannelitalia.it	14/07/2025	<i>?Il tempo e il cibo e' il titolo del rapporto Camst Censis</i>	129
	Ipsos.it	14/07/2025	<i>La soddisfazione al lavoro e' un indicatore strategico del successo aziendale</i>	131
	Buoni-pasto.it	10/07/2025	<i>Piu' tempo, piu' benessere: la pausa pranzo al centro della qualita' della vita</i>	135
	Corriereadriatico.it	10/07/2025	<i>Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt . Ecco il rapporto Censis</i>	137
	Ilgazzettino.it	10/07/2025	<i>Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt . Ecco il rapporto Censis</i>	141
	Ilmattino.it	10/07/2025	<i>Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt</i>	143
	Ilmessaggero.it	10/07/2025	<i>Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt . Ecco il rapporto Censis</i>	146
17	Molto Salute (Il Messaggero)	10/07/2025	SOLO DIECI MINUTI PER IL PRANZO? STOMACO IN TILT (C.Ottaviani)	148
	Quotidianodipuglia.it	10/07/2025	<i>Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt . Ecco il rapporto Censis</i>	150
	Sestopotere.com	07/07/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialita'</i>	153
	Teleambiente.it	06/07/2025	<i>Summer Fancy Food, vino, turismo, cibo Agrifood Magazine</i>	156
	Cremaoggi.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	157
	Cremonaoggi.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	158

Sommario Rassegna Stampa

Pagina	Testata	Data	Titolo	Pag.
Rubrica	Camst - Corporate			
	Dialessandria.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	159
	Ilquaderno.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	161
	Ilsole24ore.com	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	162
	Investiremag.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	166
	Italpress.com	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	167
	Ladiscussione.com	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	168
	Lanotifica.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	169
	Lospecialegiornale.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	171
	Oglioponews.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	175
	Opera2030.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	177
	Pesceinrete.com	02/07/2025	<i>Rapporto Censis-Camst: nella corsa quotidiana degli italiani, il cibo resta un rifugio</i>	179
	Pugliain.net	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	181
	Radionbc.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	183
	Siciliainternazionale.com	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	184
	Stylise.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	186
	Supertvoristano.it	02/07/2025	<i>Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'</i>	188
	Alimentando.info	30/06/2025	<i>Gli italiani chiedono piu' tempo per cibo e convivialita'. Il rapporto Censis-Camst</i>	190
	Teleromagna.it	30/06/2025	<i>BOLOGNA: 80 anni Camst, un'analisi sul rapporto degli italiani con il tempo e il cibo VIDEO</i>	192
	Buonenotiziebologna.it	25/06/2025	<i>A 80 anni Camst guarda al futuro venerdi' 27 giugno - Buone Notizie Bologna</i>	193
	Buonenotiziebologna.it	24/06/2025	<i>A 80 anni Camst guarda al futuro il 27 giugno - Buone Notizie Bologna</i>	194
	Censis.it	23/06/2025	<i>Il tempo e il cibo</i>	195
	Edunews24.it	05/06/2026	<i>La fine della dieta mediterranea: i rischi nutrizionali del piatto unico</i>	197
	Panorama.it	18/04/2026	<i>Caro vita: come risparmiare fino a 4.000 euro l'anno per famiglia</i>	199

Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità'

(Teleborsa) - Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione. Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento "Il tempo sottile" promosso da Camst group e presentato dalla giornalista Mia Ceran. Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente Camst, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni. "Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. "Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo". "Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo" ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente Camst group. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha proseguito - ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni". Il rapporto In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di "carestia di tempo": il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere. La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Il cibo come antidoto alla frenesia La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia. La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria "caffetteria del benessere", che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Una nuova idea di tempo e qualità della vita La ricerca Censis per Camst group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere. Usa il pulsante Accetta per acconsentire. Chiudi questa informativa per continuare senza accettare.

LA STORIA

di MARCO BETTAZZI

È il 16 giugno del 1945 quando Gustavo Trombetti fonda la **Camst**. Prima di quel giorno è stato condannato a dieci anni durante il fascismo per associazione e propaganda sovversiva, è stato compagno di cella di Antonio Gramsci nel carcere di Turi, a Bari, e lo ha aiutato a far uscire da lì i suoi "Quaderni". Uscito per amnistia, diventa partigiano e membro del Cln, poi consigliere comunale a Bologna. S'impegna nella cooperazione e appena finita la guerra fonda assieme ad altri soci lavoratori quella che diventerà la **Camst**, una sigla che significa "Cooperativa albergo mensa spettacolo e turismo". Sono esattamente ottanta anni fa.

«Erano 16 tra cuochi e camerieri che si sono messi assieme perché sapevano lavorare. Dopo la guerra

Cimbri e l'investimento
Unipol su X
"La deriva di Musk
è arrivata dopo"

c'era tanta distruzione – ha detto il presidente di **Camst** Francesco Malaguti, ieri, all'evento per celebrare l'anniversario – ma loro sono partiti con tanta energia e tanta forza». Il primo luogo di attività è la stazione ferroviaria di Bologna, dove si attrezzano carretti semoventi per le consegne di cibo ai passeggeri dei treni. Poi arrivano i servizi di ristorazione alla fiera di Bologna, quello allo stadio, negli anni Sessanta il primo self service, nei Settanta il primo centro pasti, i servizi nelle scuole e quelli aziendali. Nel 2016 **Camst** entra anche negli altri servizi a supporto delle imprese e poi deve affrontare il Covid, che per mesi cambia radicalmente l'attività della cooperativa. «Nella vita delle imprese ci sono alti e bassi – racconta Malaguti – nel corso degli anni l'a-



Ottant'anni da **Camst** Gramsci, i 16 cuochi e i self service per tutti

IL MANAGER



Unipol
Carlo Cimbri,
presidente
di Unipol
Assicurazioni

zienda ha rischiato molto ma ci sono imprese come Unipol e Granarolo che ci hanno dato una mano. Cinque anni fa col Covid non stavamo bene, abbiamo festeggiato i 75 anni con le mascherine sapendo che ogni giorno perdevamo una mensa. Ma anche quella volta siamo ripartiti». Oggi **Camst** ha oltre 11mila dipendenti, 85 ristoranti self service e 41 centri cottura. Il bilancio 2024, approvato in cda ieri sera, registra ricavi di gruppo per 612 milioni e un utile di 33 milioni. «Siamo andati molto bene, adesso **Camst** è un'azienda in piena salute», sottolinea il presidente. Ieri **Camst** e Censis hanno presentato a Palazzo Re Enzo uno studio che certifica l'amore degli italiani per il cibo, anche se il tempo per il pranzo si è ristretto a una media di 28 minuti, che scende

a 24 per i lavoratori, che vorrebbero meno tecnologia e più tempo a disposizione. «Ho sempre trovato in **Camst** l'inverarsi dell'articolo 1 della Costituzione – ha detto il sindaco Matteo Lepore all'incontro – In un'epoca in cui parliamo di lavoro povero la cooperazione ha un grande messaggio da dare». Presente anche Carlo Cimbri, presidente di Unipol Assicurazioni, che riferendosi all'investimento a fianco di Elon Musk nel 2022 per l'acquisizione di Twitter (oggi X), come unico investitore italiano, ammette che il gruppo non è pentito della scelta. «La deriva politica di Musk è arrivata dopo il nostro ingresso, la nostra impresa non fa politica – spiega il manager – Ma l'investimento non va male».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

E' sparita la pausa pranzo: il 97% degli italiani dedica appena 20 minuti al giorno

I dati del Censis: solo il 7% delle persone riesce a fermarsi per un'ora. Il paradosso è che intanto cresce l'interesse per contenuti dedicati al cibo e alla cucina sui social e in tv. Ma chi l'avrebbe mai detto? Non stiamo più a tavola. O meglio, ci stiamo molto meno di quanto vorremmo: 24 minuti di media, nei giorni in cui lavoriamo, spesso anche meno. Ma sogniamo di restarci di più, anche per chiacchierare. E poi, passiamo un sacco di tempo a vedere reels di manicaretti sui social, cerchiamo le ricette online e vediamo gli chef in Tv, rimpiangendo i bei tempi andati di Alberto Sordi con la bocca piena di spaghetti a dire: «Maccarone, m'hai provocato e mo' me te magno». L'ha scoperto il colosso della ristorazione nazionale **Camst**, che oggi compie 80 anni, li festeggia nella città in cui è nato, Bologna e, tra le altre cose, si è regalato un report del Censis sulle abitudini alimentari degli italiani che, oltre a molti dati, contiene anche un monito: riprendiamoci il tempo per pranzare. Ne va della nostra salute mentale e fisica, nonché di fatturati e Pil. I numeri dello scontento. Come si dice di solito, i dati sono allarmanti. Soprattutto, se si tiene conto della reputazione culinaria della patria: solo il 7% degli italiani riesce a dedicare un'ora intera alla pausa pranzo, nei giorni feriali. Il 97% (percentuali bulgare!) impiega invece appena 24 minuti per consumare il pasto del mezzogiorno. È curioso, inoltre, vedere come una percentuale di cittadini molto vicina alla precedente, l'87,9%, si dice scontento della sua routine alimentare nei giorni di lavoro. Vorrebbero avere più tempo per mangiare, non solo per nutrirsi, ma proprio per il momento relazionale con i commensali. Il boom della cucina in tv. Come non bastasse, dal rapporto intitolato «La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo», emerge che continuiamo a coltivare la nostra passione per il cibo in forma, per così dire, virtuale: 14 milioni di noi dicono di guardare i programmi di cucina in tv. Eventi di show cooking, nel gergo delle produzioni televisive: c'è chi ne ha visto almeno uno e chi mente. In più, ben il 66% degli intervistati ammette di cercare ricette online o vedere reel di cucina sui social che però, a quanto pare, fatichiamo a mettere in pratica durante la settimana, se incrociamo questi dati con i precedenti. Alimentazione e benessere «Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero», ha detto questa mattina da Bologna Massimiliano Valerii, consigliere delegato del Censis. «Ecco perché è alto il valore che attribuiamo ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro». Francesco Malaguti, presidente **Camst** group, si è soffermato invece su come chi fa ristorazione e più in generale welfare aziendale, debba prendere atto di questi cambiamenti e trovare soluzioni per migliorare la qualità della vita dei lavoratori. «Nei contesti professionali - ha detto il manager - emerge chiaramente che una pausa pranzo di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri».



Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità'

Teleborsa Lo studio realizzato in occasione degli 80 anni dell'azienda di ristorazione (Teleborsa) - Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione. Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento "Il tempo sottile" promosso da Camst group e presentato dalla giornalista Mia Ceran. Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente Camst, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni. "Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. "Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo". "Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo" ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente Camst group. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha proseguito - ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni". Il rapporto In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di "carestia di tempo": il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere. La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Il cibo come antidoto alla frenesia La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia. La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria "caffetteria del benessere", che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Una nuova idea di tempo e qualità della vita La ricerca Censis per Camst group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.

FQ MAGAZINE

TRENDING NEWS

FQ LIFE

TELEVISIONE

CINEMA

MUSICA

VIAGGI

MODA E STILE

BEAUTY E BENESSERE

CULTURA

TRENDING NEWS

“Il 95% degli italiani fa solo 24 minuti di pausa pranzo, i ritmi di vita sono accelerati per colpa del digitale”: il report del Censis

Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività

DI F.Q.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Riprendiamoci il tempo per pranzare. In un report del **Censis** pubblicato dalla **Camst**, il colosso emiliano della ristorazione che in queste settimane compie 80 anni, solo il 7% degli italiani riesce a dedicare un'ora intera alla pausa pranzo nei giorni feriali. Invece **la media di durata della pausa pranzo** per oltre il **95% dei lavoratori intervistati è di 24 minuti**. Solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. Eppure, l'86,7% la considera **un momento importante per il proprio benessere** e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. L'87,9%, inoltre, dice di essere scontento della routine alimentare del mezzogiorno e di anelare a più tempo per nutrirsi e relazionarsi con i commensali.

Nel rapporto **Censis** si parla però di **"food obsession"** ovvero di una vera e propria mania nel seguire show cooking e reel social di gente che fa da mangiare. Sono 14 milioni quelli che si fissano davanti agli chef tv per eventi di show coking. Il 66% degli intervistati segnala che **cerca di continuo ricette online o reel di cucina** sui social che però non vengono praticamente mai realizzati a casa.

Presentando i risultati del rapporto Censis, i massimi dirigenti **Camst** hanno ricordato che gli italiani **"risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale"**, ma che "nei contesti professionali emerge chiaramente che una pausa pranzo di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività".

LAVORO FLESSIBILE

Condividi questo articolo



ENTRA NELLA NOSTRA COMMUNITY WEB3
e sostieni una grande inchiesta
tra quelle proposte dalla redazione

SCOPRI DI PIÙ

Il Censis e le abitudini degli italiani

Pausa pranzo da 24 minuti Ma così la fretta divora il pasto (e noi)

Franca
Ferri

Il tempo ci sfugge, soprattutto quello della pausa pranzo, a cui dedichiamo in media 24 minuti, secondo il rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione. Certo, il numero 24 è una media, tra coloro che mangiano in dieci minuti davanti al computer o in piedi al bar (peggio di così c'è solo una cosa: saltare il pranzo) e coloro che invece si prendono più di un'ora per mangiare. Ma questi 24 minuti, sono pochi o sono tanti? Dipende: se mi siedo 'a tavola apparecchiata' con qualcuno che mi serve un bel piatto sostanzioso ma leggero, 24 minuti sono sufficienti a mangiare con calma, masticando bene come raccomandano medici e nutrizionisti. A patto di mangiare da soli, e non 'sprecare tempo' col cellulare e senza far chiacchierare. Ed è proprio il momento delle chiacchiere, della convivialità, del cibo vissuto non solo come nutrimento ma come 'pausa benessere' ciò che manca alla maggior parte degli italiani che ha risposto al sondaggio. E non solo a pranzo, anche a cena, dove la media è 32 minuti. Totale: passiamo a tavola meno di un'ora al giorno (e per fortuna nessuno ha calcolato per quanti minuti guardiamo il cellulare, in quell'ora). **Nel weekend** si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. È una fotografia assurda, quella scattata dal Censis: siamo famosi nel mondo per la nostra cucina e la sacrificiamo tutti i giorni. Siamo consapevoli di quanto ci piace mangiare, di quanto lo riteniamo importante come momento di condivisione e di relax e di quanto ci manca questa sensazione: la rimpiangiamo, la cerchiamo, diventa una bugia a noi stessi: 'vorrei ma non posso'. Perché 'dobbiamo' fare sempre di tutto e di più, essere multitasking, incastrare impegni sempre più numerosi e con tempi sempre più stretti. La fretta sta - letteralmente - divorando i nostri pasti. Una fretta che diventa ansia, e dall'ansia allo stress è passo è breve: puoi anche mangiare un'insalata light, ma se sei sotto pressione perché "devi" fare qualcos'altro, ti rimarrà sullo stomaco. Consiglio non richiesto: prenditeli, quei cinque minuti in più. Se casca il mondo, non è colpa tua: di sicuro per cinque minuti non valeva più la pena tenerlo in piedi.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Camst, 80 anni in prima linea

«Bilancio con sette milioni di utili»

Colosso della ristorazione in festa: «Con undicimila dipendenti, oltre ottanta milioni di pasti erogati»



Pietro Segata, Rita Ghedini e Virginio Merola



Il sindaco Lepore e il presidente Camst Malaguti



Il pubblico presente a Palazzo Re Enzo a Bologna

di **Giovanni Di Caprio**
BOLOGNA

«Il tempo sottile» è l'ottantesimo anniversario dalla sua fondazione, **Camst** ha adottato questo titolo che riassume al meglio i temi affrontati dall'azienda negli otto decenni appena trascorsi. Un traguardo significativo per la società nata il 16 giugno 1945, quasi due mesi dopo la Liberazione. Una vicenda iniziata nel Bolognese, proprio durante il periodo di ricostruzione più importante nella storia del nostro Paese, con l'obiettivo di riunire in uno stesso luogo di lavoro tutti i cuochi, camerieri e baristi in un momento di forte disoccupazione come quello del secondo Dopoguerra. Proprio dopo la fine della Seconda Guerra Mondiale, l'iniziativa prende

forma da un'idea di Gustavo Trombetti, già segretario della federazione comunista di Bologna e per nove mesi compagno di cella di Antonio Gramsci nel carcere di Turi (Bari). Sin dai primi buffet alla stazione e allo stadio, alla fine degli anni '40, il 'tempo' è sempre stato al centro dell'azione di **Camst**. Per questo la cooperativa ha scelto questo tema, in relazione al cibo, per celebrare il suo anniversario all'interno di palazzo Re Enzo, a Bologna, in una sala gremita di amici e persone vicine all'attività.

Dopo 80 anni, il bilancio di **Camst** è ancora positivo e recita 547,2 milioni di euro di ricavi e un utile di 7 milioni di euro. Oltre 80 milioni i pasti erogati dalla cooperativa e quasi 11mila i dipendenti nel Gruppo, che in totale ha raggiunto 612,5 milioni di euro di ricavi e 33,7 milioni di

euro di utile. «Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha raccontato Francesco Malaguti, presidente **Camst** - ed è necessario guardare alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture». Quindi, tempo e cibo nella socialità di oggi.

«**Camst** opera da 80 anni grazie alla passione di tutti coloro che ci hanno lavorato», dice Malaguti. Così, in una mattina, la ditta che opera nella ristorazione ha studiato questo particolare argomento su più fronti, perché «quello che vediamo è una società dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani infatti sentono di vivere in una condizione di 'carestia di tempo'», af-

ferma il presidente di **Camst**. Infatti, secondo i cittadini, il cibo non è solo nutrizione, bensì è anche benessere. Per questo **Camst** ha unito le forze con il Censis per la stesura di 'Il tempo e il cibo - La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo', lo studio descritto da Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis, e Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare Censis, dove viene raccontato il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari. «Il 76,7% degli italiani cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Questo emerge ancora di più nei contesti di lavoro, in cui una pausa di qualità è importante, con ricadute anche sulla produttività», spiegano Lena e Valerii.





Accedi

Le Marche invecchiano

Alessandro Caporaletti

EMILIA ROMAGNA

Abbonamento mensile:

6 € al mese

Caldo quando finisce Angela Celentano Discoteca chiusa Sagre weekend Saldi estivi date Carlino 140 anni

CITTÀ ▾

MENÙ ▾

SPECIALI ▾

VIDEO

ULTIM'ORA

Ricerca

28 giu 2025

Il Resto del Carlino Emilia Romagna **Camst**, 80 anni in prima li...

GIOVANNI DI
CAPRIO
Emilia Romagna



Camst, 80 anni in prima linea: "Bilancio con sette milioni di utili"

Colosso della ristorazione in festa: "Con undicimila dipendenti, oltre ottanta milioni di pasti erogati"



105047-IT074A

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Colosso della ristorazione in festa: "Con undicimila dipendenti, oltre ottanta milioni di pasti erogati"

PER APPROFONDIRE:

ARTICOLO: [Camst](#) compie 80 anni e svela il rapporto tra gli italiani e il cibo. "E' benessere"

ARTICOLO: La Colombara festeggia i 20 anni. Serata evento con i primi cittadini

ARTICOLO: Cantina Mezzanotte, viaggio lungo un secolo

"Il tempo sottile" per l'ottantesimo anniversario dalla sua fondazione, [Camst](#) ha adottato questo titolo che riassume al meglio i temi affrontati dall'azienda negli otto decenni appena trascorsi. Un traguardo significativo per la società nata il 16 giugno 1945, quasi due mesi dopo la Liberazione. Una vicenda iniziata nel Bolognese, proprio durante il periodo di ricostruzione più importante nella storia del nostro Paese, con l'obiettivo di riunire in uno stesso luogo di lavoro tutti i cuochi, camerieri e baristi in un momento di forte disoccupazione come quello del secondo Dopoguerra. Proprio dopo la fine della Seconda Guerra Mondiale, l'iniziativa prende vita da un'idea di Gustavo Trombetti, già segretario della federazione comunista di Bologna e per nove mesi compagno di cella di Antonio Gramsci nel carcere di Turi (Bari). Sin dai primi buffet alla stazione e allo stadio, alla fine degli anni '40, il 'tempo' è sempre stato al centro dell'azione di [Camst](#). Per questo la cooperativa ha scelto questo tema, in relazione al cibo, per celebrare il suo anniversario all'interno di palazzo Re Enzo, a Bologna, in una sala gremita di amici e persone vicine all'attività.

Dopo 80 anni, il bilancio di [Camst](#) è ancora positivo e recita **547,2 milioni di euro di ricavi** e un utile di **7 milioni di euro**. Oltre **80 milioni i pasti erogati** dalla cooperativa e quasi **11mila i dipendenti** nel Gruppo, che in totale ha raggiunto **612,5 milioni di euro di ricavi** e **33,7 milioni di euro di utile**. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha raccontato Francesco Malaguti, presidente [Camst](#) - ed è necessario guardare alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture". Quindi, tempo e cibo nella socialità di oggi.

[Camst](#) opera da 80 anni grazie alla passione di tutti coloro che ci hanno lavorato", dice Malaguti. Così, in una mattina, la ditta che opera nella ristorazione ha studiato questo particolare argomento su più fronti, perché "quello che vediamo è una società dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani infatti sentono di vivere in una condizione di 'carestia di tempo'", afferma il presidente di [Camst](#). Infatti, secondo i cittadini, il cibo non è solo nutrizione, bensì è anche benessere. Per questo [Camst](#) ha unito le forze con il Censis per la stesura di **'Il tempo e il cibo - La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo'**, lo studio descritto da Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis, e Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare Censis, dove viene raccontato il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari. "Il 76,7% degli italiani cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Questo emerge ancora di più nei contesti di lavoro, in cui una pausa di qualità è importante, con ricadute anche sulla produttività", spiegano Lena e Valerii.



© Riproduzione riservata

TAG DELL'ARTICOLO

Cibo Anniversario

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE

Emilia Romagna

Inferno e ritorno. La 'roba' uccide pure le emozioni

STILI ALIMENTARI

RISTORAZIONE

Il cibo vuole il suo tempo

Consegne ultraveloci e pause pranzo frettolose: ma è davvero così? Secondo una ricerca Censis-Camst non del tutto. Gli italiani stanno ritrovando il gusto del relax.

di Maria Eva Virga

Nella vita digitale gli italiani non hanno più tempo per se stessi o anche semplicemente per dedicarsi a ciò che amano; sono sempre più virtuali, multitasking e stressati. Il 77% dei nostri connazionali vorrebbe dedicare più tempo alle attività che piacciono loro. E, tra queste, le più ambite sono legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto.

È uno dei dati più significativi emersi dal nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato dall'istituto di ricerca Censis per Camst group, in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione. La rilevazione, condotta dal Censis in collaborazione con la società Demetra opinioni.net, è stata realizzata attraverso la somministrazione di un questionario strutturato a un campione rappresentativo di 1.000 adulti italiani con un'età di almeno 18 anni, distribuiti su tutto il territorio nazionale. Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, rende ragione anche dell'insorgere ormai potente nella società della voglia di rallentare, di ridurre ritmi e attività svolte, di recuperare tempo per se stessi e per quel che è piacevole fare.

Meglio se in modo lento, fuori dalla frenesia prevalente. Tenuto conto dell'attenzione sociale al cibo certificato, della proliferazione di informazioni di ogni tipo sull'alimentazione nei circuiti mediatici, quanto tempo realmente gli italiani riescono a dedicare ai pasti o, ad esempio, a cucinare nel quotidiano?

Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal prevalere del digitale sul reale. Lo smartphone, nel frattempo, riempie sempre di più il tempo libero. In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di "carestia di tempo": il 62% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, e quasi l'84% prova ansia

“Gli italiani sentono di vivere in una condizione di carestia di tempo”

per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi

LA CRONOPENIA DEGLI ITALIANI IN RELAZIONE AL CIBO (in %)

L'87,9%
di italiani vorrebbe più tempo per occasioni di convivialità a tavola

Il 69,3%
vorrebbe più tempo per dedicarsi alla cucina

Il 69,2%
vorrebbe più tempo per fare bene la spesa alimentare

Il 65,7%
dichiara che nella propria famiglia d'origine aveva più tempo da dedicare alla convivialità a tavola e avverte nostalgia di ciò

Fonte: Rapporto Camst-Censis, Il tempo e il cibo, 2025

Largo
Consumo

personalmente e momenti di benessere. Il 74% degli intervistati svolge abitualmente più attività contemporaneamente, come ad esempio cucinare e leggere, guardare la televisione, scrivere, ascoltare musica, messaggiare o comunque guardare qualcosa con lo smartphone. Persino al ristorante, dove dovrebbe esserci una certa quota di relax, secondo il Censis circa il 70% dei clienti è infastidito dalla lentezza del servizio. E chi ordina cibo sul web sceglie gli operatori che garantiscono la consegna più rapida. L'accelerazione dei ritmi, tuttavia, non ha migliorato la qualità della vita degli italiani.

Ecco perché, secondo i risultati del Censis, è in atto un ritorno al valore dei momenti di relax, in cui prevale una certa lentezza. In particolare a spazi di convivialità a tavola o durante le pause al lavoro. Il 70% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività per vivere meglio. E per farlo si affida al cibo. La convivialità a tavola è particolarmente apprezzata, perché viene percepita come un motore di benessere soggettivo: antidoto, reversibile ma potente, all'accelerazione dei ritmi di vita e all'intasamento dei tempi. Il 95% del panel considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'88% vorrebbe poterne avere di più.

Inoltre, il 69% desidera più tempo per cucinare o per fare la spesa in modo più consapevole. Non solo. L'84% degli italiani (il 96% dei giovani) cerca informazioni sul cibo nel web e sui social, per la maggior parte ricette on line (66%). Infine 14 milioni di italiani guardano trasmissioni tv sul cibo. Basti pensare al fatto che la finale di Masterchef, durante l'ultima edizione 2024-2025, è stata guardata da 957.000 spettatori, su un canale a pagamento. Eppure, nonostante la proliferazione di informazioni sul cibo, nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato: nella quotidianità il tempo medio destinato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato



Approfondisci
ALIMENTAZIONE
E SALUTE

RISTORAZIONE

a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 66% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia.

Non solo in famiglia, ma anche sul lavoro il tempo dedicato al cibo torna a essere importante, almeno nelle intenzioni di chi effettua la pausa pranzo. Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3% circa riesce a dedicarvi più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'87% di essi la considera un momento importante per il proprio benessere personale e l'88% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività del proprio lavoro. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili.

Ma quali sono gli elementi che fanno della pausa pranzo un momento ottimale? Deve essere uno spazio e un tempo di benessere personale, ma anche un luogo di relazioni, comodità, se ovviamente la location è gradevole: per essere un momento importante anche per socializzare con i colleghi deve svolgersi in un luogo accogliente, comodo e bello.

Occorre anche un giusto tempo per consumare il pasto, non veloce, ma più rilassante, per poter tornare al lavoro in forma.

Qual è il format di ristorazione migliore per rispondere a tutti questi desideri? Per l'85% del panel,

la presenza di un ristorante aziendale è funzionale a una buona pausa pranzo, a momenti di relax. Per il 77% degli intervistati è importante la presenza di un ristorante aziendale aperto e accessibile durante l'intero orario di lavoro. Apprezzamento condiviso dalla maggioranza dei vari ruoli professionali in azienda, dai dirigenti agli impiegati agli operai (dirigenti 85%, impiegati 75%, operai 81%). Per la stragrande maggioranza degli intervistati, quasi il 94%, sono importanti l'atmosfera e la comodità della location. Per l'85%, ancora, è importante un'offerta di pasti che sia personalizzata in base alle proprie esigenze o diete. Secondo i risultati dell'indagine Censis è il

PERCEZIONI E DESIDERI DEGLI ITALIANI IN RELAZIONE ALLA PAUSA PRANZO (in %)

Sono importanti l'atmosfera, la comodità

93,6%

Deve svolgersi in un luogo accogliente, comodo e bello

88%

Migliora la produttività del proprio lavoro

87,7%

È un momento di benessere personale

86,7%

È importante un'offerta di pasti personalizzata in base a esigenze e diete

85,4%

La presenza di un ristorante aziendale è funzionale a una buona pausa pranzo, a momenti di relax

85%

È importante la presenza di un ristorante aziendale aperto e accessibile durante l'intero orario di lavoro

76,7%

È un momento importante per socializzare con i colleghi

73,8%



Fonte: Rapporto Camst-Censis, Il tempo e il cibo, 2025

Largo Consumo

“La caffetteria all'italiana rappresenta il modello adeguato”

format innovativo “caffetteria all'italiana” a rappresentare il modello adeguato ai desideri dei lavoratori per la pausa pranzo: una location in azienda, multifunzionale, in cui è possibile accedere a pasti sostenibili, salutarie e personalizzati, in cui poter coltivare relazionalità e beneficiare di momenti di relax e convivialità in occasione di pause nell'orario di lavoro. In buona

sostanza, un'oasi di pace e relax. Una vera e propria “caffetteria del benessere”, che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Si tratta di un format desiderato di ristorante aziendale agli antipodi di quello tradizionale, che mutuava di fatto l'organizzazione industriale, puntando sulla velocità di esecuzione, senza particolare attenzione ai locali, agli arredi o alla fluidità dei tempi di accesso. Invece oggi, nel momento in cui ogni azienda è chiamata a fare l'inventario di quel che può mettere in campo per promuovere il benessere dei lavoratori e potenziare la sua capacità attrattiva e di retention, anche quel che un tempo era solo una location in cui mangiare può, anzi deve diventare qualcosa di più e di diverso, a partire proprio dai

desideri dei lavoratori. Le conclusioni, perciò, a cui arriva l'indagine Censis-Camst: la caffetteria del benessere risulta una scelta virtuosa e generativa per le aziende poiché rappresenta una risposta efficace e molto apprezzata alla domanda di benessere, con effetti presumibilmente molto positivi su engagement e produttività del lavoro. Si può dire che la caffetteria aziendale all'italiana può essere un formidabile strumento di miglioramento del clima aziendale, in piena sintonia con quell'idea molto contemporanea di azienda impegnata a realizzare performance competitive e, al contempo, ripensata per vincere nella decisiva competizione nel mercato del lavoro per attrarre e trattenere lavoratori.

In sintesi, la ricerca Censis per Camst group disegna il profilo di una società italiana che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo desiderano più tempo da dedicare a se stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: diventa cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere. Anche in azienda. ■

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Menu

Siti Internazionali

Abbonati



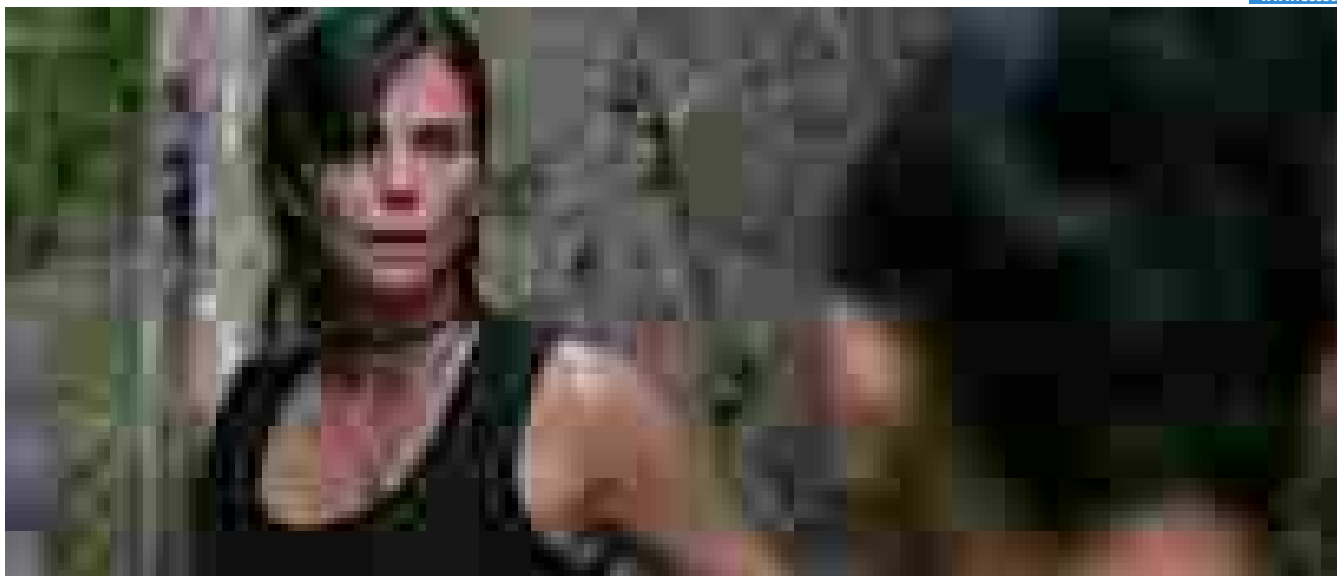
I preparativi delle nozze di Bezos, tra proteste e arrivi vip



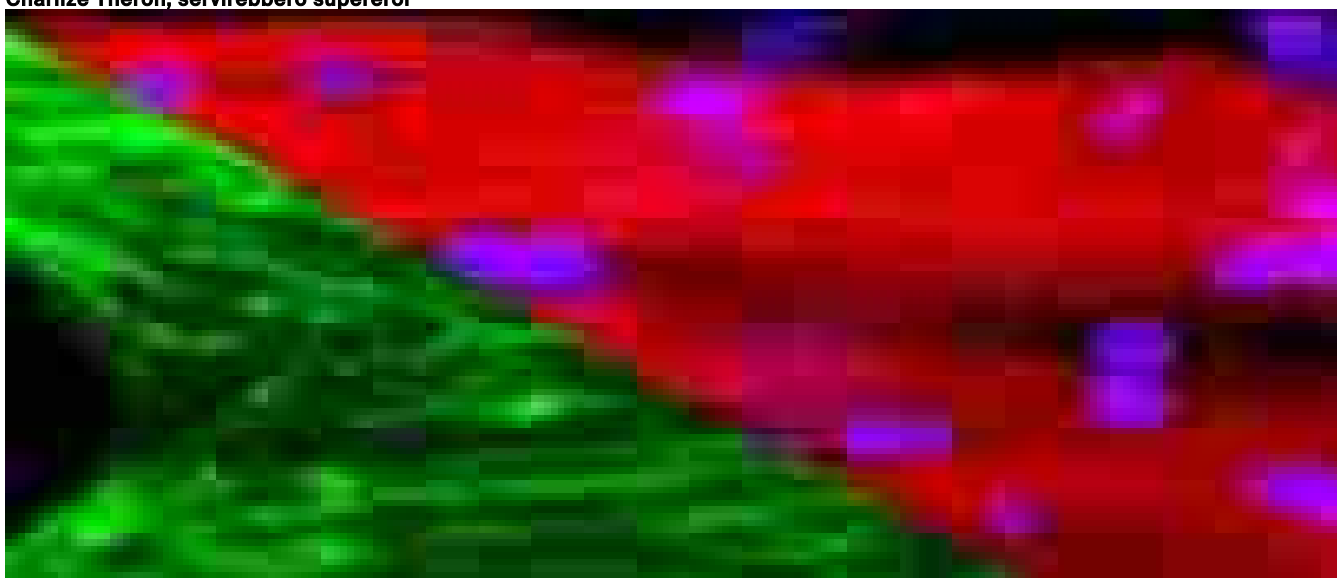
Musiche felliniane all'arrivo del feretro con Alvaro Vitali

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

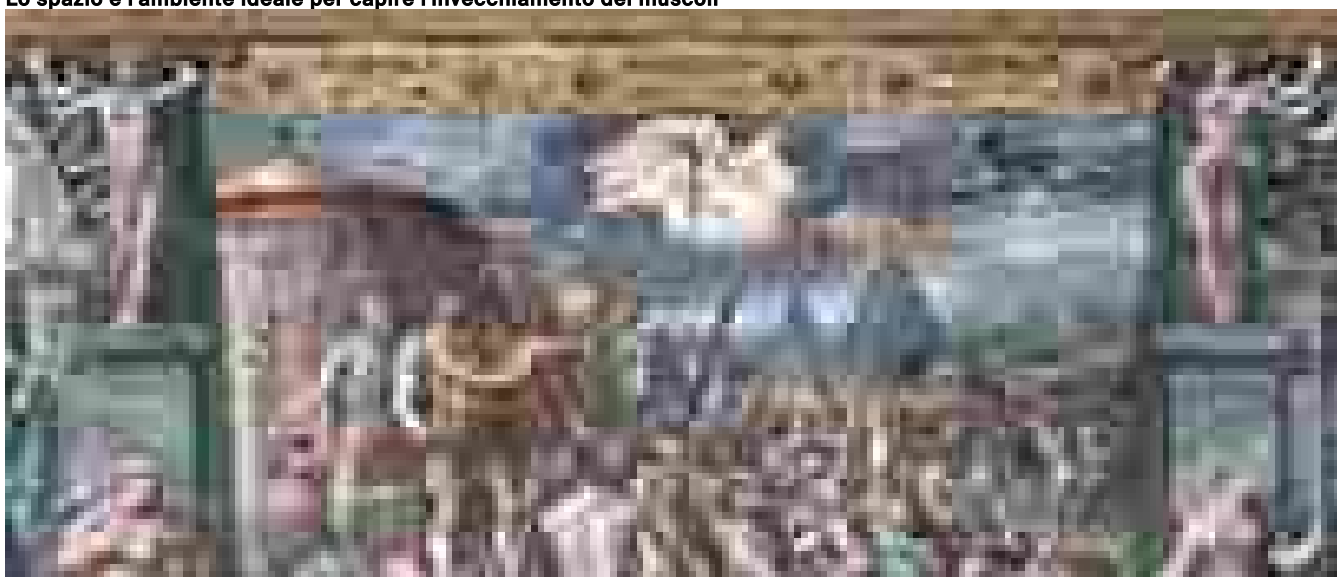
105047-IT074A



Charlize Theron, servirebbero supereroi



Lo spazio è l'ambiente ideale per capire l'invecchiamento dei muscoli



Torna a splendere la più ampia tra le Stanze di Raffaello

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Temi caldiGazaMondiale per clubBezosDaziUstica
/ Regione Emilia-Romagna

Naviga

Censis-Camst, il 76,7% italiani vuole più tempo per sé

La maggioranza si dichiara stressata dalla "frenesia digitale"

BOLOGNA, 27 giugno 2025, 12:11

Redazione ANSA



↑ - RIPRODUZIONE RISERVATA

I 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per sé e per le relazioni, soprattutto attraverso esperienze legate al cibo, come cucinare, condividere un pasto con familiari e amici e mangiare con calma. È quanto emerge dal nuovo rapporto Censis-Camst 'Il tempo e il cibo', presentato a Bologna nell'ambito dell'evento "Il tempo sottile", in occasione degli 80 anni del gruppo Camst.

Lo studio fotografa un'Italia affaticata dai ritmi imposti dalla digitalizzazione: il 62,2% non riesce a completare le attività quotidiane, l'83,7% dichiara di provare ansia per mancanza di tempo. Nel quotidiano, il tempo dedicato ai pasti è ridotto all'osso: 28 minuti per il pranzo, 32 per la cena, appena 24 per la pausa pranzo. Eppure, il 95,3% degli italiani ritiene fondamentale condividere il momento del pasto con altri.

La mensa aziendale si conferma centrale per il benessere dei lavoratori: 9 italiani su 10 la considerano uno spazio utile per rigenerarsi e aumentare la produttività. Il 70,2% degli intervistati dichiara di voler rallentare i ritmi, mentre il 69,3% vorrebbe dedicare più tempo a cucinare e il 69,2% a fare la spesa in modo consapevole.

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

"Il cibo non è solo nutrizione, ma relazione, cultura e identità - ha detto Francesco Malaguti, presidente **Camst** - Per noi offrire tempo di qualità significa costruire valore". Per Massimiliano Valerii, direttore Censis "gli italiani cercano momenti di lentezza, specie nella convivialità: è la risposta alla frenesia digitale".

Riproduzione riservata © Copyright ANSA

Condividi



Ultima ora

12:17

++ Corpo carbonizzato in un'auto nelle campagne del Salento ++

12:09

In Germania il salario minimo aumenterà a 14,60 euro nel 2027

12:07

++ Mef vende 8,5 miliardi di Btp e CctEu, tassi giù 10 anni ++

11:55

Kiev, 3 morti e 14 feriti in bombardamento su Samar

11:28

Prometeia, Pii verso frenata a 0,1% nel secondo trimestre

11:15

Istat, in aprile +1,6% fatturato Industria, +0,4% servizi



► Mondiale per Club, Juventus travolta dal Manchester City



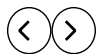
► I 40 anni della bandiera dell'Unione europea



► Roma, musiche felliniane all'arrivo del feretro con Alvaro Vitali



► Un ragazzo su 5 vittima di bullismo: la fascia 11-13 anni e' la più a rischio



ANSA.it

Periodicità quotidiana - Iscrizione al Registro della Stampa presso il Tribunale di Roma n. 212/1948

P. Iva IT00876481003

Copyright 2025 © ANSA

Tutti i diritti riservati

ANSA Corporate

Profilo societario

Prodotti e Servizi

Il Censis e le abitudini degli italiani

Pausa pranzo da 24 minuti Ma così la fretta divora il pasto (e noi)

Franca
Ferri

Il tempo ci sfugge, soprattutto quello della pausa pranzo, a cui dedichiamo in media 24 minuti, secondo il rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione. Certo, il numero 24 è una media, tra coloro che mangiano in dieci minuti davanti al computer o in piedi al bar (peggio di così c'è solo una cosa: saltare il pranzo) e coloro che invece si prendono più di un'ora per mangiare. Ma questi 24 minuti, sono pochi o sono tanti? Dipende: se mi siedo 'a tavola apparecchiata' con qualcuno che mi serve un bel piatto sostanzioso ma leggero, 24 minuti sono sufficienti a mangiare con calma, masticando bene come raccomandano medici e nutrizionisti. A patto di mangiare da soli, e non 'sprecare tempo' col cellulare e senza far chiacchierare. Ed è proprio il momento delle chiacchiere, della convivialità, del cibo vissuto non solo come nutrimento ma come 'pausa benessere' ciò che manca alla maggior parte degli italiani che ha risposto al sondaggio. E non solo a pranzo, anche a cena, dove la media è 32 minuti. Totale: passiamo a tavola meno di un'ora al giorno (e per fortuna nessuno ha calcolato per quanti minuti guardiamo il cellulare, in quell'ora). **Nel weekend** si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. È una fotografia assurda, quella scattata dal Censis: siamo famosi nel mondo per la nostra cucina e la sacrificiamo tutti i giorni. Siamo consapevoli di quanto ci piace mangiare, di quanto lo riteniamo importante come momento di condivisione e di relax e di quanto ci manca questa sensazione: la rimpiangiamo, la cerchiamo, diventa una bugia a noi stessi: 'vorrei ma non posso'. Perché 'dobbiamo' fare sempre di tutto e di più, essere multitasking, incastrare impegni sempre più numerosi e con tempi sempre più stretti. La fretta sta - letteralmente - divorando i nostri pasti. Una fretta che diventa ansia, e dall'ansia allo stress è passo è breve: puoi anche mangiare un'insalata light, ma se sei sotto pressione perché "devi" fare qualcos'altro, ti rimarrà sullo stomaco. Consiglio non richiesto: prenditeli, quei cinque minuti in più. Se casca il mondo, non è colpa tua: di sicuro per cinque minuti non valeva più la pena tenerlo in piedi.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



Il Censis e le abitudini degli italiani

Pausa pranzo da 24 minuti Ma così la fretta divora il pasto (e noi)

Franca
Ferri

Il tempo ci sfugge, soprattutto quello della pausa pranzo, a cui dedichiamo in media 24 minuti, secondo il rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione. Certo, il numero 24 è una media, tra coloro che mangiano in dieci minuti davanti al computer o in piedi al bar (peggio di così c'è solo una cosa: saltare il pranzo) e coloro che invece si prendono più di un'ora per mangiare. Ma questi 24 minuti, sono pochi o sono tanti? Dipende: se mi siedo 'a tavola apparecchiata' con qualcuno che mi serve un bel piatto sostanzioso ma leggero, 24 minuti sono sufficienti a mangiare con calma, masticando bene come raccomandano medici e nutrizionisti. A patto di mangiare da soli, e non 'sprecare tempo' col cellulare e senza far chiacchierare. Ed è proprio il momento delle chiacchiere, della convivialità, del cibo vissuto non solo come nutrimento ma come 'pausa benessere' ciò che manca alla maggior parte degli italiani che ha risposto al sondaggio. E non solo a pranzo, anche a cena, dove la media è 32 minuti. Totale: passiamo a tavola meno di un'ora al giorno (e per fortuna nessuno ha calcolato per quanti minuti guardiamo il cellulare, in quell'ora). **Nel weekend** si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. È una fotografia assurda, quella scattata dal Censis: siamo famosi nel mondo per la nostra cucina e la sacrificiamo tutti i giorni. Siamo consapevoli di quanto ci piace mangiare, di quanto lo riteniamo importante come momento di condivisione e di relax e di quanto ci manca questa sensazione: la rimpiangiamo, la cerchiamo, diventa una bugia a noi stessi: 'vorrei ma non posso'. Perché 'dobbiamo' fare sempre di tutto e di più, essere multitasking, incastrare impegni sempre più numerosi e con tempi sempre più stretti. La fretta sta - letteralmente - divorando i nostri pasti. Una fretta che diventa ansia, e dall'ansia allo stress è passo è breve: puoi anche mangiare un'insalata light, ma se sei sotto pressione perché "devi" fare qualcos'altro, ti rimarrà sullo stomaco. Consiglio non richiesto: prenditeli, quei cinque minuti in più. Se casca il mondo, non è colpa tua: di sicuro per cinque minuti non valeva più la pena tenerlo in piedi.

© RIPRODUZIONE RISERVATA



CUOREECONOMICO

HOME CATEGORIE

MIX ENERGETICO & TERRITORI

TURISMO & TERRITORI

FOCUS

FORUM

Dom 29 Giu 2025

TERRITORI NORD-
OVESTTERRITORI NORD-
ESTTERRITORI SUD E
ISOLE

CREDITO E PMI

TURISMO &
CULTURAECONOMIA &
POLITICATERRITORI
CENTRO

EDITORIALE

f

in

ATTUALITA'

RAPPORTI. Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

Lo studio, realizzato in occasione degli 80 anni dell'azienda di ristorazione, fotografa un Paese in cerca di tempo di qualità, soprattutto mangiando bene. In media però si dedica al pranzo meno di mezz'ora, 32 minuti per consumare la cena, 24 per la pausa pranzo.

Mense aziendali centrali per il benessere dei dipendenti e per attrarre talenti, come oasi nella quotidianità. 9 italiani su 10 si dicono più produttivi con pause pranzo di qualità. La presentazione oggi a Bologna durante l'evento "Il tempo sottile"

Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione.

Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento "Il tempo sottile" promosso da Camst group e presentato dalla giornalista Mia Ceran.

Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente Camst, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni.

"Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha detto Massimiliano Valerii,

consigliere delegato Censis. “Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo”.

“Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo” ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente Camst group. “Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri – ha proseguito – ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni”.

Il rapporto

In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di “carestia di tempo”: il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere.

La risposta?

Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo.

Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole.

Il cibo come antidoto alla frenesia

La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi.

A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo – 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca

contenuti sul tema online – nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia.

La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere

Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria "caffetteria del benessere", che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese.

Una nuova idea di tempo e qualità della vita

La ricerca Censis per Camst group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.

Redazione Cuoreeconomico
(Riproduzione riservata)

Per inviare comunicati stampa alla Redazione di

CUOREECONOMICO: cuoreeconomico@esg89.com

WHATSAPP Redazione CUOREECONOMICO: 327 70234751

Per Info, Contatti e Pubblicità scrivere a: customer@esg89.com

Argomenti:

[Camst](#) [censis](#)

Leggi anche

ATTUALITA'

**SOCIETÀ IN
HOUSE. Devis
Cruciani nominato
amministratore
unico della 3A –**

ATTUALITA'

**RAPPORTI. Censis-
Camst: italiani in
affanno digitale,
vogliono tempo per
cibo e convivialità**

ATTUALITA'

**CONTRIBUTI.
Puglia, oltre 68
milioni di fondi per
agricoltura e pesca.
Senatrice Nocco:**



BREAKING NEWS

POLITICA



CONSIGLI INFORMATICI

IMPRESSUM



CONTACT US



BORSA

Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

June 29, 2025 Cronaca

(Teleborsa) – Il **76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama**, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: **cucinare, mangiare con calma**, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” realizzato da **Censis per Camst group** in occasione dell'**80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione**.

Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'**evento “Il tempo sottile”** promosso da **Camst group** e presentato dalla giornalista Mia Ceran.

Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo,

Sport



SPORT

doppio Neves, Kvara è una furia, Donnarumma stoppa Messi, Luis Enrique ai quarti

June 29, 2025 Cronaca

Top e flop della partita PSG-Inter Miami, valevole per l'ottavo di finale del Mondiale per Club: tutto facile per i



Serie C, il “nuovo” Brescia si aggrappa a Giuseppe Pasini. Il numero uno di Feralpi mette sul piatto un progetto ambizioso

June 29, 2025



Spiegate pasticcio Var su rigore negato all'Inter

consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente **Camst**, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni.

"Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha detto

Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. "Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della **convivialità a tavola o delle pause di lavoro**. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo".

"Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo" ha dichiarato **Francesco Malaguti, presidente Camst group**. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha proseguito - ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, **emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone**, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni".

Il rapporto

In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di "carestia di tempo": **il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo**. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere.

La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo.

Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole.

Il cibo come antidoto alla frenesia

La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di **appena 60 minuti complessivi** (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi.

A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo - **14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online** - nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia.

La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere

Tra gli occupati, **il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora**. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la

June 29, 2025



Ronaldo rivela vero motivo del rinnovo con l'Al Nassr e giura: non succederà mai

June 29, 2025

Cambi

Convertitore di valute

	CHF - Franco Svizzero	Fr	1
	USD - US Dollar	\$	1.25
	EUR - Euro	€	1.07
	GBP - Lira sterlina	£	0.91
	JPY - Yen	¥	180.88
	CNY - Yuan	¥	8.97
	ZAR - Rand	R	22.85
	ARS - Peso argentino	\$	1 500.48
	UYU - Peso uruguayano	\$	52.43
	BRL - Real brasiliano	R\$	6.86

il Giugno 29, 2025

FreeCurrencyRates.com

Cryptocurrencies

USD	EUR	CNY	GBP
	BTC	\$ 107,456.1 (0.16%) ▲	
	ETH	\$ 2,438.20 (0.15%) ▲	
	XMR	\$ 309.66 (0.39%) ▲	
	LTC	\$ 86.94 (0.63%) ▲	
	DASH	\$ 20.02 (1.41%) ▲	

produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria "caffetteria del benessere", che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese.

Una nuova idea di tempo e qualità della vita

La ricerca Censis per [Camst](#) group disegna il profilo di **una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità**. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.

[Source link](#)

Manager/ Da Credit Suisse alla nascita di Revolut: la scalata di Storonsky. Chi è il manager russo che potrebbe battere Elon Musk

"Abbiamo un acquirente per TikTok". L'annuncio di Trump, che poi attacca ancora il presidente della Fed Powell

You May Also Like



Dazi, Trump annuncia interruzione immediata trattative con Canada

June 27, 2025



HOME PRIMO PIANO PROFESSIONE SANITÀ FARMACIA FARMACI MERCATO SCIENZA E RICERCA

PODCAST



Censis, gli italiani vogliono tempo per cibo e convivialità, ma non ne hanno abbastanza



CONVENZIONI ENPAF - UNIPOL | UNISALUTE

STARE INSIEME FA CRESCERE I VANTAGGI.



Roma, 30 giugno – In quella che – per tutto o quasi – o sembra essere l'era dell'abbondanza, manca qualcosa di molto prezioso: il tempo. Che non è mai abbastanza, tanto da far sentire gli italiani nella spiacevole condizione di vivere appunto in una "carestia di tempo". Lo rileva il rapporto *Il tempo e il cibo* realizzato dal Censis per Camst, il colosso italiano dei servizi di ristorazione collettiva, ristorazione commerciale e delle mense.

Dalla ricerca dell'istituto fondato da **Giuseppe De Rita**, che esplora il legame tra



Iscriviti alla newsletter Mattinale

Il tuo indirizzo E-mail

Iscriviti



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, emerge che per gli italiani di tempo non ce n'è mai abbastanza, soprattutto per le attività quotidiane basilari come mangiare. Il che è paradossale, in un'epoca in cui l'attenzione che si riserva al cibo ha raggiunto livelli impensabili, come è stato diffusamente illustrato nel corso dell'evento *Il tempo e il cibo. Food Obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo* tenutosi a Bologna il 27 giugno scorso in occasione dell'80° anniversario di Camst.

Alcuni dati emersi dall'indagine Censis-Camst, presentata da **Massimiliano Valerii** e **Sara Lena**, rispettivamente consigliere delegato e ricercatrice del Censis: il 62,2% degli intervistati dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. *"La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere"* spiega l'istituto di ricerca. La risposta più efficace a questa situazione, per gli stessi intervistati, sarebbe quella di rallentare: è quanto desiderano il 70,2% degli italiani. E – in questo desiderio di tempi più distesi – il cibo sembra giocare un ruolo fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole.

Ma un conto è ciò che si desidera, un altro la realtà: nella quotidianità, **il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi** (28 per il pranzo, 32 per la cena).

Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. Eppure il cibo è una vera ossessione: 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online, ma nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato.

La ricerca, poi, si incrocia con il *core business* di Camst. Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività.

"Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture" osserva il presidente di Camst Group, **Francesco Malaguti**. *"In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni"*.



I Più Recenti



Ccnl, Federfarma:
"Conclusione positiva è una priorità, ma servono proposte sostenibili"

29 Giugno 2025



Sportello nutrizionale cittadino, i farmacisti romani puntano sull'educazione alimentare

29 Giugno 2025



Regione Lazio, selezione per 15 farmacisti a supporto delle attività di farmacovigilanza

29 Giugno 2025



Curia, Farmaci, no a uso logo bio Ue su tisana medicinale vegetale senza ok dell'autorità

29 Giugno 2025



Assosalute, i consigli giusti per esporsi al sole senza pericoli per la salute della pelle

29 Giugno 2025



Parafarmacie, rinnovato il contributo Enpaf, stanziati 600mila euro anche per il 2025

29 Giugno 2025



Stada Report: medici e farmacisti i soggetti più affidabili per la salute, ma avanza l'IA

26 Giugno 2025

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Share

f

in

Print PDF

Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità'

(Agen Food) Bologna, 28 giu. Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione. Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento Il tempo sottile promosso da Camst group e presentato dalla giornalista Mia Ceran. Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente Camst, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni. Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo. Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente Camst group. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri ha proseguito ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni. Il rapporto In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di carestia di tempo: il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere. La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Il cibo come antidoto alla frenesia. La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia. La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere. Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria caffetteria del benessere, che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Una nuova idea di tempo e qualità della vita. La ricerca Censis per Camst group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere. Per ulteriori informazioni: Redazione Agenfood

Agen Food è la nuova agenzia di stampa, formata da professionisti nel campo dell'informazione e della comunicazione, incentrata esclusivamente su temi relativi al food, all'industria agroalimentare e al suo indotto, all'enogastronomia e al connesso mondo del turismo.

Censis-Camst, il 76,7% italiani vuole piu' tempo per se'

(ANSA) - BOLOGNA, 27 GIU - Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per sé e per le relazioni, soprattutto attraverso esperienze legate al cibo, come cucinare, condividere un pasto con familiari e amici e mangiare con calma. È quanto emerge dal nuovo rapporto **Censis-Camst** 'Il tempo e il cibo', presentato a Bologna nell'ambito dell'evento "Il tempo sottile", in occasione degli 80 anni del gruppo **Camst**. Lo studio fotografa un'Italia affaticata dai ritmi imposti dalla digitalizzazione: il 62,2% non riesce a completare le attività quotidiane, l'83,7% dichiara di provare ansia per mancanza di tempo. Nel quotidiano, il tempo dedicato ai pasti è ridotto all'osso: 28 minuti per il pranzo, 32 per la cena, appena 24 per la pausa pranzo. Eppure, il 95,3% degli italiani ritiene fondamentale condividere il momento del pasto con altri. La mensa aziendale si conferma centrale per il benessere dei lavoratori: 9 italiani su 10 la considerano uno spazio utile per rigenerarsi e aumentare la produttività. Il 70,2% degli intervistati dichiara di voler rallentare i ritmi, mentre il 69,3% vorrebbe dedicare più tempo a cucinare e il 69,2% a fare la spesa in modo consapevole. "Il cibo non è solo nutrizione, ma relazione, cultura e identità - ha detto Francesco Malaguti, presidente **Camst** - Per noi offrire tempo di qualità significa costruire valore". Per Massimiliano Valerii, direttore Censis "gli italiani cercano momenti di lentezza, specie nella convivialità: è la risposta alla frenesia digitale". (ANSA).



Addio alle tavolate, benvenuti pranzi lampo: il nuovo studio Censis racconta come in 24 minuti gli i

Chi avrebbe mai pensato che la pausa pranzo potesse trasformarsi in una corsa contro il tempo? Oggi, tra una riunione e l'altra, gli italiani dedicano in media appena 24 minuti al pasto principale della giornata nei giorni lavorativi. La tavola che non c'è più: solo 24 minuti per pranzare. Un tempo ridotto all'osso, che spesso non basta nemmeno per scambiare due parole con i colleghi o assaporare davvero ciò che si ha nel piatto. Eppure, la tavola resta un luogo del cuore: lo dimostra la nostalgia per le lunghe tavolate di un tempo, immortalate dal cinema di Alberto Sordi, e la voglia di convivialità che resiste nonostante i ritmi frenetici. A raccontarlo è il nuovo report del Censis commissionato da **Camst**, colosso della ristorazione collettiva che festeggia 80 anni di storia proprio a Bologna, la città dove tutto è iniziato. Il paradosso digitale: tra social, chef in tv e sogni di convivialità. Mentre il tempo reale dedicato al pranzo si assottiglia, cresce la passione virtuale per il cibo. Gli italiani trascorrono sempre più minuti a guardare reels di ricette sui social, a cercare piatti online e a seguire chef in tv, sognando di replicare a casa manicaretti da grande occasione. Un paradosso che emerge con forza dal report: la tavola si vive poco, ma si desidera moltissimo. Il 97% degli occupati effettua una pausa pranzo, ma solo il riesce a concedersi più di un'ora. Nonostante ciò, l'considera questo momento fondamentale per il proprio benessere e l'è convinto che una pausa di qualità migliori anche la produttività. La pausa pranzo, insomma, resta un rito irrinunciabile, anche se sempre più sacrificato. La nuova frontiera: mense aziendali come caffetterie del benessere. Il report **Censis-Camst** lancia un messaggio chiaro: riprendiamoci il tempo per pranzare. La richiesta arriva forte soprattutto dai lavoratori, che nell'85% dei casi ritengono fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo. Non solo cibo sano, ma anche ambienti gradevoli e orari flessibili: la mensa aziendale si trasforma così in una vera e propria caffetteria del benessere, capace di migliorare la qualità della vita e diventare uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Un invito a riscoprire il valore della pausa pranzo, non solo come necessità fisiologica, ma come momento di socialità, relax e benessere, in grado di restituire centralità alla tavola anche nei ritmi serrati della vita moderna. La battaglia per i buoni pasto nella scuola: la richiesta di parità. Sulla questione della pausa pranzo si inserisce la battaglia di Anief sul diritto a riconoscere a docenti e ATA i buoni pasto. La scuola, al momento, è l'unico settore a non prevederlo per il proprio personale. Una disparità che Anief, attraverso il presidente nazionale Marcello Pacifico, definisce inaccettabile: Docenti e personale ATA non sono lavoratori di serie B. Pacifico sottolinea come spesso il personale scolastico svolga orari prolungati, al pari di altri comparti, e chiede che i buoni pasto vengano inseriti nel nuovo CCNL, finanziabili anche tramite la contrattazione di istituto. Il sindacato stima un valore di circa 13 euro al giorno, in linea con quanto già riconosciuto ai dipendenti dei Ministeri, compresi quelli in smart working. Ci aspettiamo che il Governo dia corso all'ordine del giorno del Parlamento prevedendo adeguate risorse per rendere concreto l'esercizio di tale importante diritto. Con il prossimo CCNL si potrà in tal modo disciplinare, nell'ambito delle altre misure di Welfare, anche la fruizione dei buoni pasto, estendendola anche al personale che non fruisce del servizio di mensa ma che assicura con orario aggiuntivo il funzionamento della scuola e l'attuazione dell'offerta formativa, afferma Pacifico. Un precedente importante arriva dal contratto delle Funzioni Centrali, che all'articolo 14 riconosce il diritto al buono pasto anche in smart working, senza necessità di misurare l'orario.



CIBO. RAPPORTO CAMST-CENSIS: CHE OSSESSIONE, MA MANCA TEMPO PER GODERSELO

Nell'abbondanza di tutto, nella bulimia che caratterizza l'oggi, nelle società avanzate l'unica cosa che manca è il tempo. Specie per il cibo. Il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. "La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere", spiega l'istituto di ricerca in occasione dell'evento "Il

immagine

tempo e il cibo. Food Obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo", che si è tenuto oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo. La risposta al logorio della vita moderna? "Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo", dicono gli intervistati. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. Eppure il cibo è una vera ossessione: 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online, ma nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. La ricerca, poi, si incrocia con il 'core business' di Camst, colosso italiano della ristorazione collettiva e delle mense. Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. "Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture", osserva il presidente di Camst, Francesco Malaguti, group. "In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni", sottolinea a margine dell'evento. Oggi, intanto, si terrà l'assemblea dei soci per l'approvazione del bilancio 2024 approvato dal consiglio di amministrazione, che, anticipa Malaguti, registra ricavi consolidati per 612 milioni e un utile di 33 milioni (547 milioni di ricavi e 7 milioni di utile per la capogruppo). "Siamo andati molto bene, l'impresa è in un salite in un mondo dei servizi in cui quando guadagni l'1% è un grande risultato", conclude.

Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità'

Lo studio, realizzato in occasione degli 80 anni dell'azienda di ristorazione, fotografa un Paese in cerca di tempo di qualità, soprattutto mangiando bene. In media però si dedica al pranzo meno di mezz'ora, 32 minuti per consumare la cena, 24 per la pausa pranzo. Mense aziendali centrali per il benessere dei dipendenti e per attrarre talenti, come oasi nella quotidianità. 9 italiani su 10 si dicono più produttivi con pause pranzo di qualità. La presentazione a Bologna durante l'evento Il tempo sottile Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento Il tempo sottile promosso da Camst group e presentato dalla giornalista Mia Ceran. Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente Camst, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni. Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo. Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente Camst group. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha proseguito ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni. Il rapporto In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di carenza di tempo: il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere. La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Il cibo come antidoto alla frenesia. La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia. La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere. Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di





offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria caffetteria del benessere , che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Una nuova idea di tempo e qualità della vita La ricerca Censis per **Camst** group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.

News immediate,
non mediate!

HOME CONTATTI DONAZIONI VIDEO CHI SIAMO

CERCA NEL SITO

Cerca ...



In collaborazione con



In dialogo con



Media Partner



Diretta video Opinione H24: Viabilità Trento



Si è verificato un errore. Riprova più tardi. (ID riproduzione:
ethNzsDLiUAmCtPE)
[Ulteriori informazioni](#)

Altri video su YouTube



Bossi Nova Covers Of Popular Son...
584.641 visualizzazioni27 Giugno Vangelo del Giorno Com...
50.323 visualizzazioniHAALAND&Co. pazzeschi, primo k...
578.316 visualizzazioni

Categoria news: OPINIONNEWS



CENSIS-CAMST * RAPPORTO 2025: «IL 76,7% DEGLI ITALIANI VUOLE PIÙ TEMPO PER SÉ, IL CIBO AL CENTRO DEI DESIDERI QUOTIDIANI» (PDF)

[E-mail](#) [Stampa](#)[Facebook](#) [Twitter](#) [LinkedIn](#)

Riceviamo e pubblichiamo integralmente:

🕒 12.09 - venerdì 27 giugno 2025

(Il testo seguente è tratto integralmente dalla nota stampa inviata all'Agenzia Opinione) –
///

Rapporto **Censis-Camst**: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità. Lo studio, realizzato in occasione degli 80 anni dell'azienda di ristorazione, fotografa un Paese in cerca di tempo di qualità, soprattutto mangiando bene. In media però si dedica al pranzo meno di mezz'ora, 32 minuti per consumare la cena, 24 per la pausa pranzo. Mense aziendali centrali per il benessere dei dipendenti e per attrarre talenti, come oasi nella quotidianità. 9 italiani su 10 si dicono più produttivi con pause pranzo di qualità. La presentazione oggi a Bologna durante l'evento "Il tempo sottile".

Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per **Camst** group in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione. Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento "Il tempo sottile" promosso da **Camst** group e presentato dalla giornalista Mia Ceran.

Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente **Camst**, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni.

"Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. "Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo".

"Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo" ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente **Camst** group. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri – ha proseguito – ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In

particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni".

Il rapporto

In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di "carestia di tempo": il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere.

La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo.

Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole.

Il cibo come antidoto alla frenesia

La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi.



A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo – 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online – nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia.

La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere

Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria "caffetteria del benessere", che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese.

Una nuova idea di tempo e qualità della vita

La ricerca Censis per **Camst** group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.



Ti informiamo che, per migliorare la tua esperienza di navigazione questo sito utilizza dei cookie. In particolare il sito utilizza cookie tecnici e cookie di terze parti che consentono a queste ultime di accedere a dati personali raccolti durante la navigazione. Per maggiori informazioni consulta [l'informativa estesa](#) ai sensi dell'art. 13 del Codice della privacy. L'utente è consapevole che, proseguendo nella navigazione del sito web, accetta l'utilizzo dei cookie.

ACCETTO

AGRONEWS | FILIERA CORTA | CUCINO IO | LIBRI DA GUSTARE | FOOD MANIA | GLI IMPRENDITORI DEL GUSTO | L'INDIRIZZO

Media-partnership | #Unprimopassoperripartire | iFood. A tavola con un touch | La Novità di Mercato | Top&Flop | Aziende | Di che Dop&Igp sei? | Il Prodotto | Masaf | Organizzazioni Agricole | Regioni | Ricerca Agricola | Salute e Alimentazione | Unione Europea | Grande Distribuzione | Trend & Mercati | AgroSpeciali | Contatti | Pubblicità. Perché scegliere AgroalimentareNews

[Home](#) » [Agronews](#) » Italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

AGRONEWS

Italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

Emerge dal rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per [Camst](#)



Roma- Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto **"Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo"** realizzato da Censis per [Camst](#) group in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione.

Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a **Bologna** a **Palazzo Re Enzo** durante l'evento **"Il tempo sottile"** promosso da [Camst](#) group.

In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di **"carestia di tempo"**: il

62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere.

La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo.

Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole.

Il cibo come antidoto alla frenesia

La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi.

A fronte di una **crescente attenzione mediatica per il cibo** – 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online – nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia.

La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere

cerca nel sito

Multimedia



VIDEO

Tg Agricoltura. Edizione 4 luglio



FOTO

Binomio, a Roma arriva la cucina all day long nata in Catalogna



VIDEO

Tg Agricoltura. Edizione 27 giugno

Fiere & Appuntamenti

Festival

Manifestazioni, Incontri e Sagre enogastronomiche

Saloni del Gusto e dell'Agricoltura

Pubblica il tuo Evento

Suggerisci i tuoi appuntamenti enogastronomici, gli incontri tecnici e i meeting di settore. La redazione in tempi di valutazione brevi pubblicherà la proposta inviata. Grazie per la collaborazione

[Proponici](#)

Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria "caffetteria del benessere", che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese.

POST@ PRIORITARIA

I VOSTRI MESSAGGI

LE LETTERE

[Inviaci la tua lettera](#)

27/06/2025

[» ARCHIVIO DI AGRONEWS](#)

Sei un utente registrato?

Per poter inserire un commento devi essere un utente registrato a AgroAlimentareNews.com. Se sei registrato inserisci Username e Password. Se non sei registrato [REGISTRATI ORA](#).

Username

Password

INVIA

Aziende Agroalimentari	Organizzazioni Agricole	Istituzionali	Enti di Ricerca
Antiche Terre Pacella	- Cia-Confederazione Italiana Agricoltori - Coldiretti - Confagricoltura - Copagri - Fedagri-Confcooperative	- Agea-Agenzia Per Le Erogazioni In Agricoltura - Ministero Per Le Politiche Agricole (Mipaaf) - Oiga-Osservatorio Per L'imprenditorialità Giovanile In Agricoltura - Rete Rurale Nazionale - Sistema Informativo Per Lo Sviluppo Dell'agricoltura - Sistema Informativo Agricolo Nazionale	- Crea--Consiglio-Per-La-Ricerca In Agricoltura-E-L'analisi Dell'economia Agraria - Isa-Istituto Sviluppo Agroalimentare - Ismea-Istituto Di Servizi Per Il Mercato Agricolo Alimentare

AGROALIMENTARENEWS - quotidiano online d'informazione agricola ed agroalimentare. Tribunale di Roma n.178 del 26 maggio 2009. Note Legali: alcune foto pubblicate dalla testata sono state prese da Internet e quindi valutate di pubblico dominio. Per chiedere la rimozione delle immagini scrivere a redazione@agroalimentarenews.com Copyright 2025 | [Cookie Policy](#) | [Contatti](#) | [Disclaimer](#) | [Note Legali](#) - [Privacy](#) | [Credits](#)

Menu Cerca

la Repubblica

ABBONATI

Seguici su:

Bologna

CERCA

HOME CRONACA QUARTIERI ✓ SPORT WEEKEND FOTO VIDEO ANNUNCI LOCALI ✓ CAMBIA EDIZIONE ✓

adv

● **Ultim'ora** 19:44**Condannato a 20 anni il ragazzo che uccise i genitori e il fratellino a Paderno Dugnano**

CONTENUTO PER GLI ABBONATI PREMIUM

Gli italiani tra ossessione per il “food” e “poco tempo per mangiare”: pause pranzo da 24 minuti

di **Marco Bettazzi**

▲ L'evento di presentazione dello studio Censis per gli 80 anni di Camst

Il Censis presenta uno studio in occasione degli 80 anni della Camst. Pressati da tecnologia digitale e impegni, il 62% non riesce a fare tutto quel che deve ogni giorno e il 70% vorrebbe rallentare. Sono 14 milioni gli italiani che seguono programmi culinari



L'ascolto è riservato agli abbonati premium

27 GIUGNO 2025 ALLE 19:24

2 MINUTI DI LETTURA

I Quartieri Di Bologna

Leggi anche

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Notizie Gli italiani dedicano meno di mezz'ora per mangiare. La tecnologia intasa le giornate e au

Ven. Giu 27th, 2025

CLASSIFICHE TREND MEDIA GREEN BUSINESS SALUTE TURISMO

Iscriviti alla newsletter

Home 2025 Giugno 27 Gli italiani dedicano meno di mezz'ora per mangiare. La tecnologia intasa le giornate e aumenta lo stress

LAVORO RISTORAZIONE TOP NEWS

Gli italiani dedicano meno di mezz'ora per mangiare. La tecnologia intasa le giornate e aumenta lo stress



Il tempo dedicato ai pasti è sempre più esiguo: 32 minuti per la cena, 28 per il pranzo e solo 24 per la pausa pranzo. Eppure, il 76,7% degli italiani vorrebbe avere più tempo da dedicare a ciò che ama, e tra le attività più desiderate spiccano proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto.

È quanto emerge dal nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo", realizzato da Censis per [Camst group](#) in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione e riportato da [Food Affairs](#).

Presentato il rapporto [Camst-Censis](#)

Lo studio, che indaga il rapporto tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento "Il tempo sottile", promosso da [Camst group](#) e condotto dalla giornalista [Mia Ceran](#). A illustrare i principali risultati è stata Sara Lena, ricercatrice dell'Area consumi, mercati e welfare del Censis, seguita dal commento del consigliere delegato Massimiliano Valerii. All'evento hanno partecipato anche Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente [Camst](#), l'informatico Stefano Quintarelli, la divulgatrice scientifica Silvia Bencivelli, l'agroeconomista Andrea Segrè e, in chiusura, un intervento artistico di Alessandro Bergonzoni.

Gli italiani desiderano rallentare

"Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha spiegato Massimiliano Valerii. "Ecco perché è alto il valore attribuito ai momenti di relax, in particolare alla convivialità a tavola e alle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita significa avere più tempo per sé stessi e per gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo".

Francesco Malaguti, presidente [Camst group](#), ha dichiarato: "Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che può trasformarsi in valore per sé e per gli altri. Dobbiamo comprendere le trasformazioni sociali e garantire tempo di qualità a chi si affida a noi, nei contesti di lavoro in particolare, dove emerge chiaramente che una pausa di qualità migliora il benessere delle persone e ha ricadute sulla produttività".

I dati del rapporto

Secondo lo studio, il 62,2% degli italiani dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. **La tecnologia, pur ampliando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere.** Il 70,2% desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma centrale: il 95,3% considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia e l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il

Recent Posts

Gli Italiani dedicano meno di mezz'ora per mangiare. La tecnologia intasa le giornate e aumenta lo stress

False recensioni online. Fipe: "Tema cruciale per le imprese, non si faccia marcia indietro"

Classifica delle piattaforme ecommerce e delle emergenti in Italia. Nell'Alimentare sul podio JustEat, Deliveroo e Glovo

Cinzano passa a Gruppo Caffo 1915: Campari Group cede il brand per 100 milioni di euro

La classifica dei 10 'guilty pleasure', i crimini culinari più virali: dalla pizza all'ananas al risotto allo scoglio con Parmigiano

Le tendenze estive nella ristorazione: cena fuori e budget accessibile binomio vincente

Pubblicità digitale in crescita: il mercato vale 11,1 miliardi, trainato dall'online. Cresce il Retail Media

AssoBirra rinnova i vertici: Federico Sannella è il nuovo Presidente, eletti anche i Vice

Gaibani presenta la nuova identità visiva per rafforzare il legame con le famiglie italiane

Comunicazione strategica e crisi dei consumi al centro dell'Assemblea annuale ASSICA

Parte sui social la celebrazione del 30° anniversario del Frappuccino di Starbucks

Chef stellati, mixology da leggenda e dolci veneziani per le nozze di Bezos e Sanchez

Monini sostiene il Festival dei Due Mondi

Itaipizza per 'Jurassic World - La Rinascente' in edizione limitata e sulla metro milanese

Nasce ufficialmente Generazione Next, il gruppo di Assovini Sicilia dei giovani under 40

Fabrizi 1905 punta su trasparenza, economia circolare e lotta agli sprechi

Illycaffè acquisisce il distributore svizzero e rafforza la presenza diretta in mercati chiave

Olio EVO: proprietà nutrizionali e utilizzi in cucina

Calvé lancia la campagna 'Maio Land' contro il taste shaming, tendenza a ridicolizzare i gusti alimentari altrui

La nuova campagna Negrini 'La tua Buona Stella' con la regia di Paolo Genovese celebra un secolo di emozioni

Resta SEMPRE AGGIORNATO iscrivendoti alla nostra newsletter quotidiana (arriva ogni giorno alle 19)

Iscrivendoti dichiari di aver preso visione della [privacy policy](#).

69,2% per fare la spesa in modo consapevole.

Il cibo come antidoto alla frenesia

La convivialità diventa occasione di rigenerazione e identità. Tuttavia, il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è limitato a 60 minuti totali: 28 per il pranzo, 32 per la cena. Nei weekend si arriva a 75 minuti, ma resta il divario tra desiderio e realtà. Anche il tempo medio per cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. A fronte di un'attenzione crescente al cibo nei media – 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti online – il tempo realmente dedicato a queste attività resta scarso. Il 65,7% degli italiani è convinto che in passato si riuscisse a stare più a lungo a tavola, specie in famiglia.

La pausa pranzo come momento di benessere

Il 97% degli occupati ritiene che la pausa pranzo sia un momento di benessere e di rigenerazione. Tuttavia, il tempo medio dedicato al pranzo è di 24 minuti, contro i 30 minuti desiderati. La pausa pranzo è vista come un'opportunità per stare con la famiglia, ma anche per dedicarsi a hobby o attività sportive. Il 65,7% degli italiani è convinto che in passato si riuscisse a stare più a lungo a tavola, specie in famiglia.

Una nuova idea di benessere passa dalla lentezza

Il rapporto del Censis per **camst group**, ripreso anche da **Food Affairs**, ritrae un'Italia che vuole uscire dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani chiedono un tempo più lento, dove il cibo è un elemento centrale di cultura, identità e relazione. È nella lentezza che si può trovare il benessere, condiviso e in una pausa ben vissuta che si trova una risposta.



Cerca

Cerca

Nuovo Ranger®
Plug-In Hybrid

100% Ranger®
Zero Compromessi.

Scopri di più



«
Falsa recensioni online. Fipe: "Tema cruciale per le imprese, non si faccia marcia indietro"

Nuovo Ranger®
Plug-In Hybrid

Tuo a € 36.950
IVA esclusa.

Scopri di più



Related Post



NON PERDERTI



RISTORAZIONE

5 star

4 star

3 star

2

3

4

5

CLASSIFICHE

ECOMMERCE

Subito

Marketplace

3.069

4

eBay

Marketplace

2.937

5

Booking.com

Turismo

2.937



Ultime Notizie Località Turismo Food Lifestyle Intrattenimento Trump



Località Turismo Food Lifestyle Intrattenimento Trump



Search...

Search

Gli italiani e il rapporto con il tempo: il cibo come momento di relazione e rallentamento

Ultime Notizie

Località

Il rapporto **Censis-Camst** evidenzia come gli italiani, sopraffatti dai ritmi serrati e dalla digitalizzazione, desiderino rallentare dedicando più tempo al pasto condiviso, alla cucina e alle relazioni sociali.

Food

by **Donatella Ercolano** 27 Giugno 2025

Lifestyle

Intrattenimento

Trump

Community



Chi mi sa dire l'Oroscopo di oggi 24 Aprile 2025?

Di **ToobeeDev** 2 mesi fa



Grande Fratello chi è l'eliminato del 17 marzo 2025?

Di **Francesco Giuliani** 3 mesi fa



quando aprono i stabilimenti a gaeta?

Di **Francesco Giuliani** 3 mesi fa



Quando cominciano le luminarie di gaeta?

Di **Francesco Giuliani** 10 mesi fa



Quali sono le spiagge libere a gaeta?

Di **Francesco Giuliani** 10 mesi fa



Il rapporto **Censis-Camst** evidenzia come gli italiani, travolti dai ritmi frenetici e digitali, desiderino rallentare e vivere il pasto come momento di condivisione, benessere e relazione, riconoscendo il valore sociale e culturale del cibo. - Gaeta.it

f Facebook

WhatsApp

X Twitter

Il nuovo rapporto **Censis-Camst** mette a fuoco quanto gli **italiani** desiderino avere più tempo da dedicare a sé stessi e alle relazioni, soprattutto attraverso occasioni legate al **cibo**. In un Paese dove i ritmi quotidiani appaiono sempre più serrati e dominati dalla digitalizzazione, il valore del **pasto condiviso** emerge come un punto fermo. La ricerca è stata presentata a **Bologna** durante l'evento "Il

tempo sottile", in concomitanza con gli 80 anni del gruppo **Camst**.

La fatica degli italiani tra ritmi serrati e ansia da tempo

La ricerca disegna un quadro chiaro di un'Italia che si sente sopraffatta dai ritmi rapidi imposti dalla vita moderna e dalla tecnologia. Il **62,2%** degli intervistati afferma di non riuscire a portare a termine i compiti quotidiani, mentre l'**83,7%** confessa di provare ansia per la carenza di tempo. Questi dati indicano una pressione crescente che grava sulla gestione delle attività giornaliere, magari frammentate e interrotte dall'uso continuo di dispositivi digitali. Questo scenario si traduce spesso in una percezione di fretta, di un tempo che scappa via senza lasciare spazio al riposo o alla riflessione.

Abitudini alimentari e riduzione del tempo

Le abitudini alimentari risentono direttamente di questa situazione. Il tempo dedicato ai pasti si è ridotto drasticamente, con una media di soli **28 minuti** per il pranzo e **32 per la cena**, mentre la pausa pranzo si riduce a **24 minuti**. Questo significa meno opportunità per godere del pasto come momento di tregua e socializzazione. Nonostante questo, emerge chiaramente che il **cibo** mantiene un ruolo centrale nella vita degli italiani, che riconoscono il valore sociale e culturale del momento del pasto.

Leggi anche:



aggressione e furto ai danni di giovani turisti italiani e portoghesi nel cuore di palermo



La conviviale degli architetti a Castel di Sangro, tra visite culturali e nuove relazioni professionali

Il pasto come occasione di condivisione e rallentamento

Quasi il **95,3%** degli italiani sottolinea l'importanza di condividere il momento del pasto con altre persone. Questo dato evidenzia la dimensione relazionale del **cibo**, che va oltre la semplice nutrizione. Mangiare con calma, cucinare insieme o semplicemente sedersi a tavola con amici e parenti diventano gesti carichi di significato. Per molti si tratta di un modo *per fermare il tempo e creare legami, esperienze sempre più rare nella vita frenetica odierna*.

Il desiderio di rallentare emerge in maniera significativa anche nelle abitudini quotidiane: il **70,2%** degli intervistati vorrebbe accorciare il passo della routine, decidendo di fermarsi di più nella frenesia del giorno. Il **69,3%** vorrebbe dedicare più tempo alla cucina, mentre il **69,2%** punterebbe a fare la spesa in maniera più attenta e consapevole, un'attività che oggi sembra spesso relegata alla rapidità e alla comodità. Questi aspetti mostrano una ricerca concreta di momenti di lentezza attraverso pratiche semplici e familiari, dove il cibo diventa protagonista di una pausa preziosa.

Il ruolo della mensa aziendale nel benessere quotidiano

Le mense aziendali conservano un ruolo importante per molti lavoratori. La maggioranza, **9 persone su 10**, considera lo spazio dedicato al pasto sul luogo di lavoro come un'occasione per ricaricare le energie e migliorare la concentrazione. Questa funzione rende la mensa più di un semplice luogo per mangiare: diventa un punto di incontro, di scambio e anche di serenità, capace di contribuire alla qualità delle giornate lavorative e quindi alla produttività.

Investimenti e attenzione verso il benessere

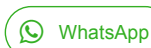
Molte aziende riconoscono questa importanza e investono, in modo più o meno strutturato, per offrire ai dipendenti momenti di pausa adeguati. L'attenzione verso il benessere passa anche da queste scelte, che possono incidere sul clima aziendale e sul modo in cui si affrontano le ore successive al pasto. Il rapporto conferma che il pasto sul luogo di lavoro mantiene una funzione sociale e permette di ritagliarsi un tempo personale, diverso da quello legato alle mansioni professionali.

Il cibo tra cultura, identità e tempo di qualità

Francesco Malaguti, presidente di **Camst**, ha spiegato come il cibo rappresenti molto più della semplice nutrizione. *Porta con sé storie, radici culturali e relazioni che contribuiscono a definire chi siamo.* Per **Camst** offrire tempo di qualità significa costruire un valore concreto per le persone. *Slentare il passo, riflettere sul cibo e viverlo in modo più pieno aiuta a ristabilire un contatto autentico con i momenti di ogni giorno.*

Massimiliano Valerii, direttore **Censis**, ha sottolineato che gli italiani cercano spazi di lentezza all'interno di una quotidianità sempre più dominata da stimoli digitali e da un flusso continuo di attività. *Questo desiderio si traduce nella ricerca di momenti conviviali, dove il tempo sembra dilatarsi e restituire una dimensione di serenità nelle relazioni.*

L'indagine **Censis-Camst** offre così uno spaccato preciso sulle tensioni contemporanee tra la velocità imposta dai nuovi modi di vivere e l'esigenza di fermarsi per ricostruire legami attraverso *act semplici come un pasto condiviso*. In un'Italia che non smette di correre, il tempo dedicato a sé, agli altri e al cibo resta una priorità sentita e concreta.



by [Donatella Ercolano](#) Published Giugno 27, 2025

Ultime notizie

[aggressione e furto ai danni di giovani turisti italiani e portoghesi nel cuore di palermo](#)

[La conviviale degli architetti a Castel di Sangro, tra visite culturali e nuove relazioni professionali](#)

[Nuovo impulso alla vela con la piattaforma Women in Sailing per promuovere team misti e formazione tecnica](#)

[Assemblea 2025 dell'ordine degli ingegneri di milano tra collegialità, formazione e dialogo istituzionale](#)

[Ordine degli ingegneri di milano: dalla tecnica alla leadership sociale nel 2025](#)



Copyright © 2025 proprietà Influencer Srls - Via Luca Bati 57 - Roma - P.iva 14920521003 - Gestione multimediale Too Bee Srl - Questo blog non è una testata giornalistica, in quanto viene aggiornato senza alcuna periodicità. Non può pertanto considerarsi un prodotto

Radicate nella natura, coltivate biologicamente

Il primo quotidiano sulla sostenibilità nel retail



NEWS A cura di: Nicola Mamo

Rapporto Camst-Censis: italiani desiderano più tempo per cibo e benessere

Presentato a Bologna il nuovo rapporto realizzato da Censis per Camst Group in occasione degli 80 anni dell'azienda, lo studio "Il tempo e il cibo" analizza l'impatto dell'accelerazione digitale sulle abitudini alimentari e sulla qualità della vita.

I dati raccolti delineano una società che vive una costante **carenza di tempo**, ma che identifica nei momenti legati al cibo un potenziale punto di equilibrio tra benessere personale e relazioni sociali.

Il 76,7% degli italiani desidera più tempo per sé, in particolare per cucinare e mangiare con calma. La pausa pranzo emerge come momento strategico: non solo per il recupero fisico, ma come strumento di **welfare aziendale**.

Tempo e cibo: un equilibrio fragile

La ricerca evidenzia che il tempo medio dedicato alla pausa pranzo è di appena **24 minuti** nei giorni lavorativi, mentre la cena si consuma in **32 minuti**. Solo il 3,3% degli occupati riesce a superare l'ora di pausa. Nonostante ciò, l'**86,7% la considera cruciale per il benessere personale** e l'**87,7% ne riconosce l'impatto positivo sulla produttività**.

Le aziende che offrono spazi accoglienti, cibo sano e orari flessibili sono percepite come più attrattive: l'**85% dei lavoratori valuta positivamente la presenza di aree ristoro ben organizzate**. In questo contesto, la mensa aziendale diventa una vera e propria "**caffetteria del benessere**", contribuendo alla fidelizzazione e al comfort organizzativo.

Convivialità e identità: il valore sociale del cibo

Il rapporto sottolinea il ruolo del cibo come leva culturale e relazionale: il **95,3% degli italiani attribuisce grande valore al tempo condiviso a tavola**, mentre il **69,3% vorrebbe dedicare più tempo alla cucina** e il **69,2% a una spesa consapevole**. L'84,2% cerca contenuti sul tema online, ma nel quotidiano il tempo dedicato resta scarso. Questa discrepanza alimenta un senso di frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli intervistati ritiene che un tempo si stesse più a lungo a tavola, specie in famiglia.

Un nuovo modello di qualità della vita

Lo scenario delineato dallo studio **Camst-Censis** invita a ripensare la gestione del tempo nei contesti lavorativi e privati. La richiesta implicita è chiara: **rallentare** per recuperare spazio mentale, relazionale e fisico. L'**alimentazione consapevole e condivisa** diventa così uno strumento per contrastare l'iperconnessione e le logiche della performance continua.

Per le imprese, offrire tempo e spazi adeguati per la ristorazione interna non è solo una questione logistica, ma un investimento in **benessere organizzativo e produttività sostenibile**. Un dato rilevante in un'epoca in cui le scelte di employer branding si giocano anche sulla qualità del tempo vissuto all'interno delle strutture aziendali.

NEWS | 27 Giugno 2025 | STAMPA | EMAIL | CONDIVIDI | [f](#) [X](#) [in](#) [wa](#) [m](#)

Articolo successivo: Barilla lancia la 7ª edizione di Good Food Makers Avanti

NOTIZIE DEL GIORNO



Fattoria Mantellassi: sostenibilità e innovazione nella viticoltura toscana

Marche e Plastic Free Onlus: firmato protocollo d'intesa

Oleificio Zucchi: brand rinnovato e gamma completa per il retail

Paolo D'Aprile è il nuovo AD di Deloitte Climate & Sustainability

I più letti della settimana

Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità' Giu 27,

Il degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto **Il tempo e il cibo**. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo realizzato da Censis per **Camst group** in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione. Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento **Il tempo sottile** promosso da **Camst group** e presentato dalla giornalista Mia Ceran. Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente **Camst**, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni. Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo. Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente **Camst group**. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri ha proseguito ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni. Il rapporto **In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking**, gli italiani sentono di vivere in una condizione di carestia di tempo: il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere. La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Il cibo come antidoto alla frenesia. La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online. Nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia. La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere. Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria caffetteria del benessere, che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Una nuova idea di tempo e qualità della vita. La ricerca Censis per **Camst group** disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.

Gli italiani vogliono tempo per cibo e convivialita'. Il Rapporto Censis-Camst

Gli italiani vogliono mangiare bene ma hanno sempre meno tempo: solo 24 minuti per il pranzo. Il ruolo delle mense aziendali nel Rapporto Censis-Camst. INDAGINI E RICERCHE - Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento Il tempo sottile promosso da Camst group e presentato dalla giornalista Mia Ceran. Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente Camst, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni. Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo. Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente Camst group. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha proseguito ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni. In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di carestia di tempo: il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere. La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Il cibo come antidoto alla frenesia La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia. La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria caffetteria del benessere, che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Una nuova idea di tempo e qualità della vita La ricerca Censis per Camst group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per



farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere. Leggi la notizia anche su HostyNews.com Horecanews.it informa ogni giorno i propri lettori su notizie, indagini e ricerche legate alla ristorazione, piatti tipici, ingredienti, ricette, consigli e iniziative degli chef e barman, eventi Horeca e Foodservice, con il coinvolgimento e la collaborazione delle aziende e dei protagonisti che fanno parte dei settori pasticceria, gelateria, pizzeria, caffè, ospitalità, food e beverage, mixology e cocktail, food delivery, offerte di lavoro, marketing, premi e riconoscimenti, distribuzione Horeca, Catering, retail e tanto altro!



Accedi

Le Marche invecchiano

Alessandro Caporaletti

ECONOMIA

Abbonamento mensile:

6 € al mese

Caldo quando finisceIncidente A1 BolognaStuprata per stradaStrage di UsticaSaldi estivi dateCarlino 140 anni

CITTÀ ▾

MENÙ ▾

SPECIALI ▾

VIDEO

ULTIM'ORA

Ricerca

27 giu 2025

Il Resto del Carlino Bologna Economia **Camst** compie 80 anni e s...

GIOVANNI DI
CAPRIO
Economia



Camst compie 80 anni e svela il rapporto tra gli italiani e il cibo. "E' benessere"

La ricerca Censis: "Per vivere meglio è necessario dedicare più tempo per sé stessi e all'alimentazione"



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Camst compie 80 anni: il presidente Francesco Malaguti (a destra) con il sindaco Matteo Lepore (foto Schicchi)

PER APPROFONDIRE:

ARTICOLO: **Camst** group, assemblea e via libera al bilancio

ARTICOLO: Samp cresce e trasloca a Quarto Inferiore

ARTICOLO: Officine Maccaferri: commessa da 25 milioni di dollari con l'esercito Usa

Bologna, 27 giugno 2025 – "Il tempo sottile". **Camst** ha adottato un titolo audace per festeggiare un anniversario importante come quello degli **80 anni**. Un traguardo significativo per la cooperativa nata il 16 giugno 1945, quasi **due mesi dopo la Liberazione**. Una storia iniziata con l'obiettivo di stare insieme e dare un lavoro a tutti i cuochi, camerieri e baristi in un periodo di forte disoccupazione. L'iniziativa è nata nel bolognese da un'idea di **Gustavo Trombetti** - ex compagno di cella di Antonio Gramsci nel carcere di Turi -, proprio dopo la fine della Seconda Guerra Mondiale, dove Trombetti ha combattuto come partigiano. Ottant'anni che **Camst** ha festeggiato a Palazzo Re Enzo in una sala gremita di amici e persone vicine all'attività della cooperativa. "**Il tempo**, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha raccontato Francesco Malaguti, presidente **Camst** - ed è necessario guardare alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività".



I primi 80 anni di **Camst**: la cooperativa è stata fondata da Gustavo Trombetti il 16 giugno 1945, poco dopo la Liberazione (foto Schicchi)

Il rapporto **Camst-Censis**

Per i suoi 80 anni, **Camst** ha collaborato con il Censis per la stesura di 'Il tempo e il cibo - La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo', lo studio dove viene descritto il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari. E delinea il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità: gli italiani vogliono vivere meglio, per farlo **chiedono più tempo per sé stessi e il cibo è cultura, identità e relazione**.

Hanno mostrato il resoconto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis, e Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare Censis. "Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama

– afferma Lena -. In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di 'carestia di tempo': il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova **ansia** per questo motivo. La **tecnologia**, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere".

La risposta a tutto questo? "**Rallentare e ritrovare tempo per sé e il cibo**", secondo Lena. Infatti, il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Dunque, **alimentarsi è l'antidoto alla frenesia**. E la convivialità rappresenta un momento rigenerante. Come se ci fosse una nostalgia di quando si passava più tempo a tavola: "Il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di 60 minuti complessivi (**28 minuti per il pranzo, 32 per la cena**). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi", continua Lena.

Non solo nutrizione, di vitale importanza, secondo gli italiani, è il benessere. Tra gli occupati, infatti, il 97% effettua una **pausa pranzo**, ma solo **il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora**. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili.

"Una vera e propria 'caffetteria del benessere', che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese", dice Lena. È difficile non sentirsi fotografati in questi dati. "Gli italiani risentono dell'**accelerazione dei ritmi di vita** imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale, colmando ogni istante libero", ha detto Valerii. "Ecco perché è alto il valore che gli italiani attribuiscono ai **momenti di relax**. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, allentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo".



Camst compie 80 anni: il presidente Francesco Malaguti (a destra) con il sindaco Matteo Lepore (foto Schicchi)

Le istituzioni

A Palazzo Re Enzo è arrivato anche il sindaco Matteo Lepore, che ha dato una cornice valoriale di quello che rappresenta Camst: "Nella sua storia la cooperativa si è sempre occupata del lavoro – dice -. **La qualità del cibo fa la differenza tra la vita e la morte**. Per questo ha senso che un'attività simile operi all'interno della città". In seguito è intervenuto Giovanni Paglia, assessore regionale al Lavoro: "Camst è composta da lavoratori

che fanno del bene a sé stessi ma soprattutto agli altri, i cui valori non sono mai cambiati.

Gli esperti

Stefano Quintarelli, esperto di processi di digitalizzazione, ha descritto "il vincolo tra lavoro e tempo nell'era della digitalizzazione, il fenomeno principale che ha avvolto il nostro mondo". Un punto di riferimento per i medici italiani è la divulgatrice scientifica Silvia Bencivelli, che a Palazzo Re Enzo ha trattato di "cura e la percezione del tempo nella nuova medicina". Chiude l'agroeconomista Andrea Segrè con la relazione: "Sostenibilità. Tempo scaduto?". Ha concluso la mattinata l'attore Alessandro Bergonzoni: "Pane al tempo".



© Riproduzione riservata

TAG DELL'ARTICOLO

Anniversario Cibo Lavoro Matteo Lepore

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE

Economia

Samp cresce e trasloca a Quarto Inferiore

Economia

Bologna, vola il turismo: record di presenze e pernottamenti (+14%). Ma preoccupano i salari

Economia

Presidio farmacisti davanti alla sede di Federfarma: ecco di cosa si è discusso

Economia

Datalogic, anche il contributo per il funerale nel nuovo contratto integrativo

Economia

Sciopero 20 giugno 2025 Tper: bus e corriere a rischio (e pure il People mover)



QN

Robin Srl Società soggetta a direzione e coordinamento di Monrif

ITALIAN FOOD TODAY
 QUOTIDIANO DELLA FILIERA AGROALIMENTARE E DELL'HO.RE.CA


HOME

DALLE AZIENDE ▾

GDO RETAIL

MONDO HORECA

TECNOLOGIE

IMPRESE & C

CANALI ▾

CONTATTI ▾

MONDO HORECA

ITALIANFOODTODAY È PARTNER DI AIC

Associazione
Italiana Cuochi

Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

RISTORANDO

La Piadineria fa rotta sul Mezzogiorno

Giancarlo Perbellini chef guest della
Cena dei Mille di Parma

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto **"Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo"** realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione.

Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento "Il tempo sottile" promosso da Camst group.

In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di **"carestia di tempo"**: il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere.

La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo.

Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole.

Il cibo come antidoto alla frenesia

La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi.

A fronte di una **crescente attenzione mediatica per il cibo** – 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online – nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia.

La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere

Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria **"caffetteria del benessere"**, che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese.

Una nuova idea di tempo e qualità della vita

La ricerca Censis per Camst group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella

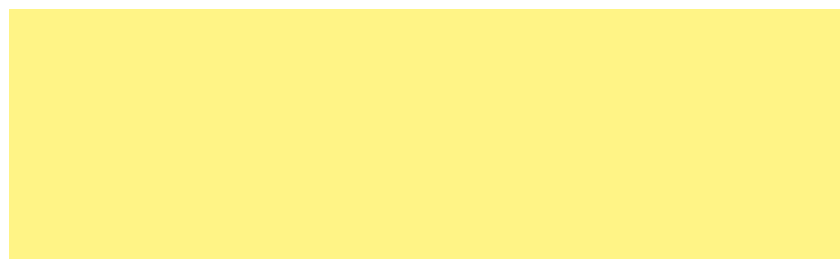
Manuel Maiorano tra i protagonisti di
"Masters of Pizza" di Como

Il ristorante Maido a Lima, in Peru, è il
The World's Best Restaurant 2025

[ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER](#)

lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.

Per ulteriori informazioni:



Etichette: [camst](#) cibo e convivialità italiani e cibo Rapporto [Censis-Camst](#)

ARTICOLO PRECEDENTE

Per il caffè previsioni di aumenti produttivi, ulteriore incremento di prezzo per l'olio di cocco

ARTICOLO SUCCESSIVO

FIPE: avanti con la lotta alle false recensioni online

LASCIA UN COMMENTO

Commento *

Nome *

Email *

Sito web

MONDO HORECA

FIPE: avanti con la lotta alle false recensioni online

27 GIUGNO 2025

MONDO HORECA

Rapporto [Censis-Camst](#): italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

27 GIUGNO 2025

NOTIZIARIO AGROALIMENTARE

Per il caffè previsioni di aumenti produttivi, ulteriore incremento di prezzo per l'olio di cocco

27 GIUGNO 2025

BEVERAGE / IMPRESE & C

Cinzano passa da Campari al Gruppo Caffo

27 GIUGNO 2025

TECNOLOGIE

Dal Tetra Pak riciclato gli interni della Grande Panda

26 GIUGNO 2025

CARNI & PESCE

Salumi: crescono produzione ed export, ma calano i consumi interni, Assemblea ASSICA

26 GIUGNO 2025

Alessio Mammi Assica Assitol Assobibe AssoBirra

Beer&Food Attraction

BolognaFiere Cibus Circana **coldiretti**

Confagricoltura Conserve Italia

Federalimentare **Fiera di Rimini**

Fiera Rimini Fiere di Parma Filiera Italia

Fipe Fipe Confcommercio

Foodservice Francesco Lollobrigida GDO

Granarolo Gruppo Cremonini Horeca

IEG IEG - Italian Exhibition

Group ISMEA Italgrob Italmopa Macfrut

MASAF panettone Regione Emilia Romagna

RiminiWellness **Sigep** Sigep Rimini TuttoFood

UCIMA Unionbirrai Unione Italiana Food

Unione Italiana Vini VeronaFiere

Vinitaly vino

E' sparita la pausa pranzo: il 97% degli italiani dedica appena 20 minuti al giorno

I dati del Censis: solo il 7% delle persone riesce a fermarsi per un'ora. Il paradosso è che intanto cresce l'interesse per contenuti dedicati al cibo e alla cucina sui social e in tv. Ma chi l'avrebbe mai detto? Non stiamo più a tavola. O meglio, ci stiamo molto meno di quanto vorremmo: 24 minuti di media, nei giorni in cui lavoriamo, spesso anche meno. Ma sogniamo di restarci di più, anche per chiacchierare. E poi, passiamo un sacco di tempo a vedere reels di manicaretti sui social, cerchiamo le ricette online e vediamo gli chef in Tv, rimpiangendo i bei tempi andati di Alberto Sordi con la bocca piena di spaghetti a dire: «Maccarone, m'hai provocato e mo' me te magno». L'ha scoperto il colosso della ristorazione nazionale **Camst**, che oggi compie 80 anni, li festeggia nella città in cui è nato, Bologna e, tra le altre cose, si è regalato un report del Censis sulle abitudini alimentari degli italiani che, oltre a molti dati, contiene anche un monito: riprendiamoci il tempo per pranzare. Ne va della nostra salute mentale e fisica, nonché di fatturati e Pil. I numeri dello scontento. Come si dice di solito, i dati sono allarmanti. Soprattutto, se si tiene conto della reputazione culinaria della patria: solo il 7% degli italiani riesce a dedicare un'ora intera alla pausa pranzo, nei giorni feriali. Il 97% (percentuali bulgare!) impiega invece appena 24 minuti per consumare il pasto del mezzogiorno. È curioso, inoltre, vedere come una percentuale di cittadini molto vicina alla precedente, l'87,9%, si dice scontento della sua routine alimentare nei giorni di lavoro. Vorrebbero avere più tempo per mangiare, non solo per nutrirsi, ma proprio per il momento relazionale con i commensali. Il boom della cucina in tv. Come non bastasse, dal rapporto intitolato «La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo», emerge che continuiamo a coltivare la nostra passione per il cibo in forma, per così dire, virtuale: 14 milioni di noi dicono di guardare i programmi di cucina in tv. Eventi di show cooking, nel gergo delle produzioni televisive: c'è chi ne ha visto almeno uno e chi mente. In più, ben il 66% degli intervistati ammette di cercare ricette online o vedere reel di cucina sui social che però, a quanto pare, faticiamo a mettere in pratica durante la settimana, se incrociamo questi dati con i precedenti. Alimentazione e benessere «Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero», ha detto questa mattina da Bologna Massimiliano Valerii, consigliere delegato del Censis. «Ecco perché è alto il valore che attribuiamo ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro». Francesco Malaguti, presidente **Camst** group, si è soffermato invece su come chi fa ristorazione e più in generale welfare aziendale, debba prendere atto di questi cambiamenti e trovare soluzioni per migliorare la qualità della vita dei lavoratori. «Nei contesti professionali - ha detto il manager - emerge chiaramente che una pausa pranzo di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri». I commenti dei lettori





Home

Ultime News

Focus

Coworking

Dalle Aziende

myfruit.TV



CONSUMI E CONSUMATORI



27 giugno 2025

Tutti pazzi per il cibo (online), ma i pasti durano poco

Il cibo è sempre più presente nelle nostre vite digitali, **ma sempre meno in quelle reali**. Una ossessione, anzi la "Food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" firmato da Censis per **Camst** group in occasione dell'80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione. E' l'ortofrutta? Vista l'attenzione altissima per la narrazione online, più la ricerca di informazioni, può solcare queste onde digitali e occupare più spazio per avere poi un ritorno nei consumi.

Ossessione digitale, poco tempo reale dedicato al consumo

L'ortofrutta paga le conseguenze del tempo ristretto dedicato al consumo. Lo confermano i dati presentati al convegno "Il tempo e il cibo" di **Camst** dove la ricerca del Censis mette in risalto una contraddizione: il 69,3% degli italiani desidera più tempo per cucinare e il 69,2% vorrebbe poterne dedicare di più alla spesa, ma nella realtà quotidiana **si hanno a disposizione solo 32 minuti per cucinare nei giorni feriali e appena un'ora complessiva per consumare i pasti**. Più nel dettaglio 28 minuti per il pranzo, 32 per la cena. Nel fine settimana non si recupera, non si superano i 75 minuti. Sembra che la fretta dei giorni feriali si sia incorporata nell'approccio al cibo anche quando si ha più tempo a disposizione.



CATEGORIE

RETAIL

REPARTO ORTOFRUTTA

INGROSSO

FRUTTIVENDOLI E NON SOLO

POLITICHE AGRICOLE

TREND E MERCATI

INNOVAZIONI, TECNOLOGIE E PACKAGING

BIOLOGICO

PRODOTTI

AZIENDE E PERSONE

EVENTI E FIERE

Tag Popolari

GDO

Ortofrutta

mele

ingrosso

nocciole

myfruit.TV

Scopri di più



A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo – **14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online** – nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato.

2.1 / La proliferazione di informazioni sul cibo: italiani che guardano trasmissioni tv



In questo scenario, prodotti ortofrutticoli che **richiedono tempo per essere puliti e preparati** – come carciofi, asparagi, cavoli o zucchine – **rischiano di essere penalizzati**. La "carestia di tempo" che colpisce il 62,2% degli italiani si scontra con preparazioni che, in molti casi, richiede gesti lenti, manualità e cura.

La ricerca del Censis: gli italiani vogliono avere più tempo da dedicare ai pasti

Sara Lena, ricercatrice del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto dove emerge che nonostante la fame di tempo **"Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività"**. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: **il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia**, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, **il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole**.

2.3 / Vorrei avere più tempo a tavola

Gli italiani vorrebbero **più tempo** per:

87,9% occasioni di **convivialità a tavola**

69,3% dedicarsi alla **cucina**

69,2% per fare bene la **spesa alimentare**

Nostalgia per quando si restava a tavola più a lungo

Il 65,7% nella propria famiglia d'origine aveva più tempo da dedicare alla convivialità a tavola

CENSIS 80° Camst

"Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo" ha dichiarato **Francesco Malaguti, presidente Camst group**. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri – ha proseguito – ed è necessario **guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità** a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni".

Le indicazioni utili per la filiera ortofrutticola

Numeri preziosi per il mondo della produzione, del commercio e della ristorazione. Spunta la classica domanda: Che fare? La ricerca Censis per **Camst** indica dei percorsi "in una società

che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. **Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi.** Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: **è cultura, identità, relazione.** Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere".

Sono concetti e idee utili anche per la filiera dell'ortofrutta che da tempo sta investendo nella ricerca di prodotti di alta qualità e soluzioni capaci di rispondere ai ritmi reali delle persone. Insomma una ricerca generale sul rapporto e le dinamiche con il cibo ma che utile anche per il mondo dell'ortofrutta.

Gian Basilio Nieddu

POTREBBE INTERESSARTI ANCHE



Tutti pazzi per il cibo (online), ma i pasti durano poco

Ricerca Censis per **Camst**: 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema. Un'opportunità da sfruttare per l'ortofrutta

Logistica e Gdo, Assotir lancia una sezione dedicata

Circa 500 centri di distribuzione alimentano quotidianamente oltre 20mila punti di vendita su tutto il territorio nazionale. A guidarla sarà Federico Di Carlo

Iscriviti alla newsletter

Nome

Cognome

Email *

Attività dell'azienda

- ☐ Fruit Lover
- ☐ Grande Distribuzione
- ☐ Ho.Re.Ca
- ☐ Ingrosso
- ☐ Produzione
- ☐ Retail
- ☐ Servizio
- ☐ Tecnologia

Nome Azienda

CHI SIAMO CONTATTI

f i in y

ORE12WEB
ITALIAUna squadra di grandi firme
con blog di approfondimento
e format inediti

>> Italpress

Home ORE12 Economia ORE12 Sanità Costume e Società Ricerca e Innovazione Mondo Salute nel Mondo News



Home > Costume e Società > Gli italiani vogliono rallentare: meno digitale e più tempo per mangiare bene...

COSTUME E SOCIETÀ

Gli italiani vogliono rallentare: meno digitale e più tempo per mangiare bene insieme

Dal Rapporto **Censis-Camst** emerge una nuova idea di benessere: meno smartphone, più convivialità e pause pranzo di qualità nei luoghi di lavoro

In un'Italia sempre più affaticata dall'accelerazione digitale e da giornate scandite da notifiche e ritmi frenetici, cresce il bisogno di riconnettersi con il proprio tempo e con i piaceri della tavola. A rivelarlo è il nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo", realizzato da **Censis per Camst Group** in occasione dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione, presentato oggi a **Palazzo Re Enzo a Bologna** durante l'evento "Il tempo sottile".

Secondo l'indagine, **oltre il 76% degli italiani desidera avere più tempo per sé**, soprattutto da dedicare al cibo: cucinare con calma, sedersi a tavola in compagnia, fare la spesa in modo consapevole. Tuttavia, la realtà è ben diversa: in media si dedicano **solo 60**



POST RECENTI

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

minuti ai pasti nei giorni feriali (28 al pranzo, 32 alla cena), e appena 24 alla pausa pranzo.

“Gli italiani risentono dell’accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un’attrazione fatale colmando ogni istante libero”, ha spiegato **Massimiliano Valerii**, consigliere delegato del Censis. “Una migliore qualità della vita significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri”.

Il cibo come rifugio nella società della performance

Nonostante **il 95% degli italiani consideri importante il tempo passato a tavola**, la “carestia di tempo” è ormai una condizione diffusa: il 62% non riesce a completare le proprie attività quotidiane e oltre l’83% prova ansia per questo. Il cibo, in questo contesto, assume il ruolo di **antidoto alla frenesia** e strumento di benessere sociale.

Eppure, a fronte di una **forte presenza mediatica del food** (84% degli italiani cerca contenuti online sul tema e 14 milioni seguono programmi culinari), i momenti reali dedicati alla cucina e alla convivialità continuano a ridursi. Da qui nasce un senso di **frustrazione e nostalgia**: il 65% è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola con la propria famiglia.

Pausa pranzo: oasi di benessere (e produttività)

Tra i lavoratori, il 97% fa una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un’ora. La media resta sui 24 minuti. Tuttavia, **l’86% considera questo momento fondamentale per il benessere personale** e quasi il 90% crede che incida positivamente anche sulla produttività.

Non è un caso che, secondo il rapporto, l’85% dei lavoratori auspichi **mense aziendali accoglienti e ben organizzate**, con cibo sano, ambienti curati e orari flessibili: vere e proprie “caffetterie del benessere” in grado di attrarre e fidelizzare talenti.

“Nei contesti di lavoro emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone”, ha dichiarato **Francesco Malaguti**, presidente di **Camst group**. “Per noi il tempo è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri”.

Più tempo per vivere meglio

La ricerca **Censis-Camst** tratteggia il profilo di un’Italia che vuole **liberarsi dalla logica della performance** e tornare a vivere con lentezza. In questo quadro, il cibo non è più solo nutrizione, ma **cultura, identità e relazione**.

È nella lentezza di una cucina fatta in casa, in una cena con amici o in una pausa pranzo ben vissuta che si riscopre il vero significato del **tempo di qualità**, oggi sempre più raro e prezioso.

TAGS ALIMENTAZIONE BENESSERE CAMST CENSIS CONVIVIALITÀ DIGITALE PAUSA PRANZO

Il Regno Unito avvia un’inchiesta su morti ospedaliere di madri e...

ORE12 Sanità

ESCLUSIVO! L’Italia in difficoltà se chiudesse lo Stretto di Hormuz

In primo piano

Marche: 30,6 milioni per la residenzialità sanitaria e sociale

ORE12 Sanità

Sanità italiana: 115 Pronto Soccorso chiusi in 12 anni secondo lo...

News

Eli-STAM in Lombardia: al via il trasporto materno assistito con elisoccorso...

ORE12 Sanità

ISCRIVITI ALLA NOSTRA NEWSLETTER E RIMANI SEMPRE AGGIORNATO!

Nome:

Cognome:

Email:

Invia

Articolo precedente

Il Regno Unito avvia un’inchiesta su morti ospedaliere di madri e neonati

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Rapporto **Censis-Camst**: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità'

(Teleborsa) - Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per **Camst** group in occasione dell'80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione. Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento "Il tempo sottile" promosso da **Camst** group e presentato dalla giornalista Mia Ceran. Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente **Camst**, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni. "Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. "Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo". "Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo" ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente **Camst** group. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha proseguito - ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni". Il rapporto In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di "carestia di tempo": il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere. La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Il cibo come antidoto alla frenesia La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia. La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria "caffetteria del benessere", che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese. Una nuova idea di tempo e qualità della vita La ricerca Censis per **Camst** group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere. Principali Indici Servizio a cura di Teleborsa

Ven. Giu 27th, 2025



Salute Domani
Il portale del benessere



Home

Archivio Malattie Infettive

Ascolta Il Podcast

Chi Siamo

English News



Iscriviti Alla Newsletter

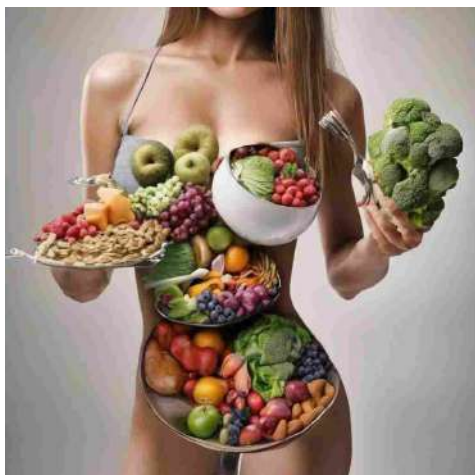
Privacy Policy

Tg Salutedomani TV

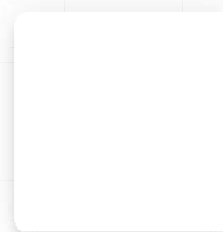
ALIMENTAZIONE RICERCA

CIBO. RAPPORTO CAMST-CENSIS: CHE OSSESSIONE, MA MANCA TEMPO PER GODERSELO

🕒 Giu 27, 2025 📌 [#Camst](#), [#censis](#), [#cibo](#), [#Food Obsession](#), [#indagine](#), [#Malaguti](#), [#mangiare](#), [#ricerca](#), [#tempo](#)



Nell'abbondanza di tutto, nella bulimia che caratterizza l'oggi, nelle società avanzate l'unica cosa che manca è il tempo. Specie per il cibo. Di tempo non ce n'è mai abbastanza. Tanto che, secondo il rapporto "Il tempo e il cibo" realizzato dal Censis per [Camst](#) in occasione dell'80 anniversario della cooperativa, gli italiani sentono di vivere in una "carestia di tempo".



Il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. "La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere", spiega l'istituto di ricerca in occasione dell'evento "Il tempo e il cibo. Food Obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo", che si è tenuto oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo. La risposta al logorio della vita moderna? "Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo", dicono gli intervistati. Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena).

Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. Eppure il cibo è una vera ossessione: 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online, ma nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato.

La ricerca, poi, si incrocia con il 'core business' di **Camst**, colosso italiano della ristorazione collettiva e delle mense. Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. "Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo. Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture", osserva il presidente di **Camst** Francesco Malaguti, group.

"In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni", sottolinea a margine dell'evento. Oggi, intanto, si terrà l'assemblea dei soci per l'approvazione del bilancio 2024 approvato dal consiglio di amministrazione, che, anticipa Malaguti, registra ricavi consolidati per 612 milioni e un utile di 33 milioni (547 milioni di ricavi e 7 milioni di utile per la capogruppo). "Siamo andati molto bene, l'impresa è in un salute in un mondo dei servizi in cui quando guadagni l'1% è un grande risultato", conclude.



« INAPP: 2 MILIONI DI ITALIANI RINUNCIANO A CURE PER MOTIVI ECONOMICI »

Ricerca: il tumore al fegato cambia pelle grazie al metabolismo »

Articoli correlati



Cerca



Categorie

Alimentazione

Ambiente



Venerdì 27 Giugno 2025, ore 16.25



teleborsa

09 A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U

Home Notizie Quotazioni Rubriche Agenda Video Analisi Tecnica

Home Page / Notizie / Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

Rapporto Censis-Camst: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

Lo studio realizzato in occasione degli 80 anni dell'azienda di ristorazione

Economia 27 giugno 2025 - 16.14



(Teleborsa) - Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto. È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" realizzato da Censis per Camst group in occasione dell'80esimo anniversario dell'azienda di ristorazione.

Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato oggi a Bologna a Palazzo Re Enzo durante l'evento "Il tempo sottile" promosso da Camst group e presentato dalla giornalista Mia Ceran.

Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Giovanni Paglia, assessore alle Politiche abitative, Lavoro e Politiche giovanili della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente Camst, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segre, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni.

"Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha detto Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis. "Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo".

"Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo" ha dichiarato Francesco Malaguti, presidente Camst group. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri - ha proseguito - ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si

Altre notizie

- "Digitale su Misura": Digital Angels al fianco di Binario F per promuovere il valore strategico del digitale
- Eurozona, inflazione maggio in calo all'1,9% su anno: sotto le attese
- Italia, estate 2025: tra turismo ed esperienze enogastronomiche
- Estate 2025: l'83% degli italiani andrà in vacanza nonostante rincari e incertezze
- Pac: Cia, uniti in Europa a difesa del cibo. No al Fondo unico
- TIM e Carlo Conti ancora insieme: on air nuovo spot

Seguici su Facebook

Facebook

affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, **emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone**, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni".

Il rapporto

In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di "carestia di tempo": **il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo**. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere.

La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo.

Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole.

Il cibo come antidoto alla frenesia

La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di **appena 60 minuti complessivi** (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi.

A fronte di una crescente attenzione mediatica per il cibo – **14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online** – nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia.

La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere

Tra gli occupati, **il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora**. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria "caffetteria del benessere", che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese.

Una nuova idea di tempo e qualità della vita

La ricerca Censis per **Camst group** disegna il profilo di **una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità**. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.

Condividi



...

Leggi anche

- Ricerca Adyen: 67% italiani preferisce pagamenti digitali quando acquista cibo e bevande
- Spid, appello di Assintel al Governo: lavoriamo insieme perché resti gratuito
- NASpi, arrivano i chiarimenti e gli aggiornamenti dell'INPS
- Unione Italiana Food, investiti 3 miliardi di euro ogni anno per un made in Italy più sostenibile e di qualità



SEZIONI

Tutte le notizie
Italia
Europa
Mondo
Ambiente
Banche
Economia
Finanza
Politica
Scienza e tecnologia
Assicurazioni
Energia
Lusso
Comunicati Corporate

QUOTAZIONI

Tutti i mercati
Azioni Italia
ETF ETC/ETN
Obbligazioni
Fondi
Cambi e Valute
Materie Prime
Tassi
Futures e Derivati
Sedex
Warrant
Rating Agenzie
EuroTLX

RUBRICHE

Gli Editoriali
Gli Speciali
Top Mind
Guide

VIDEO

Il Punto sulle Commodities
Buongiorno dalla Borsa
1 minuto in Borsa
Focus sugli ETF
Notizie dal Forex
Tutti i Video

AGENDA

Eventi
Calendario Macro
Calendario Dividendi
Coefficienti di rettifica e
Corporate Actions

TRC
BOLOGNA

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

di Giulia Leonelli

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

27 Giugno 2025

105047-IT074A

13:43

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

CORRELATI

Commissione speciale gestione rischi idraulici e idrogeologici. VIDEO
di Giulia Leonelli - 27 Giugno, 2025

Incidente in A1, code fino a 10 km nel bolognese
di Redazione - 27 Giugno, 2025

Pedone investito da autobus a Porta Castiglione, davanti ai Giardini Margherita. E' grave. VIDEO
di Alice Loreti - 26 Giugno, 2025

MOLTO PIÙ DI UNA CARTA FEDELTÀ.

DIVENTA SOCIO

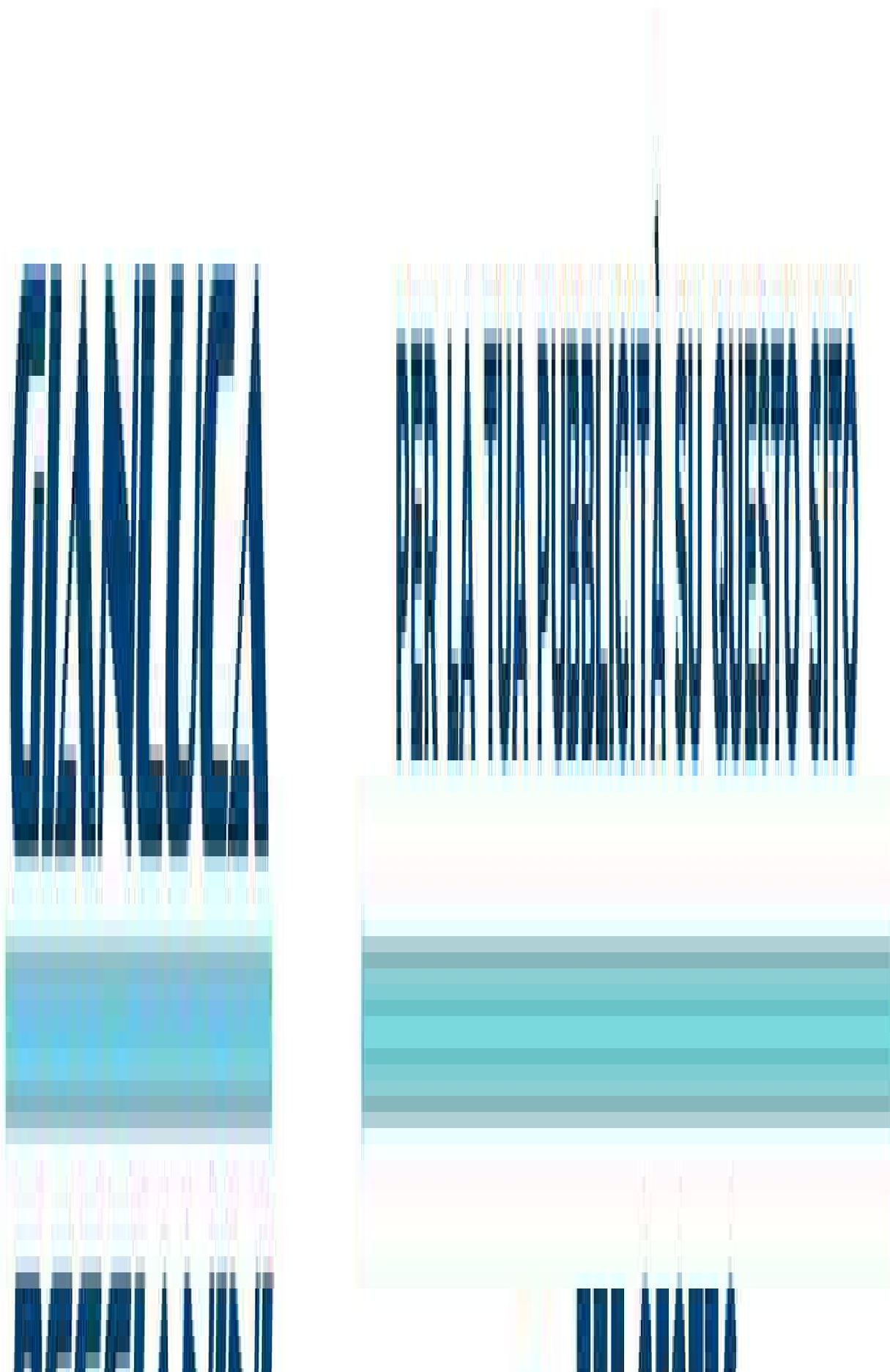


Economia

Camst celebra 80 anni e analizza il rapporto degli italiani con il cibo. VIDEO

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A



Da uno studio Censis emerge la forte volontà degli italiani di rallentare proprio per dedicarsi di più anche al cibo

BOLOGNA – Sono ben ottanta le candeline spente da **Camst** Group che con l'iniziativa "Il tempo sottile" celebra le scelte alimentari di qualità che caratterizzano scuole, aziende, ospedali e case di cura in cui opera, ma anche e soprattutto il tempo da dedicare ai pasti. In un'epoca digitale dove tutto scorre veloce, il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama fare, a risentirne in particolare di questa fretta generale il rapporto con il cibo. Le pause pranzo si fanno di corsa, con una durata media di 24 minuti, quando una pausa pranzo di qualità renderebbe più produttivi ben 9 lavoratori su 10. Poco tempo da dedicare anche alla cena: il rapporto realizzato da Censis per **Camst** parla di una media di 32 minuti. Tra i temi centrali alla mission del gruppo anche la lotta allo spreco alimentare.

© Riproduzione riservata

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A



BUONI PASTO BUONI ACQUISTO WELFARE AZIENDALE GESTIONE RISORSE UMANE UTILIZZATORI NEWS



BUONI ACQUISTO

GENNAIO 19, 2026

0 Commenti

PICNIC SOLIDALI E SOCIAL EATING: CONVIVIALITÀ E BENESSERE IN AZIENDA

Condividere il pranzo fra colleghi è un'abitudine che migliora il clima di lavoro. Prima di tutto, è importante concedersi una **vera pausa**: prendersi il tempo per mangiare con calma, senza restare davanti al computer o continuare altre attività. Ma è ancora meglio quando il pasto diventa **un momento in compagnia**: sedersi insieme attorno a un tavolo permette di conoscersi meglio, favorisce la collaborazione e rafforza la fiducia reciproca.

Chi trasforma la pausa pranzo in un momento condiviso con i colleghi si dichiara in media più felice e più soddisfatto della propria vita, con effetti positivi anche sulla motivazione professionale. A confermarlo c'è [una ricerca Censis-Camst](#), secondo cui oltre tre quarti degli intervistati vorrebbe avere più tempo da dedicare ai riti legati al cibo e allo stare insieme. Un segnale di quanto il pranzo resti un bisogno sociale profondo, anche nella frenesia della vita lavorativa.

- [Il social eating in Day: i picnic solidali](#)
- [Come organizzare un evento Social Eating](#)
- [Dal picnic solidale alla pausa quotidiana: il valore dei Buoni Day](#)



SEI UN'AZIENDA?

Cerchi una soluzione vantaggiosa per i tuoi dipendenti?

[RICIEDI INFO](#)

Il social eating in Day: i picnic solidali

Prendersi cura del benessere dei dipendenti è la missione di Day, sia attraverso i servizi offerti alle aziende clienti che al suo interno. Per questo, in primavera e in autunno, vengono organizzati i **picnic solidali**: pause condivise tra colleghi, diverse dai pranzi e dalle cene tradizionali. Sono incontri informali all'aperto, in cui ciascuno porta qualcosa da condividere e che diventano occasioni per parlare dei progetti di solidarietà portati avanti durante l'anno.

Un esempio è il picnic nel Giardino pubblico Collina Meraville, organizzato proprio in quell'area per celebrare la **piantumazione di 80 alberi** — olmi, noci e cornioli, uno per ogni dipendente dell'HQ di Bologna dell'epoca — realizzata da Day insieme al Comune di Bologna e Avola Coop.

In un'altra occasione sono state presentate due realtà bolognesi sostenute da Day: **Re-Use With Love**, che promuove il riuso e l'economia circolare, ed **Equi-Libristi** (sostenuto anche dalla **Fondation Upcoop**), con il progetto #JustRead, una libreria itinerante che ridona vita ai libri salvati dal macero, portando cultura anche dove biblioteche e librerie non arrivano.

Nel picnic più recente, a settembre 2025, è stata ricordata **l'Operazione ZeroVirgola**, l'iniziativa di Up Coop ("Arrondi sur salaire") che consente ai dipendenti di donare i centesimi dello stipendio — o una quota fissa mensile — a due associazioni scelte collettivamente. All'evento ha partecipato **Ageop**, che sostiene i bambini malati di tumore e le loro famiglie: la coordinatrice Giada Oliva ha raccontato i progetti realizzati, dando concretezza al valore della solidarietà.

Così i picnic solidali diventano momenti di convivialità che rafforzano lo spirito di gruppo, ma anche degli spazi per riconoscere e condividere l'impegno di Day e dei suoi dipendenti a favore della comunità e del territorio.

Come organizzare un evento Social Eating

Organizzare un pranzo condiviso in azienda è più semplice di quanto sembri e può diventare un'esperienza molto piacevole e utile per il team. Basta scegliere uno spazio all'aperto, come un parco vicino all'ufficio o un'area verde condominiale, stendere un telo sull'erba e lasciare che ognuno porti qualcosa da condividere: un piatto cucinato in casa o comprato, un dolce o della frutta di stagione.

Per coordinare meglio quantità e varietà, può essere utile un file condiviso dove ciascuno comunica in anticipo cosa intende portare. Per un picnic ben organizzato servono poi tavoli di appoggio, bicchieri, posate e tovaglioli: Day, ad esempio, si occupa dell'allestimento e delle bevande, così tutti possono concentrarsi sul cibo e sul piacere di stare insieme.

Per **rendere il picnic anche sostenibile**, un consiglio è usare stoviglie compostabili o



**SEI UN
UTILIZZATORE DAY?**

Ad ogni tua domanda la nostra risposta

SCOPRI DI PIÙ

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

riutilizzabili e scegliere piatti facili da servire e mangiare all'aperto, riducendo imballaggi e sprechi. Un'attenzione in più è portare contenitori richiudibili, così gli avanzi si trasformano in pranzi per i giorni successivi.

Dal picnic solidale alla pausa quotidiana: il valore dei Buoni Day

Anche senza aspettare l'occasione speciale di un picnic solidale, ogni giorno la pausa pranzo può diventare un momento di benessere e convivialità. Con i buoni pasto Day i dipendenti hanno la libertà di scegliere un pranzo sano, equilibrato e spesso a km zero, condividendolo con i colleghi e migliorando il clima di lavoro. Per le aziende si tratta di uno strumento 100% deducibile, esente da oneri fiscali e previdenziali, che valorizza la retribuzione **senza costi aggiuntivi**. E con l'app Buoni Day il pagamento diventa ancora più semplice e smart: la **mappa** degli esercizi convenzionati è a portata di mano, piena di ristoranti, bar, supermercati e gastronomie, così la pausa è non solo più buona, ma anche più comoda!

Condividi

 **CONSUMO RESPONSABILE:...**
Precedente

ARTICOLI CORRELATI

LASCIA UN COMMENTO

Il tuo indirizzo email non sarà pubblicato. I campi obbligatori sono contrassegnati *

*Scrivi un commento

*Nome Completo

*Email

Web URL

☐ *Do il mio consenso affinché un cookie salvi i miei dati (nome, email, sito web) per il prossimo commento.



SEI UN LOCALE?

Diventa Partner Day. Più clienti nel tuo negozio.

SCOPRI DI PIÙ



Soluzioni smart per la pausa pranzo in ufficio

🏠 > BLOG > SOLUZIONI SMART PER LA PAUSA PRANZO IN UFFICIO

BLOG 18 DICEMBRE 2025

La pausa pranzo incide in modo diretto su **livelli di energia, qualità della concentrazione e continuità lavorativa** durante la giornata. In molti uffici il tempo disponibile è ridotto, gli spazi sono limitati e le soluzioni improvvisate portano spesso a pasti poco equilibrati o a pause saltate. Da qui nasce l'esigenza di adottare **soluzioni smart per la pausa pranzo in ufficio**, pensate per coniugare organizzazione, praticità e benessere.

L'evoluzione degli ambienti di lavoro, tra uffici flessibili, coworking e modelli ibridi, ha reso evidente come la pausa non sia più un momento marginale. Una gestione più consapevole del pranzo favorisce **maggiore lucidità nel pomeriggio**, riduce il senso di affaticamento e contribuisce a un clima lavorativo più equilibrato. Le aziende più attente osservano benefici anche sul piano organizzativo, grazie a pause più ordinate e prevedibili.

Soluzioni smart per la pausa pranzo in ufficio

Le soluzioni smart applicate alla pausa pranzo superano l'idea tradizionale di semplice interruzione. Si basano su **organizzazione dei tempi, scelte alimentari più funzionali e servizi di supporto** che semplificano la gestione quotidiana del pasto.

Limiti della pausa pranzo tradizionale

La pausa pranzo tradizionale presenta criticità diffuse: consumo del pasto davanti al computer, assenza di spazi dedicati, ricorso frequente a cibi ad alto contenuto di zuccheri o grassi. Queste abitudini riducono il valore rigenerante della pausa e rendono il pomeriggio più faticoso.

Mangiare in modo distratto compromette la percezione della sazietà e aumenta la probabilità di ricorrere a snack poco equilibrati nelle ore successive. Secondo il rapporto **Censis-Camst** ripreso da **ANSA**, nei giorni feriali la pausa pranzo dura in media **24 minuti**, un dato che spiega perché molte persone finiscono per mangiare di fretta.

Nuove esigenze di tempo e organizzazione

I lavoratori cercano soluzioni che permettano di **ridurre le decisioni quotidiane**, ottimizzare il tempo e mantenere una certa varietà alimentare. Le nuove esigenze riguardano pasti facilmente gestibili, conservabili e accessibili, insieme a spazi che consentano di staccare realmente dall'attività lavorativa.

Come organizzare la pausa pranzo al lavoro

Un'organizzazione efficace della pausa pranzo aiuta a costruire una routine sostenibile, riducendo l'improvvisazione e migliorando la qualità del pasto.

Pianificazione dei pasti durante la settimana

Pianificare i pasti consente di distribuire in modo equilibrato **proteine**, **carboidrati complessi** e **verdure**, evitando ripetizioni eccessive.

Preparare in anticipo alcuni ingredienti base facilita la composizione dei piatti e rende più semplice mantenere coerenza nutrizionale anche nelle settimane più impegnative.

Gestione del tempo e delle porzioni

Porzioni adeguate e tempi di consumo regolari favoriscono una digestione più agevole e una gestione più stabile dell'energia. Un pasto eccessivamente abbondante rallenta il ritorno alle attività, mentre uno insufficiente porta a cali di attenzione. Gestire il tempo significa anche concedersi qualche minuto lontano dalla postazione di lavoro.

Errori comuni da evitare

Tra gli errori più frequenti rientrano l'eccesso di zuccheri semplici, la scarsa idratazione e l'abitudine a mangiare velocemente. Questi comportamenti incidono sulla **lucidità mentale** e sulla percezione della stanchezza, rendendo la pausa meno efficace.

Idee pratiche per la pausa pranzo in ufficio

La scelta di soluzioni pratiche per la pausa pranzo consente di mantenere **regolarità alimentare**, ridurre lo stress legato all'organizzazione quotidiana e ottimizzare il tempo disponibile. In ufficio, dove spesso le pause sono brevi e gli spazi limitati, diventa utile puntare su pasti semplici da gestire, facilmente trasportabili e adatti a essere consumati senza lunghe preparazioni. Un approccio pragmatico aiuta a evitare improvvisazioni e a garantire continuità energetica durante la giornata lavorativa.

Pasti veloci da preparare e portare da casa

Nel dossier scientifico delle [Linee guida per una sana alimentazione](#) del **CREA** viene evidenziato che un'alimentazione ricca di **fibra e cereali integrali** è associata a migliori esiti di salute in numerosi studi, un'indicazione utile per strutturare pranzi equilibrati che favoriscano sazietà e stabilità energetica durante il pomeriggio. Insalate complete, bowl di cereali e legumi, piatti unici con verdure e proteine leggere risultano facili da preparare e trasportare. Consentono di controllare ingredienti e porzioni, mantenendo varietà durante la settimana.

Soluzioni pronte e piatti freddi

Quando il tempo è limitato o non si ha la possibilità di cucinare, i piatti freddi ben bilanciati rappresentano un'alternativa funzionale. Cous cous, paste fredde, insalate proteiche e piatti pronti di qualità consentono di consumare un pasto ordinato anche senza riscaldamento. La scelta di ingredienti semplici e facilmente digeribili aiuta a evitare appesantimenti e cali di attenzione nel pomeriggio.

Alternative per chi ha poco tempo

Per chi dispone di pause molto brevi, è utile orientarsi verso soluzioni già porzionate e facili da consumare. Panini integrali ben farciti, piatti monoporzione equilibrati o combinazioni di snack strutturati permettono di gestire il pranzo senza rinunciare alla qualità. L'obiettivo resta quello di garantire un apporto nutrizionale adeguato, riducendo al minimo il tempo dedicato alla preparazione e al consumo.

Soluzioni per uffici senza mensa o cucina

In molti contesti lavorativi la pausa pranzo deve essere gestita senza il supporto di una mensa aziendale o di una cucina attrezzata. Questa condizione richiede un'organizzazione più attenta, capace di compensare la mancanza di spazi dedicati attraverso scelte pratiche, strumenti adeguati e soluzioni che riducano l'improvvisazione. Anche in ambienti ridotti è possibile strutturare una pausa funzionale, ordinata e compatibile con le esigenze operative dell'ufficio.

Cosa fare quando non è disponibile una cucina

In assenza di una cucina, diventa importante orientarsi verso pasti che **non richiedano cottura o riscaldamento**, ma che restino **completi dal punto di vista nutrizionale**. Piatti unici freddi, insalate con proteine, cereali precotti e verdure già pronte permettono di mantenere varietà senza dipendere da attrezzature. L'uso di contenitori termici e di qualità aiuta a preservare gusto, sicurezza alimentare e praticità durante il consumo.

Come gestire il pranzo in spazi ridotti

Spazi limitati non impediscono una pausa efficace, purché siano **organizzati con criteri funzionali**. Anche un piccolo tavolo condiviso o una zona dedicata, separata dalla postazione di lavoro, favorisce una pausa più ordinata. La disponibilità di superfici pulite, contenitori per la raccolta differenziata e accesso all'acqua contribuisce a migliorare l'esperienza, riducendo disordine e tempi morti. Una gestione chiara degli spazi aiuta anche a evitare sovrapposizioni e improvvisazioni durante la pausa.

Vantaggi organizzativi per aziende e dipendenti

Una gestione strutturata del pranzo in ambienti ridotti porta benefici concreti. Per i dipendenti significa **ridurre lo stress decisionale**, migliorare la qualità della pausa e mantenere maggiore continuità nel pomeriggio. Per l'azienda comporta una **migliore organizzazione interna**, minori interruzioni non programmate e un utilizzo più razionale degli spazi disponibili. Anche in assenza di una mensa, una pausa ben gestita contribuisce a un clima lavorativo più ordinato ed efficiente.

Area break e servizi per la pausa pranzo

L'area break rappresenta un elemento strategico per rendere la pausa realmente efficace. Non richiede investimenti elevati, ma una progettazione coerente con le esigenze quotidiane. Uno spazio dedicato alla pausa favorisce il distacco mentale dal lavoro e migliora la qualità del recupero. Sedute adeguate, ordine e illuminazione corretta contribuiscono a rendere il momento del pranzo più funzionale.

La disponibilità costante di **acqua, bevande calde e snack** riduce interruzioni non programmate e aiuta a mantenere idratazione e attenzione durante la giornata. Secondo una sintesi divulgativa basata sulle indicazioni EFSA, il [fabbisogno quotidiano totale di acqua è intorno a 2,5 litri al giorno](#), un dato utile per motivare la presenza di acqua e bevande adeguate nell'area break.

Quando scegliere soluzioni professionali per l'area break

In uffici di medie e grandi dimensioni può diventare utile affidarsi a servizi strutturati per la gestione quotidiana della pausa pranzo, così da garantire sempre **bevande, snack e caffè disponibili** senza interruzioni. Alcune aziende scelgono di integrare distributori automatici e sistemi per l'area break che offrono prodotti vari e assistenza continuativa.

In alcuni uffici la presenza di distributori automatici gestiti esternamente rappresenta una scelta funzionale per garantire accesso costante a bevande e snack. Servizi di questo tipo vengono forniti da operatori specializzati come [Nova Mach](#), che si occupa dell'installazione e della gestione di soluzioni per aree break aziendali, adattabili a diverse dimensioni e modalità di lavoro.

Benefici delle soluzioni smart per lavoratori e aziende

L'adozione di soluzioni smart produce effetti concreti sia a livello individuale sia organizzativo.

- **Continuità lavorativa e gestione dell'energia** – Una pausa ben organizzata favorisce un rilascio più stabile dell'energia e riduce i cali improvvisi nel pomeriggio, migliorando la resa complessiva.
- **Migliore organizzazione delle pause** – Servizi e spazi adeguati consentono di standardizzare le pause senza rigidità, rendendo la gestione del tempo più fluida e prevedibile.
- **Impatto sul benessere quotidiano** – Quando la pausa diventa un momento ordinato e realmente rigenerante, il benessere percepito cresce e il clima aziendale ne beneficia.

Come scegliere la soluzione più adatta al proprio ufficio

I dati dell'**Osservatorio Smart Working del Politecnico di Milano** segnalano che [in Italia il lavoro da remoto è tornato a crescere](#) e che il **modello ibrido strutturato** è tra i più diffusi nelle grandi imprese, rendendo utile pianificare la pausa in modo adattabile tra casa e ufficio.

La scelta di soluzioni smart dipende da dimensione dell'ufficio, numero di dipendenti e disponibilità di spazi. Valutare con attenzione **frequenza di utilizzo, orari di lavoro e abitudini del team** aiuta a individuare servizi realmente utili, evitando investimenti non coerenti con le esigenze quotidiane.

Le soluzioni smart per la pausa pranzo in ufficio rispondono a esigenze concrete di organizzazione, tempo e benessere. Integrare abitudini alimentari più consapevoli, spazi dedicati e servizi adeguati consente di trasformare la pausa in un supporto reale alla giornata lavorativa, con benefici tangibili per persone e aziende.

DISCLAIMER

Questo sito non costituisce testata giornalistica e non ha carattere periodico essendo aggiornato secondo la disponibilità e la reperibilità dei materiali. Pertanto non può essere considerato in alcun modo un prodotto editoriale ai sensi della L. n. 62 del 7/3/2001.

CONTATTI

[Contatti](#)

PAGINE

[Privacy e cookie policy](#)

Copy! Questo sito utilizza cookie tecnici per migliorare la tua navigazione. Clicca su [Maggiori informazioni](#) se vuoi saperne di più e su [Accetto](#) per dare il tuo consenso.

[Maggiori informazioni](#)

[Accetto](#)

Così puoi risparmiare fino a 3.000 ogni anno

Hai un lavoro a tempo pieno in ufficio o in azienda? Basta una semplice mossa per risparmiare fino a 3.000 euro l'anno, ma non tutti i lavoratori lo sanno. L'aumento delle spese quotidiane spinge le persone a mettere da parte il denaro per eventuali imprevisti futuri: mentre si discute e si protesta contro la stagnazione degli stipendi, emerge un piccolo trucco che permette ai lavoratori di risparmiare fino a 3.000 euro l'anno. Non tutti lo sanno, ma basta una semplice abitudine per mettere da parte denaro da impiegare per altre spese essenziali. Se hai un lavoro che ti occupa l'intera giornata e una pausa pranzo veloce da passare in ufficio o in azienda, questo metodo potrebbe salvarti la vita e il portafoglio. Come risparmiare fino a 3.000 euro l'anno sul lavoro? Secondo un'indagine condotta da Bravo, fintech leader nella gestione del debito, portare il pranzo da casa al lavoro potrebbe far risparmiare 263 euro al mese, ovvero 3.200 euro all'anno. Potrebbe sembrare qualcosa di scontato, ma effettivamente sedersi al ristorante o al bar per consumare un panino, un primo o un secondo piatto tutti i giorni può costare parecchio nel lungo periodo. Secondo una ulteriore ricerca di Censis-Camst 2025, il 78% dei lavoratori mangia un pranzo preparato da casa, mentre il 62% lo cucina appositamente: che sia una pasta fatta la sera prima o un panino preparato la mattina prima di uscire, la schiscetta o lunch box è diventata un vero fattore economico che permette di risparmiare più di 3.000 euro l'anno. La cifra è elevata contando che lo stipendio medio nazionale, secondo gli ultimi dati Istat, è compreso tra 1.700 e 1.850 euro al mese. Bisogna anche considerare che non tutte le aziende possono contare su buoni pasto o su una mensa aziendale e quindi la spesa per il pranzo fuori ufficio resta a carico dei lavoratori. Ogni tanto uno strappo alla regola e un momento conviviale è d'obbligo, ma se è possibile risparmiare perché non farlo? Quanto costa un pranzo al ristorante da Nord a Sud? I prezzi medi per un pranzo fuori ufficio sono diversi da Nord a Sud: mentre nelle Regioni settentrionali, soprattutto nelle grandi città, il costo medio a persona è importante; nelle Regioni meridionali si risparmia qualcosa di più. La schiscetta portata da casa resta la soluzione più conveniente. Per un primo piatto con acqua e caffè, presso una tavola calda, si spendono mediamente 16 euro al Nord, mentre in un ristorante economico del Sud si spendono 13 euro. Le città più costose per un pranzo fuori ufficio sono Milano, Monza-Brianza e Parma: qui i lavoratori preferiscono preparare qualcosa da casa e consumarlo in ufficio. Basti pensare che per preparare una schiscetta, secondo alcune stime, bastano 1,70 euro. I prezzi possono variare a seconda della Regione di appartenenza: per esempio, Lombardia, Friuli-Venezia Giulia, Emilia Romagna, Liguria e Trentino sono le zone in cui si spende meno per un pranzo preparato da casa e si risparmia di più (circa 3.500 euro l'anno). In queste Regioni infatti, nonostante gli stipendi siano mediamente più elevati, anche i prezzi al ristorante sono più alti. A livello di risparmio assoluto, invece, Vibo Valentia è la città in cui, in termini percentuali, si risparmia di più grazie al pranzo da casa, ovvero circa il 22.3% della retribuzione mensile lorda, che corrisponde a 243 euro dei 1090 euro di stipendio medio. Al contrario, in Puglia, Sicilia, Sardegna, Molise e Abruzzo si risparmia meno con la schiscetta (circa 2800 euro all'anno). Cos'è la schiscetta: curiosità e origine. Per i milanesi ormai è tradizione: non si esce di casa senza la schiscetta preparata in giorno prima o la sera prima. Con questo termine, che deriva dal verbo dialettale schisciare e significa schiacciare, si faceva riferimento al gesto di chiusura ermetica della vecchia gavetta di metallo dello operai. Ad oggi, invece, quando si parla di schiscetta si intende il contenitore che contiene il pranzo di lavoro. In passato, come oggi, la schiscetta era un contenitore essenziale che veniva riempito con piatti semplici (a volte anche poveri) per affrontare turni di lavoro lunghi ed estenuanti, o per andare in fabbrica dove non era prevista nessuna mensa aziendale. Negli anni Cinquanta, invece, la schiscetta diventa un oggetto di design. Infine, con l'avvento dei social la schiscetta della tradizione è diventata una lunch box, cioè un oggetto da personalizzare e rendere virale su TikTok o su Instagram. Ricette, piatti sfiziosi e creatività hanno reso la schiscetta uno dei must-have per chi lavora in ufficio o in azienda: d'altronde, permette di risparmiare fino a 3.000 euro l'anno! Argomenti



mercoledì 3 dicembre 2025

PANORAMA

[MENU](#) [Attualità](#) [Personaggi](#) [Tempo Libero](#) [Lifestyle](#) [Video](#) [Podcast](#) [Abbonati](#)

[Home](#) » [Attualità](#) » [Economia](#) » Schiscetta: portare il pranzo da casa fa risparmiare fino a 3.200 euro l'anno

Schiscetta: portare il pranzo da casa fa risparmiare fino a 3.200 euro l'anno

Leggi anche



[rimborsi per chi resta
bloccato nel traffico o per i
cantieri. Ecco come](#)

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

[Cristina Colli](#)3 Dicembre 2025 – Lettura: 3
minuti

Secondo un'analisi di Bravo si spendono in media 263 euro al mese. Al Nord il vantaggio è maggiore, ma al Sud il pranzo fuori pesa di più sul reddito



trascinati nello scandalo
affitti



tornerà nel 2042



le accuse restano

“Tanto sono solo pochi euro al giorno” e così per pranzo si mangia fuori. Ma questa frase non regge i conti. Secondo un’analisi di Bravo, fintech leader nella gestione del debito, portarsi al lavoro il pranzo da casa fa risparmiare in media 263 euro al mese, che vuol dire 3.200 euro l’anno. La differenza tra un pranzo fuori e uno preparato a casa è impressionante: al Nord un piatto di pasta, acqua e caffè costa in media 16 euro, al Sud 13; cucinando in casa, invece, si spendono appena 1,7 euro. La pausa pranzo fuori pesa fino al 20% del reddito lordo mensile.

Schiscetta: risparmi fino a 3200 euro l’anno

La schiscetta è sempre più una strategia economica. Portare il pranzo da casa permette di risparmiare una media di 263 euro al mese. E questo perché il pranzo fuori, ormai, è diventato una voce di spesa non marginale. Al Nord, dove i prezzi della ristorazione sono più alti, la differenza è ancora più evidente; al Sud, invece, pur con costi inferiori, il pranzo fuori continua a incidere pesantemente sul budget mensile. A livello nazionale, il risparmio medio annuo sfiora i 3.200 euro, equivalenti a quasi due stipendi. Un numero che, da solo, spiega perché sempre più lavoratori scelgono di preparare la lunch box la sera prima o al mattino presto, trasformando un gesto semplice in un vero contributo all’economia domestica. Secondo il rapporto [Censis-Camst 2025](#), il 78% dei lavoratori mangia un pranzo preparato a casa e il 62% lo cucina appositamente.

Schiscetta: al Nord si risparmia di più, al Sud pesa di più sul reddito

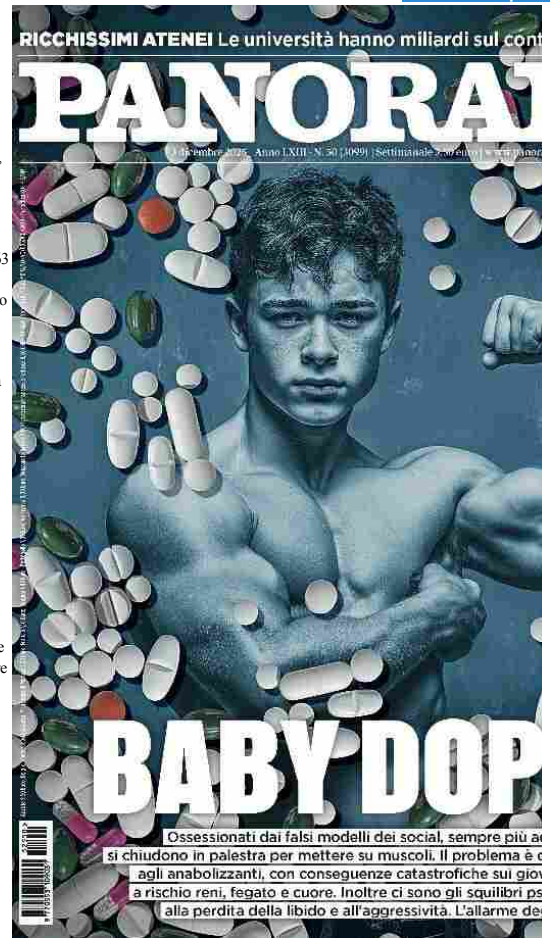
La mappa del risparmio conferma un’Italia divisa. Lombardia, Friuli-Venezia Giulia, Emilia-Romagna, Liguria e Trentino-Alto Adige sono le Regioni dove la schiscetta permette di risparmiare di più: circa 3.500 euro l’anno. Qui i prezzi più alti della ristorazione, uniti a stipendi medi più elevati, amplificano il vantaggio del pranzo da casa. Al contrario, in Puglia, Sicilia, Sardegna, Molise e Abruzzo il risparmio scende sotto i 2.800 euro annui. Tra le città, Milano, Monza-Brianza, Parma, Modena e Bologna guidano la classifica con un risparmio potenziale di 3.630 euro l’anno. Milano, con stipendi lordi mensili intorno ai 2.780 euro, è il caso emblematico: anche con salari più alti, il costo del pranzo fuori rimane rilevante. Le cose cambiano se si guarda alla percentuale del reddito risparmiata: in questo caso i primi posti vanno al Sud. A Vibo Valentia portare la schiscetta significa recuperare il 22,3% dello stipendio mensile, seguita da Grosseto (21,5%) e Imperia (21%). Milano, invece, scivola in fondo alla classifica percentuale con il 10,8%. Qui il risparmio è alto in valore assoluto, ma incide meno sul reddito mensile. Una fotografia che racconta come il pranzo fuori, nelle città con stipendi più bassi, pesi proporzionalmente molto di più.

Schiscetta: dalla nascita ai social

La “schiscetta” nasce a Milano e il nome viene dal verbo dialettale schisciare, schiacciare, riferito al gesto di chiudere bene la vecchia gavetta di metallo degli operai. Era un contenitore essenziale, riempito con piatti poveri per affrontare turni lunghi e mense quasi inesistenti. Negli anni Cinquanta si cambia e addirittura diventa oggetto di design. Poi sono arrivati i social che hanno trasformato la lunch box in un oggetto estetico con contenuti virali su TikTok e Instagram. E oggi la schiscetta è un fenomeno nazionale, creativo, di costume, ma anche economico, strategico al risparmio delle famiglie.

© Riproduzione Riservata

[Risparmio](#) , [Schiscetta](#)



• [In Edicola](#)

[Baby dopati – Panorama in edicola](#)

[Sfoggia ora](#)

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Pranzo perduto

*È scomparso il "classico" modo
di mangiare dei lavoratori:
oggi ci si siede davanti al PC.
E chi può si permette
costosi power lunch*

di Paolo Manfredi



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047

Avvertenza: se pensate che il pranzo sia il pasto più sacrificabile della giornata, lasciate questa lettura, o al contrario leggete bene le prossime righe, perché non è così.

Questo articolo nasce dalla lettura di un articolo pubblicato l'estate scorsa su Esquire in cui la rivista di moda maschile per eccellenza celebrava il ritorno del power lunch, l'alternativa goduriosa e gourmet al pranzo d'affari: non pesce bollito, insalatina e acqua, ma un vero pranzo, libagioni comprese, per festeggiare un business andato bene, iniziare uno o rafforzare i legami.

Da quel power lunch – rito newyorkese celebrato in mille film – attraversiamo l'Atlantico e mezzo Mediterraneo per capire come sta, da noi, il pranzo. Quello di lavoro, quello che si fa nel mezzo della settimana tra una call e una riunione e che è in grande trasformazione.

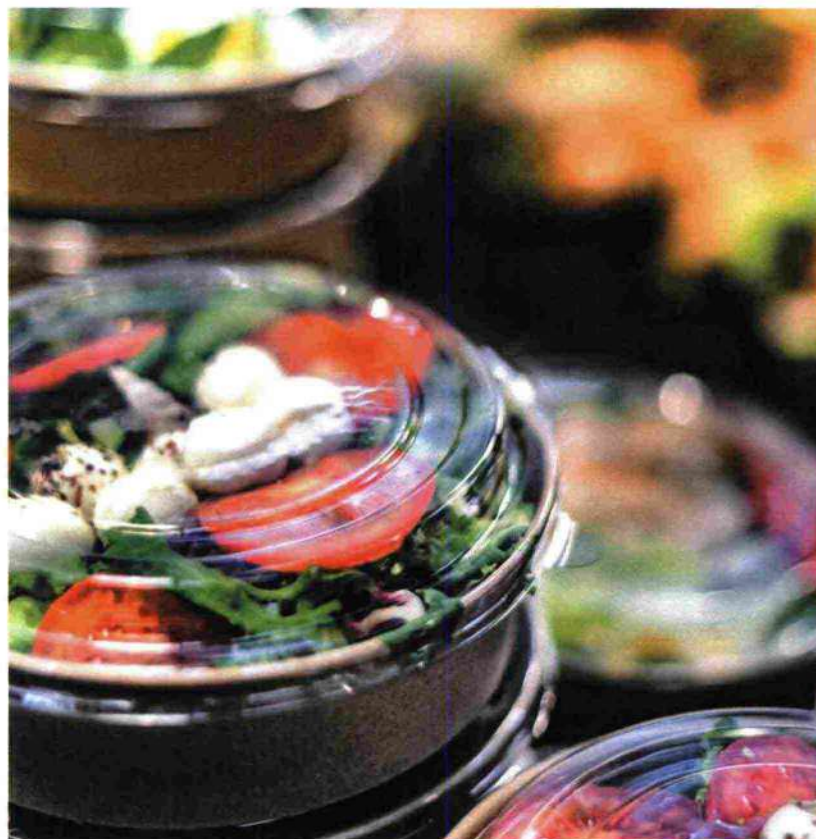
Importanza del pranzo

Capire come sta il pranzo è importante per molte ragioni. La prima, lo vedremo, è che, nonostante quello che dicono i dietologi di Instagram, resta il pasto più importante della giornata per un'alimentazione corretta. La seconda ragione sta nel fatto che storicamente il pasto che si consumava fuori casa era un formidabile impollinatore culturale: a pranzo – in trattoria e in mensa – si consumavano le cose che non si mangiavano a casa, si usciva dalla stretta cultura alimentare familiare e si scoprivano cose nuove. Terzo motivo di importanza: il pranzo è un indicatore di qualità della vita lavorativa, oltre che di attenzione ai dipendenti e al loro benessere. E questo è fondamentale in un contesto in cui il lavoro (anche quello "pulito" in giacca e cravatta) è percepito come sempre più stressante e precario; tanto più che l'Italia è in fondo alle classifiche di soddisfazione del proprio posto di lavoro con solo il 43% dei dipendenti soddisfatti secondo un'indagine di Great Place to Work del 2025. Come per tanti rituali della nostra società, la pandemia ha segnato anche per il pranzo uno spartiacque.

Prima del Covid la pausa pranzo degli italiani era un rituale stabile e codificato. Secondo un'indagine Nomisma del 2019, il 43% dei lavoratori consumava il pranzo in ufficio almeno 2-3 volte a settimana, spesso portando cibo da casa, mentre circa il 45% riusciva a rientrare tra le mura domestiche specialmente nei centri minori o quando la distanza casa-lavoro lo permetteva: dove si pranzava, e per quanto tempo, rappresentava il paradigma dello stile di vita rilassato della provincia italiana versus la fretta del lavoro in città. Le mense aziendali, le tavole calde e i ristoranti di prossimità

erano ancora parte integrante del paesaggio urbano e della quotidianità lavorativa: si mangiava fuori meno che prima della crisi del 2008-2011, ma era ancora un rito diffuso.

L'arrivo del Covid-19 ha rivoluzionato questa routine: gli smart worker sono passati secondo il Ministero del Lavoro da 200mila a circa 1,6 milioni, svuotando uffici e mense, molte delle quali non hanno riaperto. La Fiepet-Conferescenti stima che durante i mesi di lockdown ci sia stata una perdita di circa 250 milioni di euro al mese nei consumi dei pubblici esercizi. Lo smart working non è stato solo una comodità per i lavoratori e un problema di uffici vuoti, ma ha ridisegnato il rapporto tra domanda e offerta di cibo. E ha colpito inevitabilmente l'indotto del food cresciuto attorno alle zone con alta densità di uffici e capannoni. Noi milanesi non possiamo scordare le contorsioni del sindaco Sala, che prima aveva dichiarato uno smart working generalizzato per tutti i dipendenti comunali e poi era tornato rapidamente sui suoi passi, spinto dalla crisi dei locali del centro vuoti. Il pranzo, oltre che socialità, salute ed estetica, è economia. Già nel 2021, secondo un rapporto Coldiretti-Censis, il 57% dei lavoratori italiani si portava il





pranzo da casa, contro il 39% pre-pandemia: un cambiamento spinto da motivazioni sanitarie (evitare ambienti affollati), organizzative (molti locali e moltissime mense non avevano riaperto, e non lo avrebbero più fatto) e certamente economiche (riduzione del potere d'acquisto).

Tempesta pandemia

La tempesta perfetta del post pandemia, con il ritorno dell'inflazione che ha eroso il già traballante potere d'acquisto degli italiani, ha contribuito a consolidare le abitudini acquisite in pandemia del pranzo portato da casa e consumato spesso davanti al computer, soprattutto tra i Millennials. Certo, c'entrano l'attenzione alla salute e alle porzioni, ma si è trattato soprattutto del bisogno di contenere i costi: nel 2023, Federconsumatori stimava che un pranzo domestico costasse in media 3,90 euro, contro i circa 15 necessari per un pasto completo al bar o al ristorante (pasta, acqua, dolce, caffè), oltre il 74% in meno. Questo divario si è ampliato negli ultimi anni: tra il 2019 e il 2023, il costo medio del pranzo fuori casa è aumentato dell'8%, trascinato in particolare dai rincari su caffè, acqua e dessert. Parallelamente, il numero dei lavoratori che consuma abitualmente a pranzo cibo preparato a casa ha raggiunto la percentuale record del 78% secondo il Rapporto [Censis-Camst 2025](#).

Sempre secondo questo rapporto, nel 62% dei casi il piatto è preparato appositamente per la pausa pranzo, non una rimanenza della cena o cose prese a caso in frigorifero. È il ritorno prepotente della "schiscetta", celebrato in un recente articolo sul sito di Gambero Rosso. Il nome in dialetto milanese, una delle poche parole milanesi assurde alla dimensione nazionale, è passato dall'indicare una gavetta metallica con gli avanzi della cena a indicare invece un oggetto che può essere anche di design – magari passando per il Giappone, con i suoi bento box – e contenere pasti attenti e bilanciati, a volte anche troppo leggeri.

Spiega il nutrizionista Luca Laudani che, in una dieta bilanciata, l'apporto calorico del pranzo dovrebbe essere quello preponderante nella giornata: 30-35% delle calorie giornaliere, con il rimanente suddiviso tra colazione (15-20%), cena (25-30%) e due spuntini attorno al 5-10% di fabbisogno l'uno. Il pranzo dovrebbe essere bilanciato e vario, tra carboidrati, proteine e grassi "buoni", evitando tanto il "proteinismo" estremo tanto di moda sui social, quanto porzioni troppo abbondanti che inducono sonnolenza. Ma si deve mangiare, spiega il dottore: per non arrivare a fine giornata con le pile scariche, rendendo meno e soprattutto facendo danni al momento dell'aperitivo quando saremo portati



inesorabilmente a sgarrare. Sarà anche gourmet, ma l'aperitivo difficilmente sarà definibile come elemento di una sana alimentazione bilanciata.

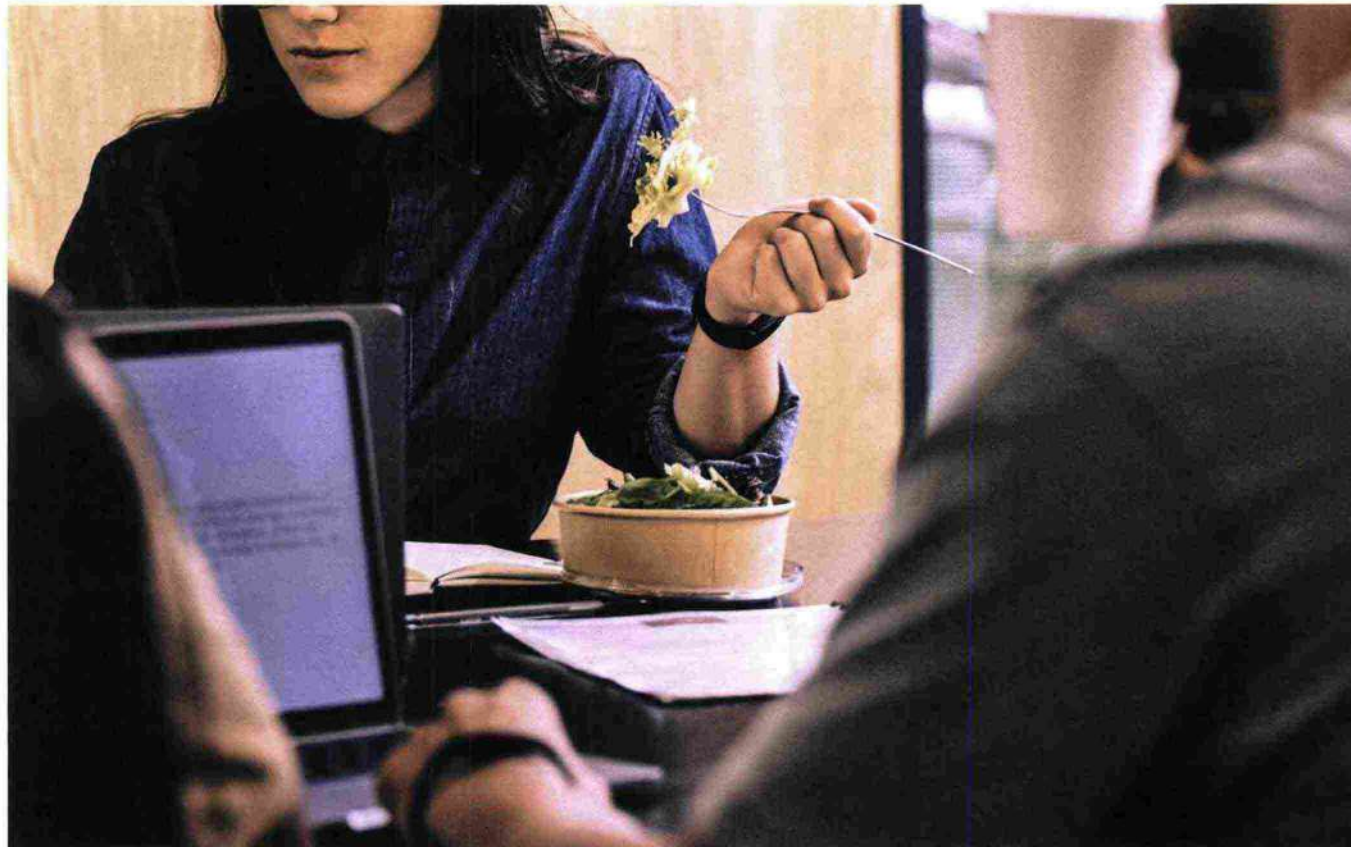
Mangiare al computer

Inoltre – poiché si mangia con la bocca, gli occhi, ma anche il cervello – Laudani sconsiglia anche di mangiare davanti al computer, e non solo perché – secondo chi scrive – è triste: senza un chiaro stacco, la mente non percepisce che ci stiamo nutrendo e tornerà troppo presto ad avere fame. Bisognerebbe mangiare seduti, possibilmente in un posto diverso dalla propria scrivania. Ma qui e soprattutto in città le cose lasciano a desiderare.

Quelle belle cucine aziendali che fanno la loro bella figura in molti film sono ancora e solo appannaggio delle start up più innovative, mentre i molti "lavoratori della conoscenza" (i cosiddetti "knowledge workers" occupati nella finanza, nei media o nelle tecnologie dell'informazione e della comunicazione) quando non si mangia la schi- scetta, si opta per l'immane delivery o per l'offerta del supermercato più vicino.

Basta attraversare il centro di Milano all'ora di pranzo per capire come vanno le cose: si in-

crociano numerosi sciame di lavoratori in giacca e cravatta e sacchettino del supermercato di ordinanza e si capisce cosa significhi il dato secondo cui il 90% dei lavoratori pranza con i colleghi. Basta poi addentrarsi in una Esselunga in zona centrale – sono tutte uguali – per capire come ormai entrare in un supermercato significhi sfilare davanti a frigoriferi pieni di insalate di pollo, insalata greca, salmone con verdure, vitello tonnato, fagiolini al vapore, riso Venere in tutte le fogge (incredibile pensare che abbiamo vissuto decenni senza riso Venere) da cui scegliere il proprio pranzo. E c'è da dire che la corsa al supermercato è anche spesso l'unica passeggiata che fa quel 97% dedica che meno di 30 minuti alla pausa pranzo che acquistano in negozio e tornano a mangiare alla scrivania: è la scelta preferita della Gen Z, insieme al delivery. La "mezza" – ovvero l'ora di pranzo – sotto la Madonna è anche segnata dal vorticoso muoversi dei rider, quasi sempre su biciclette elettriche illegali (trasformate in motorini senza targa) per soddisfare la pigrizia e la mancanza di tempo dei "lavoratori della conoscenza": ovvero, nelle parole di Raffaele Alberto Ventura, la nuova classe disagiata che mangia male e vive male (peggio





dei boomers, meno inclini a rinunciare a mangiare in un posto a questo adibito e da scegliere in base alla capienza del proprio portafoglio).

C'è chi può e chi no

Insomma, il pranzo è diventata l'ennesima asticella che divide chi ce l'ha fatta da chi fatica. Lo riassume con grande efficacia uno startupper milanese: «Chi ha fatto l'exit buona (ovvero, chi ha venduto l'azienda in cambio di un bel gruzzolo, ndr) va a pranzo alla Langosteria, gli altri mangiano il pranzo dell'Esselunga o la schiscetta portata da casa». Ecco: Langosteria è in effetti uno dei ristoranti che il *Financial Times* ha incluso nella sua guida "Power dining: the restaurants where deals are made in Milan" del 2023, che raccoglie 6 ristoranti del centro dove pranzo e business vanno a braccetto: non ci potrebbe essere nulla di più lontano dal sacchetto in mater b bianco, che contiene una confezione in carta e plastica di mais compresa di forchettina in bambù e consumata dagli assistenti delle "grisa-glie" che vi si siedono. E che, a Roma, contendono ai turisti la meravigliosa piazza de Ricci con gli ombrelloni bianchi di Pierluigi dove il power lunch sembra essere ben vivo: niente menu ridotto per il pranzo veloce qui, ma relax, servizio e buoni vini per la continuazione del business con altri mezzi. Il "menu del pranzo", che è stato il tentativo dei ristoranti di sopravvivere ai cambiamenti di abitu-

dine dei clienti, sembra sparito – come, si parva licet, i panini dai bar, che avevano per primi messo in crisi il pasto con tovaglia – a favore di soluzioni à la carte. Niente menu fisso al Rigolo, storico luogo da power lunch in Brera, né nella gran parte dei ristoranti visitati. Ci crede invece ancora Barbara Agosti, chef dei due mondi (gastronomici) di Eggs (sedi in Brera e a Trastevere) che fa felici i suoi clienti con un business lunch a 20 euro proponendo una selezione di piatti presi dal menu (con porzioni ridotte) che farebbero felice anche il dottor Laudani, oltre che la concentrazione dopopranzo: con antipasto, main course, coperto pane e acqua siamo a 23 euro, a Milano ci fai poco.

A camminare e a guardare cibo ci è venuta fame, ma non siamo da power lunch, così prendiamo la metropolitana per uno dei posti più geniali rimasti a Milano: la trattoria San Filippo Neri in viale Monza. Un dehors spettacolare e un menu chilometrico, in prevalenza lombardo, da cui pescare il piatto del giorno. Mentre si fanno due chiacchiere con il vicino al tavolo sociale e si osserva la clientela di lavoratori (alla fine della giornata, la San Filippo Neri sfama 500 persone), si riesce a apire bene cosa voglia dire che non basta sfamarsi, ma è importante anche partecipare a un rito di civiltà. E allora: più pranzi – seduti, caldi, comodi, rilassati, significativi – per tutti!



CAMST DIVENTA B CORP NELL'ANNO DELL'OTTANTESIMO ANNIVERSARIO

Camst group ottiene la certificazione B Corp, entrando ufficialmente a far parte di un movimento globale di aziende che utilizzano il business come forza positiva. "La certificazione sancisce un impegno concreto verso una crescita sostenibile, inclusiva e rigenerativa, orientata a creare valore condiviso per le persone, le comunità e l'ambiente, ed è stata ottenuta dopo un rigoroso processo di analisi, misurazione e verifica delle performance dell'organizzazione. Con Camst group diventano 352 le imprese italiane B Corp, di cui 54 sono emiliano-romagnole", spiegano dall'azienda.

Il riconoscimento arriva in un anno speciale per Camst group: il 2025 segna infatti l'80° anniversario dalla fondazione della cooperativa, un'occasione per riaffermare con forza la propria identità e rinnovare la volontà di contribuire alla trasformazione del sistema economico e sociale in chiave partecipativa e responsabile.

E la società bolognese, tra le principali realtà in Italia nel settore della ristorazione collettiva, servendo scuole, aziende, ospedali e case di cura, per celebrare gli 80 anni ha costruito una campagna di comunicazione istituzionale volta a rafforzare i valori distintivi che da sempre guidano il gruppo e a condividere con i propri stakeholder una riflessione sul ruolo del tempo come elemento fondante dell'identità cooperativa, per ricordare a tutti "il valore del tempo".

"Il concept della campagna nasce da un'idea semplice ma profonda: il tempo come risorsa preziosa e cifra distintiva dell'agire di Camst group. Una dimensione che abbraccia da un lato gli 80 anni di storia, impegno e trasformazione della cooperativa, e dall'altro la capacità di abitare il presente con responsabilità, traducendosi in gesti concreti e quotidiani nei servizi e nei rapporti che il gruppo coltiva ogni giorno", ricordano dall'azienda.

"Il tempo è quello necessario a costruire relazioni stabili e durature che si rafforzano negli anni e, allo stesso modo, è quello impiegato a garantire prodotti e servizi di qualità, frutto del lavoro e delle competenze, ma anche di gesti, parole e attenzioni che fanno la differenza. In definitiva, il tempo è quello della cura, cioè della dedizione verso le persone e le comunità, in quanto Camst group dedica il tempo a nutrire la relazione con chi lavora in azienda, con il territorio e più in generale con il pianeta, nella prospettiva di un impatto sostenibile e responsabile".

La campagna "Il tempo di far bene" è stata pianificata in questi mesi su mezzi stampa, digital e social.

All'interno, per rafforzare il concept, è stata promossa una iniziativa che intende raccogliere e condividere "storie di tempo speso bene" dei dipendenti che ogni giorno impiegano il loro tempo per fare bene il proprio lavoro: "I dipendenti sono invitati a scegliere un momento significativo del loro



Francesco Malaguti, presidente di Camst group

tempo e a raccontarlo mediante delle immagini o delle parole. Le storie più significative sono diffuse sui canali social di Camst group", confermano dall'azienda.

Sempre il tempo è al centro del Rapporto Censis-Camst, studio realizzato in occasione degli 80 anni dell'azienda bolognese di ristorazione e che fotografa un Paese in cerca di tempo di qualità, soprattutto mangiando bene.

"Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero", evidenzia Massimiliano Valerii, consigliere delegato del Censis. "Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo".

"Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo", dichiara Francesco Malaguti, presidente di Camst group. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni".

Con circa 11mila dipendenti, Camst group ha raggiunto un fatturato aggregato di 612 milioni di euro e prodotto annualmente 80 milioni di pasti, secondo il bilancio del 2024.

Ristorando

HOME COLLETTIVO COMMERCIALE DALLE AZIENDE

EVENTI SFOGLIA ON LINE



MILANO

Camst group compie 80 anni e sceglie di raccontarsi attraverso il tempo: risorsa preziosa, cifra identitaria e strumento per costruire relazioni autentiche. La campagna **"Il tempo di far bene"** è insieme celebrazione e manifesto, guidata dall'idea che solo dedicando tempo a cura, ascolto e qualità si possa fare impresa in modo sostenibile.

Il presidente Francesco Malaguti ha spiegato come questa visione si traduca nella quotidianità di quasi 11mila collaboratori e nei servizi che accompagnano la vita di milioni di persone. A rafforzare il messaggio, una **ricerca con il Censis** ha



evidenziato il bisogno degli italiani di rallentare i ritmi: per il 70% significa vivere meglio, dedicando spazio a cibo, convivialità e pause pranzo di qualità.

L'anniversario coincide con un traguardo importante: **la certificazione B Corp**, che si affianca alla trasformazione in **Società Cooperativa Benefit** e al primo **Piano Strategico di Sostenibilità integrato 2025-2029**. Obiettivi economici, ambientali e sociali sono messi sullo stesso piano, con un focus sulla ristorazione scolastica, sanitaria e aziendale, accanto allo sviluppo del **facility management**.

Un racconto corale di dipendenti e stakeholder, accompagnato da una campagna multicanale, testimonia la volontà della cooperativa di **proiettarsi nel futuro** mantenendo vive le radici cooperative. Dopo otto decenni, il tempo di **Camst** è ancora quello di far bene: al lavoro, alle persone, alle comunità.

[Ecco l'articolo completo](#)

Camst Group

Censis

Francesco Malaguti



Potrebbe interessarti



10 Settembre 2025

I costi sempre più insostenibili della collettiva



31 Luglio 2025

Pistoia rinnova l'appalto mense e conferma Euroristorazione



30 Luglio 2025

Serenissima Ristorazione: Fatturato 2024 a oltre 593 milioni (+9,8%) e EBITDA a +21,4%

Cerca...

GAMBERO ROSSO



AcademyInternationalGambero Rosso TV



PAUSA PRANZO

Schiscetta d'Italia. Storia e metamorfosi del pranzo da casa

Un viaggio tra dialetto, letteratura, design e social network, per scoprire come il pranzo portato da casa sia diventato specchio dell'Italia che cambia



di Sabina Montevergine

09 Settembre, 2025



Salva



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Secondo l'ultimo [rapporto Censis-Camst](#), pubblicato nel 2025, la pausa pranzo in Italia si consuma sempre più spesso "da casa". Oltre il **78% dei lavoratori dichiara infatti di mangiare un pasto preparato in ambito domestico** e portato con sé sul luogo di lavoro. Non si tratta solo di avanzi: nel 62% dei casi il pranzo viene cucinato appositamente per l'occasione. Numeri che raccontano come la **schiscetta** – termine milanese che nel tempo si è imposto a livello nazionale – non sia un'abitudine residuale, ma un fenomeno radicato. Una scelta che risponde a logiche diverse: dal risparmio rispetto ai prezzi crescenti di bar e ristoranti, al controllo sugli ingredienti, fino a motivazioni ambientali e salutistiche. E oggi, complice la spinta dei social, anche il contenitore del pranzo diventa elemento di stile e narrazione quotidiana.

Milano chiama: nascita e destino della parola "schiscetta"

La parola schiscetta nasce a Milano e affonda le sue radici nel dialetto: deriva dal verbo schisciare, cioè schiacciare, perché il coperchio del contenitore veniva pressato per chiuderlo bene. In origine indicava la gavetta di metallo portata dagli operai nelle fabbriche lombarde, riempita di piatti semplici e nutrienti: pasta, riso, minestrone, pane e formaggio. Era un gesto che parlava di turni lunghi, di economia domestica e di necessità: il pranzo consumato in pochi minuti, spesso in spazi angusti, dove l'idea stessa di "pausa" era relativa. Le mense aziendali erano infatti rare: solo alcune grandi industrie, [come la Olivetti di Ivrea, pioniera nel pensare al benessere dei dipendenti](#), offrivano spazi e pasti organizzati. Per la maggioranza degli operai, invece, la schiscetta restava l'unica opzione quotidiana. Negli anni il termine si è esteso fino a diventare sinonimo di qualsiasi pasto preparato a casa e portato in ufficio o a scuola, ma ha conservato un sapore identitario che racconta la storia del lavoro in Italia.



"La 2000" alias Schiscetta di Caimi Brevetti Spa esposta permanentemente al Museo del design della Triennale, presso la Villa Reale di Monza.

Dalla pietanziera al design, passando per Calvino

Negli anni Cinquanta, la schiscetta smette di essere solo necessità e diventa anche oggetto di design. Nel **1952** Renato Caimi progetta la "2000", **pietanziera con chiusura ermetica** nata dall'episodio di un vasetto di minestra rovesciato su un tram milanese: da quell'inconveniente prende forma l'idea di un contenitore sicuro e resistente, simbolo di un Paese che si avvia al boom economico.

La pietanziera entra anche nella letteratura. In Marcovaldo (1963), Calvino dedica un intero episodio al pranzo del protagonista, seduto su una panchina cittadina con il suo recipiente di latta. «Le gioie di quel recipiente tondo e piatto chiamato "pietanziera" consistono innanzitutto nell'essere svitabile», scrive. Dentro ci sono salamini e lenticchie, uova sode e barbabietole, polenta e stoccafisso: poco cibo, pigiato nello spazio rotondo, ma capace di restituire l'illusione di abbondanza. Il coperchio che diventa piatto, le prime forchettate dei cibi ormai freddi, e nella malinconia del pranzo

all'aperto Marcovaldo ritrova i sapori di casa. È un ritratto che restituisce la pietanziera come metafora di un'Italia che lavora e costruisce i propri piccoli rituali giornalieri di vita urbana.



La schiscetta ai tempi di TikTok

Negli ultimi vent'anni la schiscetta ha cambiato pelle. Non è più soltanto simbolo di risparmio o necessità, ma anche strumento di autoaffermazione, cura e perfino estetica. L'arrivo dei social network ha trasformato il pranzo portato da casa in contenuto da condividere: su Instagram l'hashtag #schiscetta raccoglie migliaia di post, affiancato da tag come #lunchboxitalia o #pausapranzo, e pagine come @schiscettebrutte raccontano con ironia la pausa pranzo nella sua **versione meno patinata**, fatta di riso scotto e contenitori sbilenchi. È il contraltare necessario alla perfezione delle foto patinate.

Su **TikTok** che il fenomeno è esploso, contaminandosi con trend globali: spopolano gli "adult Lunchables", reinterpretazione adulta dei celebri snack pack americani; lunch box suddivisi in scomparti con pasti bilanciati, veloci da assemblare e visivamente accattivanti, diventati virali grazie alla loro estetica ordinata e "instagrammabile". Non mancano le influenze asiatiche: le bento box giapponesi, con riso, verdure e proteine disposte in modo armonico, sono ormai un riferimento visivo costante, emblema di una cura quasi artistica nella disposizione del cibo.

In parallelo, trionfa la creatività anti-spreco: il Kitchen Sink Sandwich, un panino nato per riciclare gli avanzi del frigorifero mescolando ingredienti disparati, ha superato i 4 milioni di visualizzazioni diventando simbolo di sostenibilità in chiave pop. La schiscetta, da pranzo operaio, è diventata oggetto performativo: un pranzo che deve essere pratico e nutriente, certo, ma anche fotografico.

Più di un semplice contenitore: la schiscetta intreccia economia, identità e stile di vita. In tempi di inflazione, resta una scelta di risparmio – secondo **Federconsumatori può ridurre la spesa della pausa pranzo fino al 74%** – ma non è solo necessità. Dentro un tupperware c'è la pasta al tonno

riscaldato al microonde come l'insalata di quinoa con avocado: mondi diversi che raccontano tradizioni, mode alimentari e biografie personali. Al contenuto si lega il valore sociale: nelle fabbriche come oggi negli uffici diventa momento di condivisione e online alimenta community di confronto e creatività. Da simbolo operaio a trend globale, la schiscetta ha saputo adattarsi senza perdere il suo senso originario: un pranzo preparato a casa e portato via, capace di raccontare in piccolo come cambiano il lavoro, la città e anche i nostri desideri.

Foto cover di [Selina Thomas](#)

TI POTREBBE INTERESSARE ANCHE...

Leggi l'ultimo numero del settimanale economico
del Gambero Rosso

trebicchieri



LO SPIEGONE

Buoni pasto, scendono le commissioni: cosa cambia per chi li usa (e cosa per chi li accetta)

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Anniversari



Il tempo di far bene

Camst group celebra 80 anni con una campagna sul valore del tempo come risorsa fondamentale per costruire relazioni autentiche e servizi di qualità

di MLA

In occasione dell'80esimo anniversario della fondazione, **Camst group** avvia una riflessione profonda sul tempo come elemento distintivo della propria identità cooperativa. La campagna "Il tempo di far bene" rappresenta molto più di una celebrazione commemorativa: è un manifesto di valori che guida l'azione quotidiana del gruppo. "Con 'Il tempo di fare bene' abbiamo voluto riportare al centro il valore del tempo, oggi più che mai una risorsa preziosa del nostro agire

quotidiano, soprattutto in un mondo che corre veloce", spiega **Francesco Malaguti**, presidente di **Camst group**. "Tempo da dedicare alla cura, all'ascolto, alle relazioni, all'ambiente. Dopo 80 anni di attività, sappiamo che fare bene richiede tempo: per offrire servizi di qualità, tutti i giorni, per capire i bisogni reali dei nostri clienti e delle persone che lavorano con noi, quasi 11 mila, per costruire relazioni autentiche che durano nel tempo".



FRANCESCO MALAGUTI,
presidente

Anniversari



Il concept

Al centro della campagna risiede in un'idea tanto semplice quanto rivoluzionaria: il tempo come cifra distintiva dell'agire aziendale. Non si tratta soltanto di celebrare otto decenni di storia, ma di riconoscere nel tempo quella risorsa preziosa che permette di abitare il presente con responsabilità, traducendosi in gesti concreti nei servizi e nelle relazioni quotidiane.

Il tempo diventa così quello necessario a costruire relazioni stabili e durature, quello impiegato per garantire prodotti e servizi di qualità, frutto non solo di competenze tecniche ma anche di gesti, parole e attenzioni che fanno la differenza. In definitiva, il tempo della cura: quella dedizione verso le persone e le comunità che caratterizza l'approccio di Camst group verso i propri collaboratori, il territorio e il pianeta.

La ricerca: una fotografia dell'Italia

La campagna si arricchisce di una ricerca condotta in collaborazione con il Censis, che indaga il rapporto tra italiani, tempo e cibo. "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo nasce dalla collaborazione

con il Censis, tra i più importanti istituti di ricerca in Italia", racconta Malaguti. "Abbiamo deciso di indagare il rapporto tra gli italiani, il tempo e il cibo perché ci sembrava una chiave di lettura interessante - oltre che coerente con il tema scelto per raccontare il nostro anniversario aziendale - per interpretare alcuni comportamenti che riguardano tutti noi nella quotidianità".

Il dato più significativo emerge con chiarezza: il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività per vivere meglio. Tra le priorità, il cibo e la convivialità, anche nella pausa pranzo lavorativa. "Emerge il desiderio di dedicare tempo alla pausa pranzo: 9 italiani su 10 si dicono più produttivi con pause pranzo di qualità, in ambienti confortevoli, piacevoli, per mangiare cibo sano e coltivare le relazioni tra colleghi", sottolinea il presidente.

Un racconto corale attraverso le immagini

La campagna si sviluppa attraverso un approccio multi-soggetto e un video corporate che mette in scena il valore del tempo attraverso un racconto profondamente umano. Le immagini intrecciano le vite di diversi protagonisti - persone di Camst group,

genitori, nonni, nuove generazioni - attraversando tutti gli ambiti di attività dell'azienda, dalla ristorazione collettiva ai servizi di facility.

L'intreccio narrativo si costruisce attraverso la continuità dei gesti e la presenza ricorrente dei personaggi, guidando lo spettatore da un contesto all'altro e mostrando come le relazioni si costruiscano nel tempo attraverso attenzione, cura e ascolto. Il video racconta tutte le letture del tempo: quello del lavoro quotidiano, dell'esperienza educativa, della cura, della convivialità, degli 80 anni di Camst group e del suo futuro.

I dipendenti: storie...

Per rafforzare il concept, è stata promossa un'iniziativa interna che intende raccogliere e condividere "storie di tempo speso bene" dei dipendenti. I collaboratori sono invitati a scegliere un momento significativo del loro tempo e a raccontarlo attraverso immagini o parole. Le storie più significative vengono se-

lezionate e diffuse sui canali social di Camst group, creando un mosaico di esperienze che testimoniano l'impegno quotidiano di quasi 11.000 persone.

B Corp e Società Benefit: un percorso di responsabilità

La certificazione B Corp arriva proprio nell'anno dell'80esimo anniversario, rappresentando un tassello fondamentale nel percorso di sostenibilità del gruppo. "Diventare B Corp non rappresenta per noi un premio da esibire, né un'etichetta autoreferenziale piuttosto è una scelta precisa: entrare in una rete globale di imprese che condividono una visione comune e lavorano insieme per trasformare l'economia", chiarisce Malaguti. "È un punto di partenza, che rafforza il nostro impegno quotidiano e ci spinge a migliorarci continuamente. Un'occasione per riaffermare con forza la nostra identità cooperativa e rinnovare la volontà di contribuire





Particolare attenzione è rivolta alla ristorazione sanitaria e assistenziale, con una forte spinta allo sviluppo nel comparto privato, mentre nella ristorazione aziendale il focus è sul mantenimento dei volumi e l'incremento del valore medio per pasto. "Nel settore del **facility management** puntiamo allo sviluppo dei soft services (pulizie, sanificazione, lavanderia industriale, gestione ambientale), con una proposta integrata a valore aggiunto per clienti pubblici

za strategica, Camst group si avvale di Homina per le media relation e di Nimai per la creatività e lo sviluppo della campagna. Quest'ultima ha declinato il tema del tempo nel concept "Il tempo di far bene", ideando e realizzando i materiali narrativi e visivi che accompagnano l'iniziativa. La campagna verrà pianificata nei prossimi mesi su mezzi stampa, digital e social, mentre la pianificazione dei mezzi è gestita internamente dal gruppo. L'evento "Il tempo

alla trasformazione del sistema economico e sociale in chiave partecipativa e responsabile".

Il percorso aveva visto nel 2023 un passaggio importante con la trasformazione in Società Cooperativa Benefit, integrando formalmente nello Statuto obiettivi di impatto sociale e ambientale.

Piano strategico 2025-2029: sostenibilità e crescita integrate

Per la prima volta nella storia del gruppo, il piano industriale è stato affiancato da un Piano Strategico di Sostenibilità integrato, che assegna pari dignità agli obiettivi economici, ambientali e sociali. "Quest'anno abbiamo presentato il Piano Strategico 2025-2029 un progetto di sviluppo che consolida il percorso di crescita del Gruppo e ne rafforza il ruolo nel panorama dei servizi alla collettività", annuncia il presidente.

"La strategia nasce in risposta a uno scenario complesso e in trasformazione. Nei prossimi anni, l'Italia vedrà un calo demografico stimato dello 0,4% annuo e un forte invecchiamento della popolazione, con un +3,7% di over 60 tra il 2024 e il 2028".

A questi cambiamenti demografici si aggiungono l'evol-

uzione dei comportamenti di consumo alimentare, l'avanzare dello smart working e una crescente sensibilità verso salute, digitalizzazione e sostenibilità.

Le sfide future: diversificazione e innovazione

Il futuro di Camst group si articola su molteplici fronti di sviluppo. "Le direttrici del nostro piano strategico definiscono nei vari settori in cui operiamo sfide e priorità da affrontare", spiega Malaguti. "A partire dalla ristorazione scolastica, uno dei nostri mercati chiave, in cui il presidio e il consolidamento dei ricavi insieme al rafforzamento della qualità nutrizionale, del rapporto con gli enti locali e dell'impatto sociale sul territorio sono i nostri principali obiettivi".

e privati", conclude il presidente.

Un network creativo per raccontare il tempo

Per l'ideazione dell'immagine coordinata e la consulen-

sottile", tenutosi a Palazzo Re Enzo a Bologna il 27 giugno, ha visto la partecipazione di figure di spicco del panorama istituzionale e culturale, concludendosi con un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni.



**10 cose**

di Maria Vittoria Caporale

19 Luglio 2025

Luglio col bene che ti voglio | Mix & match del mese più estivo che c'è

Ogni mese un collaboratore della nostra testata prepara una top ten con notizie molto curiose dal mondo, a tema cibo, vino & Co. naturalmente. Oggi ci regala la sua selezione Maria Vittoria, un centrifugato di dieci notizie, novità, prodotti, aperture e fughe in posti belli

Europea

il quotidiano sull'Unione europea

Linkiesta**LinkiestaClub**

sostieni Linkiesta

Linkiesta Store**LinkiestaClub**

Entra nel Club, sostieni Linkiesta e leggila senza pubblicità.

da

60€

anno

Entra



Unsplash

Luglio e gelato (I)

Luglio è estate, estate è gelato (anche se c'è un numeroso gruppo di persone per cui il gelato è un alimento da mangiare tutto l'anno, nessun giorno escluso). Quest'anno [Stefano Guizzetti](#) ci delizia per la stagione più calda con il lancio di una nuova linea di gusti "Gelato & famiglie botaniche". Diciassette nuovi gusti che nelle gelaterie di Parma e Milano si alterneranno a due a due.

Now playing: Asteraceae – assenzio, carciofo, camomilla, dragoncello, e Rutaceae – arancio amaro e dolce, pompelmo rosa, limone, acqua di fiori d'arancio, pepe di Sichuan, ruta.

[View this post on Instagram](#)LIBRI
Viva Barney

€20.00

[Compra](#)LIBRI
Perché l'Ucraina combatte

€20.00

[Compra](#)MAGAZINE
**Linkiesta Magazine 01/25 - Il
pianeta che verrà**

€15.00

[Compra](#)K
K Volume 10 - Sesso

€20.00

[Compra](#)[Più Letti](#)

1

Da Gergiev al gas | Calenda è l'unico leader di partito che ha capito la natura della minaccia russa

di Mario Lavia

2

Per chi suona la Campania | Mentre Merz e Starmer rifanno l'Europa, Schlein vede De Luca

di Francesco Cundari

3

Tecnologia di guerra | Il progetto che ha cambiato la difesa ucraina, e ispirato l'Europa

di Alessandro Cappelli

4

«Allucinante» | Beppe Sala, Obama, Antonio D'Ausilio, e la fine dell'età adulta

di Guia Soncini

A post shared by Ciacco Lab (@ciaccolab)

Ciacco

Piazza della Steccata, 1A - Parma

Via Spadari, 13 - Milano

Luglio e gelato (II)

A Gangapur, nel Rajasthan, molti agricoltori stanno abbandonando la coltivazione per convertire i loro *minitruck tempos* in coloratissimi camioncini per gelati. La filiera locale - officine, stampatori, distributori di attrezzature - è diventata un fiorente ecosistema industriale che trasforma ogni anno decine di migliaia di veicoli. Questi camioncini, vendendo gelato fatto con latte - fresco o in polvere - e ingredienti tradizionali, tra cui cardamomo, zafferano, rosa, mango e pistacchio, permettono ai venditori stagionali di guadagnare in pochi mesi quanto servirebbe per l'intero anno, spesso spostandosi perfino in città lontane.

I fotografi bolognesi [Michela Balboni](#) e [Federico Borella](#) hanno documentato questa forma creativa e resiliente di adattamento alla crisi climatica e alla scarsità d'acqua: il gelato non è solo un prodotto, ma un mezzo di riscatto economico e di rinascita per una comunità rurale che reinventa il proprio futuro.

Il servizio è nel numero di luglio di *National Geographic Usa*, volume 248, ma alcune foto potete vederle in [questo articolo](#).

Luglio e verità scomode (I)

È stato pubblicato "Il tempo e il cibo. La *food obsession* tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" un rapporto realizzato da Censis per [Camst](#) group in occasione dell'ottantesimo anniversario dell'azienda di ristorazione, che, per questa occasione, ha voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo.

Nonostante l'attenzione mediatica sul mondo del cibo, che non accenna a diminuire, ciò che diminuisce sempre di più è il tempo che gli italiani dedicano ai pasti, che è a dir poco ridicolo: sessanta minuti complessivi per i giorni feriali (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel fine settimana si esagera con 75 minuti. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è ridotto al minimo: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi.

Viviamo nell'epoca della fretta e dal multitasking, siamo in piena carestia di tempo, ma sta di fatto che il 76,7 per cento degli italiani desidera avere

più tempo per dedicarsi a ciò che ama. Tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto.

«Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3 per cento degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9 per cento vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3 per cento desidera più tempo per cucinare e il 69,2 per cento per fare la spesa in modo più consapevole». Che questi sogni possano diventare realtà? Davanti a questi dati è davvero auspicabile.

Luglio e verità scomode (II)

Le cattive notizie di luglio non sono finite, ci ha pensato [questo articolo](#) de Il Post a raccontarcene un'altra partendo dai dati condivisi da Luca Falasconi, docente di agraria all'Università di Bologna: «Un ipermercato di medie dimensioni butta via in media 240 chilogrammi di cibo al giorno: una quantità sufficiente a sfamare circa 150 persone».

I supermercati spesso trovano più conveniente buttare il cibo invenduto – anziché donarlo o venderlo a prezzo scontato – a causa dei costi logistici, delle incognite legali e delle possibili responsabilità in caso di problemi di salute di chi dovesse consumarlo. Questo comporta che grandi quantità di cibo ancora commestibile finiscono in discarica, anche quando esistono alternative, [grazie alla legge Gadda](#), una delle più avanzate d'Europa, come le donazioni o il rilancio tramite app antispreco.

Una riflessione sul paradosso tra soluzioni già attive e incentivi economici sbilanciati che favoriscono lo spreco: servirebbe intervenire a livello organizzativo nei supermercati per adottare pratiche sostenibili.

Luglio e arte

Luglio è estate e quindi anche mare. Se passate dalla Romagna e nello specifico da Riccione, fino al 5 ottobre non perdetevi *"Mare Magnum. Da Ferdinando Scianna a Martin Parr"*, la [mostra](#) in programma a Villa Mussolini che celebra l'immenso patrimonio fotografico dell'agenzia Magnum, esplorando la spiaggia come palcoscenico umano. Curata da Andréa Holzherr, espone scatti di otto grandi nomi – da Ferdinando Scianna e Bruno Barbey fino a Martin Parr, passando per Bruce Gilden, Harry Gruyaert, Trent Parke, Olivia Arthur e Newsha Tavakolian – provenienti da tutto il mondo. Una mostra che alterna momenti di gioia, relax e gioco a scene di solitudine, riflessione e umorismo sottile, per raccontare la condizione umana attraverso l'elemento del mare.



Luglio e due meravigliose idee per una fuga

Non sono novità, ma sono due strutture che hanno apportato alcune modifiche per questa stagione estiva: Dalla Gioconda e Nina Trulli Resort.

Nelle prime Marche, a Gabicce Monte, [Dalla Gioconda](#) ha inaugurato la sua piscina a sfioro vista mare, dove cielo e mare si fondono: la ciliegina sulla torta per le camere già esistenti e le nuove appena inaugurate, frutto del gusto e della cura che Allegra Tirotti Romanoff ha utilizzato per crearle, una a una.

Nel cuore della Valle d'Itria, a Monopoli, si conserva la bellezza di [Nina](#)



Trulli Resort, con una nuova gestione che ha appena inaugurato la prima stagione estiva. Una masseria-rifugio composta da trulli restaurati, immersa tra uliveti, vigneti e un grande querceto. Qui potete arrivare e non uscire più tra la piscina, la natura che vi circonda, i corsi di cucina e yoga e il ristorante Orto (nome non casuale, che riprende proprio l'orto di proprietà dove vengono coltivati alcuni ingredienti) che da quest'anno ha una nuova veranda per i pranzi e le cene dei suoi ospiti.



Dalla Gioconda ph.credits Savourduo

Dalla Gioconda

Via dell'Orizzonte, 2 - Gabicce Monte (Pesaro e Urbino)

Nina Trulli Resort

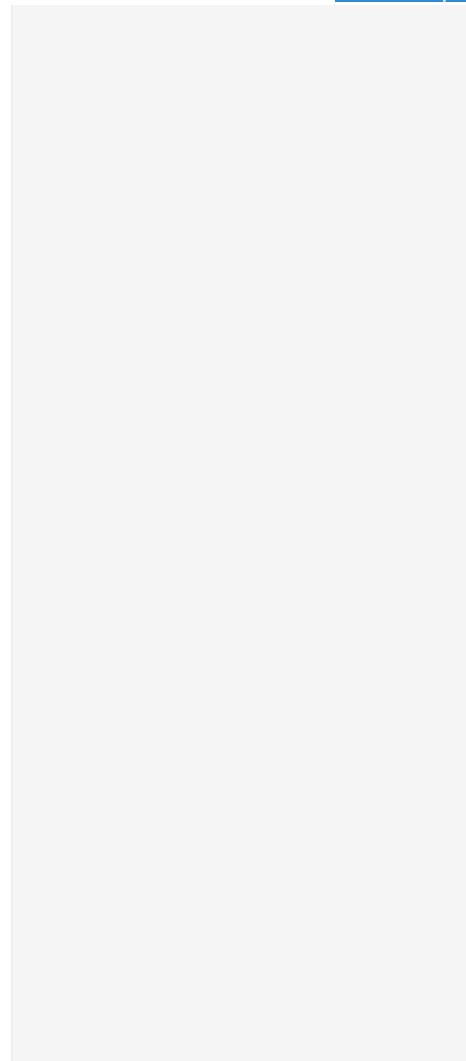
Contrada Tortorella, Monopoli (Bari)

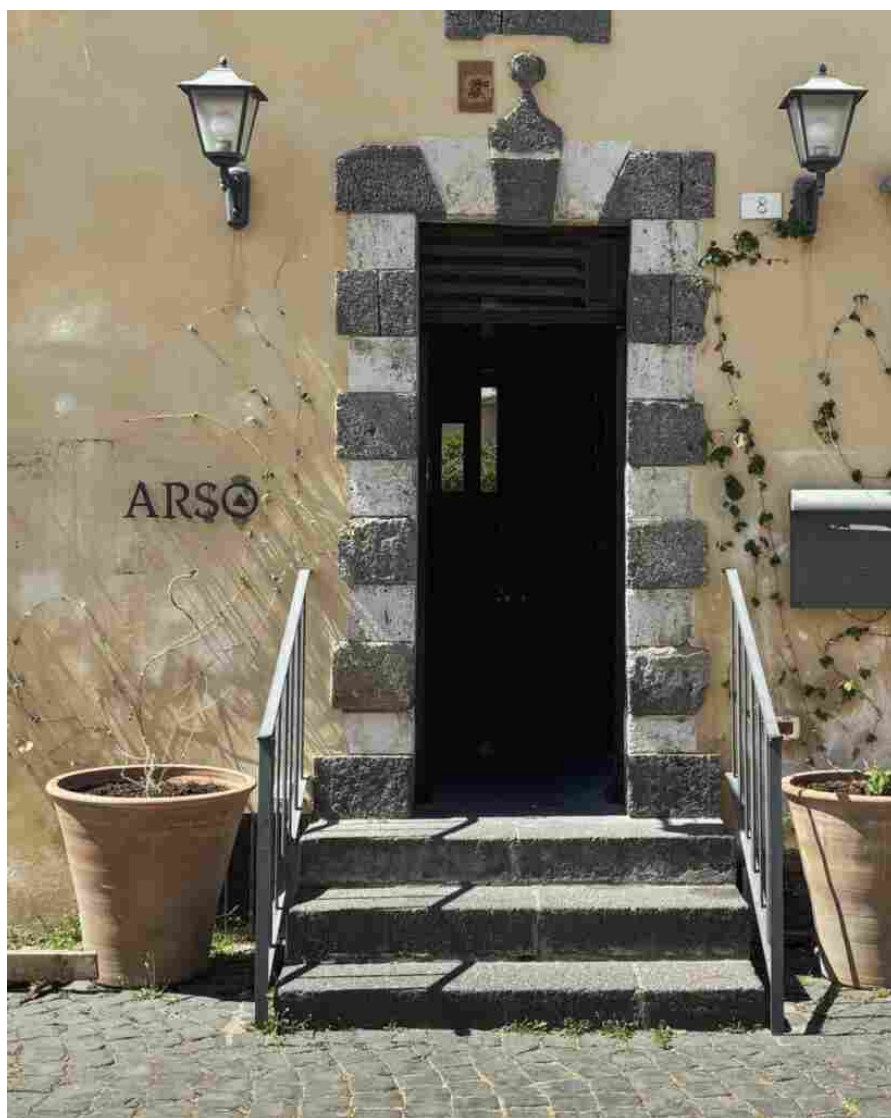
Luglio e nuove aperture

Orvieto non è solo l'unica città italiana ad aver ricevuto il Traveller Review Awards 2025 di Booking.com e quella che ospita Coro (ne abbiamo parlato [qui](#)), unico ristorante italiano a essere tra i sedici finalisti del prestigioso *Prix Versailles 2025*, premio internazionale per l'architettura nella ristorazione, patrocinato da Unesco e Nazioni Unite, che celebra progetti architettonici distintivi per estetica, impatto culturale e sostenibilità intelligente. È anche la città dove da circa un mese ha aperto [ARSO](#), il ristorante dello chef Tommaso Tonioni, la casa del suo progetto, dopo quattro anni dal suo pop-up restaurant. «ARSO è un'alleanza concreta tra chi coltiva, chi cucina, e chi si prende il tempo

di ascoltare ciò che ha nel piatto».

Che sia arrivato il momento giusto di fare un bel giro a Orvieto?





ARSO

Piazza del Duomo, 8 - Orvieto

Luglio e nuovi luoghi balneabili

Dopo cento anni, la Senna, il fiume che attraversa la città dell'amore, è nuovamente balneabile. Il comune della città ha aperto tre zone balneabili, con attrezzature e bagnini. È la prima volta dal 1923 che la Senna torna balneabile per le persone di Parigi, grazie a un investimento ingente voluto dalla sindaca di Parigi Anne Hidalgo: negli anni Sessanta il fiume era stato dichiarato «biologicamente morto».

Come è stato possibile? In poco più di dieci anni l'amministrazione di Hidalgo ha fatto piantare circa centotrentamila alberi in città, reso pedonali centinaia di strade ed eliminato migliaia di posteggi. Questo ha garantito una riduzione del livello dei due agenti inquinanti più pericolosi, il particolato fine (PM 2,5) e il biossido di azoto, scesi rispettivamente del 55 e del 50 per cento.

Le tre zone balneabili aperte sono tutte in centro: *Bercy*, *Bras Marie* e *Grenelle*. Ognuna ha un limite di persone che possono fare il bagno contemporaneamente (tra le 150 e le 300) e di quelle che possono accedere al sito (tra le 200 e le 700).

Luglio e tecnologia

«We're able to find new beauty, new interpretation, new ideas from what the camera creates». «Riusciamo a trovare nuova bellezza, nuove interpretazioni, nuove idee in ciò che crea la macchina fotografica».

Ecco come Ryan Mather e Kelin Carolyn l'hanno presentata.

In un'epoca in cui l'eccesso di immagini – reali o artificiali – sembra finalmente rallentare, arriva una fotocamera che sceglie di andare oltre l'apparenza, riscoprendo l'essenza delle cose attraverso la parola, la poesia e i versi (in qualsiasi lingua che utilizzi l'alfabeto latino).

Si chiama Poetry Camera e utilizza l'intelligenza artificiale Claude: basta inquadrare con l'obiettivo un soggetto e scegliere se ottenere un haiku o un sonetto. E poi click, e il prodotto viene stampato come una sorta di scontrino. Chissà cosa scriverebbe alla vista del nostro piatto preferito.

Al momento Poetry Camera è disponibile al [pre-order](#).

Luglio e un prodotto nel carrello

Erin Eun-Young Kim e Mark Blackwell si sono trasferiti a Milano da New York il giorno dopo il loro matrimonio e Kimchi Pop è la loro startup, un ponte un ponte gastronomico tra Corea e Italia che promuove un'alimentazione fermentata, sana e artigianale. Producono [kimchi](#) (김치), il piatto nazionale della Corea del Sud, uno dei contorni tradizionali coreani (*banchan*), servito con quasi ogni pasto. Realizzato seguendo ricette tradizionali senza conservanti in vasetti da coloratissimi da 300 grammi o 500 grammi acquistabili direttamente [qui](#).



Kimchi Pop ph.credits Savourduo

Condividi:



Gastronomika

gelato

mostre

ristoranti

spreco alimentare

RISTORAZIONE Il gruppo bolognese celebra l'anniversario dalla fondazione e punta su una nuova fase di sviluppo in Italia. All'estero in Spagna, Danimarca e Germania

80 volte Camst

di Stefano Catellani

Ottant'anni alle spalle e un nuovo piano strategico:

2025-2029, che prevede una crescita del fatturato a 733 milioni di euro (+19%) e un ebitda al 7,7%. È la road map tracciata dal presidente del gruppo Camst di Bologna Francesco Malaguti (confermato dall'assemblea dell'ottantesimo) per innovare nel mondo della ristorazione in Italia, Spagna, Danimarca e Germania.

Per la prima volta, accanto al piano industriale Camst ha introdotto un piano strategico di sostenibilità, con pari dignità rispetto agli obiettivi economici. Il piano si fonda su tre pilastri: crescita, innovazione e sostenibilità. Il fatturato consolidato del gruppo Camst per il 2024 è di 612,5 milioni di euro, con un utile netto di 33,7 milioni di euro. Per la capogruppo Camst, i ricavi ammontano a 547,2 milioni di euro, con un utile di 7 milioni.

I risultati evidenziano il pieno superamento dei livelli pre-Covid, confermando la solidità del modello cooperativo in un contesto di mercato complesso. Il gruppo bolognese distribuisce ogni anno più di 80 milioni di pasti, attraverso 85 ristoranti self-service e bar, 41 centri cottura e circa 1.600 punti di ristorazione su tutto il territorio nazionale, ma anche all'estero con nove società: Cheval Blanc Kantiner A/S, società danese Summertrade (a Rimini per i servizi fieristici) la veneziana Serimi (sede a Mira per la ristorazione scolastica), le bolognesi SeRA (servizi di ristora-

zione associati), Matilde, I Due Castelli, Gerist a Firenze (servizi fieristici) e Bassa Romagna Catering, e la finanziaria FinRest.

Camst group è una società cooperativa benefit e dal quartier generale a Villanova di Castenaso (area di Bologna) Francesco Malaguti, presidente Camst dal novembre 2018, conferma, tra gli interventi previsti dal piano industriale, investimenti per 115 milioni di euro destinati a efficientamento energetico, rinnovo



Francesco Malaguti

impianti e nuove aperture, in particolare nel comparto Tavolamica. Il focus rimane la ristorazione collettiva (scuole, aziende, ospedali, case di cura), ma nel business plan trova spazio crescente la ristorazione commerciale con i brand Tavolamica. Dal 1945 Gustavo Italiano e nel banqueting per eventi con il brand Dettagli catering.

Nei primi ottant'anni Camst ha ampliato le sue attività anche al facility management, specializzandosi nei servizi dell'area soft (pulizie industriali), tech (manutenzioni e energy management)

e con la divisione Life Science Solutions nelle attività di controllo e qualifica della contaminazione ambientale. Il piano punta alla crescita del 19% del fatturato con il rafforzamento della ristorazione scolastica e sanitaria, all'evoluzione del servizio aziendale, alla crescita nella ristorazione commerciale e nei soft services, allo sviluppo della produzione di piatti pronti (800.000 kg stimati nel 2025) e al rilancio del banqueting con Dettagli Catering.

I primi ottant'anni segnano un giro di boa significativo per la società nata il 16 giugno 1945, con i primi buffet alla stazione e allo stadio di Bologna, alla fine degli anni '40. In occasione dell'ottantesimo Camst ha unito le forze con il Censis per la stesura di «Il tempo e il cibo - La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo», lo studio descritto da Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis, e Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare Censis, dove viene raccontato il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari. «Il 76,7% degli italiani cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Questo emerge ancora di più nei contesti di lavoro, in cui una pausa di qualità è importante, con ricadute anche sulla produttività», spiega Valerii. Camst group ha appena ottenuto la certificazione B Corp, un ulteriore tassello dell'impegno del gruppo verso un modello d'impresa responsabile e orientato al bene comune. (riproduzione riservata)

19-07-2025

camst:
group

Pagina

Foglio

1 / 3

milanofinanza.it
MILANO
FINANZA



www.ecostampa.it

FTSE MIB ▲ 0,46%

SPREAD ▼ 88,27

DOW JONES ▼ -0,32%

DAX ▼ -0,33%

MF Polizze Vita

Impara la finanza **NEW**



Scopri MFGPT

MILANO
FINANZA

PROMO ESTATE *



Sfoggia il giornale



HOME NOTIZIE MERCATI PATRIMONI MF FASHION GENTLEMAN CLASS CNBC CLASS TVMODA EVENTI SHOP NEWSLETTER

Italia Mondo Finanza Economia Tecnologia Salute Politica MF Visual Orsi & Tori MF Newswires Dossier WSJ Barron's

🏠 / News / Dal settimanale / 80 volte **Camst**

⚡ DAL SETTIMANALE

Leggi dopo



RISTORAZIONE Il gruppo bolognese celebra l'anniversario dalla fondazione e punta su una nuova fase di sviluppo in Italia. All'estero in Spagna, Danimarca e Germania

80 volte **Camst**



Milano Finanza - Numero 141 pag. 52 del 19/07/2025

up^{TV}

Ultim'ora news 18 luglio ore 20

Ti potrebbero interessare



L'ECO DELLA STAMPA
LEADER IN MEDIA INTELLIGENCE

Ottant'anni alle spalle e un nuovo piano strategico: 2025–2029, che prevede una crescita del fatturato a 733 milioni di euro (+19%) e un ebitda al 7,7%. È la road map tracciata dal presidente del gruppo **Camst** di Bologna Francesco Malaguti (confermato dall'assemblea dell'ottantesimo) per innovare nel mondo della ristorazione in Italia, Spagna, Danimarca e Germania.

Per la prima volta, accanto al piano industriale **Camst** ha introdotto un piano strategico di sostenibilità, con pari dignità rispetto agli obiettivi economici. Il piano si fonda su tre pilastri: crescita, innovazione e sostenibilità. Il fatturato consolidato del gruppo **Camst** per il 2024 è di 612,5 milioni di euro, con un utile netto di 33,7 milioni di euro. Per la capogruppo **Camst**, i ricavi ammontano a 547,2 milioni di euro, con un utile di 7 milioni.

I risultati evidenziano il pieno superamento dei livelli pre-Covid, confermando la solidità del modello cooperativo in un contesto di mercato complesso. Il gruppo bolognese distribuisce ogni anno più di 80 milioni di pasti, attraverso 85 ristoranti self-service e bar, 41 centri cottura e circa 1.600 punti di ristorazione su tutto il territorio nazionale, ma anche all'estero con nove società: Cheval Blanc Kantiner A/S, società danese **Summertrade** (a Rimini per i servizi fieristici) la veneziana **Serimi** (sede a Mira per la ristorazione scolastica), le bolognesi SeRA (servizi di ristorazione associati), Matilde, **I Due Castelli**, **Gerist** a Firenze (servizi fieristici) e **Bassa Romagna** Catering, e la finanziaria FinRest.

Camst group è una società cooperativa benefit e dal quartier generale a Villanova di Castenaso (area di Bologna) Francesco Malaguti, presidente **Camst** dal novembre 2018, conferma, tra gli interventi previsti dal piano industriale, investimenti per 115 milioni di euro destinati a efficientamento energetico, rinnovo impianti e nuove aperture, in particolare nel comparto **Tavolamica**. Il focus rimane la ristorazione collettiva (scuole, aziende, ospedali, case di cura), ma nel business plan trova spazio crescente la ristorazione commerciale con i brand **Tavolamica**, **Dal 1945** **Gustavo Italiano** e nel banqueting per eventi con il brand **Dettagli catering**.

Nei primi ottant'anni **Camst** ha ampliato le sue attività anche al **facility management**, specializzandosi nei servizi dell'area soft (pulizie industriali), tech (manutenzioni e energy management) e con la divisione Life Science Solutions nelle attività di controllo e qualifica della contaminazione ambientale. Il piano punta alla crescita del 19% del fatturato con il rafforzamento della ristorazione scolastica e sanitaria, all'evoluzione del servizio aziendale, alla crescita nella ristorazione commerciale e nei soft services, allo sviluppo della produzione di piatti pronti (800.000 kg stimati nel 2025) e al rilancio del banqueting con **Dettagli Catering**.

I primi ottant'anni segnano un giro di boa significativo per la società nata il 16 giugno 1945, con i primi buffet alla stazione e allo stadio di Bologna, alla fine degli anni '40. In occasione dell'ottantesimo **Camst** ha unito le forze con il Censis per la stesura di «Il tempo e il cibo - La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo», lo studio descritto da Massimiliano Valerii, consigliere delegato Censis, e Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare Censis, dove viene raccontato

Azioni, ecco i 12 titoli che possono crescere anche del 30% secondo Intesa Sanpaolo

Che succederà sui mercati con i nuovi dazi di Trump all'Europa? Ecco come possono muoversi, e dove investire adesso

Dazi Usa al 30% sulla Ue dal 1° agosto: le 16 azioni italiane più a rischio

Unicredit-BancoBpm, così Bruxelles smonta il golden power del governo. Ecco i dubbi dell'ufficio studi del Parlamento Ue

Fallimento polizze Fwu, la compagnia non può accedere al database con i 250.000 nominativi. Ma ci sono due notizie positive

LE NOTIZIE PIÙ LETTE DI
GENTLEMAN

il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari. «Il 76,7% degli italiani cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Questo emerge ancora di più nei contesti di lavoro, in cui una pausa di qualità è importante, con ricadute anche sulla produttività», spiega Valerii. Camst group ha appena ottenuto la certificazione B Corp, un ulteriore tassello dell'impegno del gruppo verso un modello d'impresa responsabile e orientato al bene comune. (riproduzione riservata)

Condividi

SCARICA PDF



Wimbledon, dove vincono anche gli orologi: i segnatempo più belli in tribuna

Davide Passoni



Taormina sotto i riflettori dopo il viaggio di nozze di Bezos e Sánchez

Manuela Stefani



Poltu Quatu, il porto nascosto della Sardegna è il place to be di quest'estate

Giada Barbarani



Il nuovo lusso di Louis Vuitton? È un gelato al gusto di...

Gioia Carozzi



Alpine Escape: a Livigno la montagna diventa palestra e rifugio

Samantha Primati



Dopo il trionfo di Sinner a Wimbledon, ecco i campi da tennis più spettacolari del mondo. E molti sono in Italia

Giada Barbarani



HORECA CHANNEL

Consumer Experience Out of Home **ITALIA**



EDITORIALI

SPUNTI DI VISTA

SHORT NEWS

MARKET FOCUS

FOOD & BEVERAGE

AZIENDE & INNOVAZIONI

EVENTS

MIXOLOGY



FORMAZIONE

NEWSLETTER

SHORT NEWS

Il tempo e il cibo è il titolo del rapporto Camst Censis

Pubblicato 2 ore fa il 14 Luglio 2025

By Redazione



Censis, in collaborazione con **CAMST**, ha presentato lo studio **“Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo”**. Uno studio che mette a confronto la cronica mancanza di tempo per stare dietro ai ritmi della vita attuale con il desiderio degli italiani di ritagliarsi più tempo per quelle attività che le gratificano maggiormente, e fra queste un ruolo d'elezione per gli italiani ce l'hanno quelle con al centro il cibo, dai pasti alla pratica del cucinare.

Infatti, la convivialità a tavola è particolarmente apprezzata dagli italiani, percepita come un formidabile motore di benessere soggettivo poiché antidoto, reversibile ma potente, all'accelerazione dei ritmi di vita e all'intasamento dei tempi.

Ma quali sono i punti di domanda centrale ai quali il rapporto **Censis-Camst** dà le risposte. Lo abbiamo chiesto a **Sara Lena**

ricercatrice Area Consumi, Mercati e Welfare del Censis.

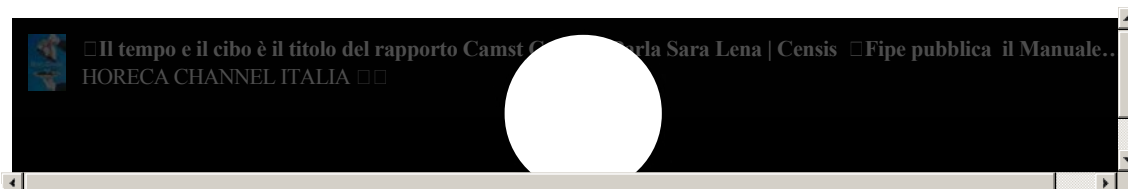
Ci può dire quali sono i punti di domanda centrali ai quali questo vostro studio risponde?

«I principali punti di domanda a cui risponde il rapporto **Camst-Censis** sono: qual è il rapporto degli italiani con il tempo nella digital life? Il digitale ha migliorato la vita degli italiani? E, in particolare, quanto tempo gli italiani dedicano al cibo? Il primo passo è stato l'analisi dell'impatto del digitale sulla vita quotidiana: il 53,3% degli italiani pensa che il digitale abbia accelerato il ritmo delle attività del quotidiano e il 73,9% dichiara che grazie al digitale svolge più attività contemporaneamente; tale dinamica avrebbe potuto aumentare il tempo libero delle persone, tuttavia il digitale ha esercitato un'attrazione fatale perché le persone hanno intensificato le attività sino a saturare di nuovo il loro tempo e finendo per avere la percezione di non avere mai abbastanza tempo; ecco quindi che per il 52,8% degli italiani poter fare le cose velocemente non ha migliorato la qualità della vita. Questo contesto spiega perché è nato in parallelo il desiderio di rallentare con l'obiettivo di vivere meglio ed è cresciuto anche il desiderio di dedicare più tempo a sé stessi e alle attività che piacciono. Ecco la dinamica essenziale del nostro tempo: cresce il desiderio di una nuova lentezza che si scontra con i ritmi di vita imposti dal digitale».

Il tempo e il cibo, com'è vissuto dagli italiani e che valore ha?

«Tra i momenti in cui recuperare lentezza per gli italiani sono importanti le attività relative al cibo: oggi in Italia c'è un'amplificata attenzione al cibo, ad esempio c'è una corsa verso le informazioni. L'84,2% degli italiani dichiara di cercare informazioni sul cibo nel web e nei social. Se gli italiani dedicano tanto tempo all'informazione online, il tempo che riescono a dedicare al cibo nella vita concreta non è quello che vorrebbero: l'87,9% desidera infatti più tempo per le occasioni di convivialità a tavola, il 69,3% per dedicarsi alla cucina e ancora il 69,2% per fare bene la spesa alimentare. Le attività intorno al cibo rappresentano per gli italiani un'oasi di quiete in un universo sociale forsennato in cui sono immersi e da cui hanno assoluto bisogno di distaccarsi sia pure in modo transitorio e in questo contesto tra i lavoratori la pausa pranzo è molto più che un semplice intermezzo da restringere al minimo, è un momento di benessere personale e per l'87,7% è un momento importante che migliora anche la produttività del proprio lavoro meglio se svolto in una location gradevole, ad esempio per le aziende che dispongono di una mensa aziendale questa, secondo i lavoratori, dovrebbe evolversi in una sorta di caffetteria all'italiana cioè una location in un'azienda multifunzionale in cui è possibile accedere a pasti personalizzati, sostenibili, in cui poter coltivare relazioni e accessibile durante l'intero orario di lavoro. In definitiva un'oasi in cui è possibile stare bene nei momenti di sospensione dell'attività lavorativa».

Approfondisci questa e le altre notizie del giorno in Horeca Short News Podcast



ARGOMENTI CORRELATI: #FEATURED

DA NON PERDERE



Insight Beverage Horeca: giugno super

ADVERTISEMENT

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Ipsa > Magazine > Produttività > La soddisfazione al lavoro è un indicatore strategico del...

PRODUTTIVITA' - 14 luglio 2025

La soddisfazione al lavoro è un indicatore strategico del successo aziendale



Cresce il desiderio di dedicare più tempo a sé stessi, riducendo quello lavorativo a favore di attività gratificanti come lo sport, la lettura, la meditazione, il volontariato, la formazione personale o il tempo trascorso con amici e familiari. I lavoratori auspicano che le mense aziendali evolvano in spazi accoglienti e flessibili, simili a caffetterie italiane, dove consumare pasti sani e personalizzati, socializzare e rilassarsi durante la giornata. Queste "oasi" aziendali migliorerebbero il benessere, l'engagement e la produttività.


Giuseppe Rocco

Esperto economico. Approfondisce con particolare interesse e attenzione i temi del welfare e dello Stato sociale.

One FISCALE

È la soluzione di informazione e di approfondimento dedicata a Commercialisti, Consulenti d'Azienda e Imprese.

[Provala gratis](#)
Da IPSOA Quotidiano

Commercialisti ed esperti contabili: tirocinio anche con la formazione

Regolamento privacy: quando è esercitabile il diritto alla portabilità dei dati?

La soddisfazione lavorativa rappresenta oggi un indicatore strategico per il successo delle aziende, soprattutto in un contesto in cui i professionisti ricercano ambienti che valorizzano competenze, benessere e crescita.

Viene sottolineato nel commento ad una interessante analisi di Hays Italia condotta su professionisti, – in prevalenza appartenenti al middle e top management – in oltre 21 Paesi a livello globale, secondo cui nel 2024 solo il 60% dei lavoratori italiani è soddisfatto della propria situazione lavorativa, relegando il nostro Paese agli ultimi posti tra quelli analizzati.

Italiani e digital life

E' interessante per meglio "leggere la realtà" riportare alcune evidenze sul rapporto tra italiani e digital life, che si riflettono anche nel contesto lavorativo, contenute nel recente Rapporto **CAMST-CENSIS** su "Il tempo e il cibo".

Si sottolinea in particolare l'accelerazione estrema dei ritmi di vita nella nostra società, anche a seguito della straordinaria capacità dei device digitali di catturare l'attenzione delle persone, riempiendo di attività anche i momenti vuoti, gli spazi tra un'attività e l'altra.

E la ricerca rende ragione anche dell'insorgere ormai potente nella società della voglia di rallentare, di ridurre ritmi e attività svolte, di recuperare tempo per sé stessi e per quel che è piacevole fare, meglio se in modo lento, fuori dalla frenesia prevalente. La ricerca, quindi, intercetta il valore amplificato che gli italiani attribuiscono a quei momenti quotidiani di relax, alle oasi di tranquillità, reversibili ma essenziali, tra le quali sono decisive quelle che ruotano intorno al rapporto con il cibo.

E' come se si attivasse la paradossale dinamica della nostra epoca, sintetizzata nella formula la carestia di tempo. Infatti, l'incremento di produttività reso possibile dal digitale non ha condotto a disporre di più tempo per sé stessi o per attività gratificanti ad alto e positivo impatto sulla qualità della vita, ma ha generato un meccanismo forzoso di moltiplicazione delle attività svolte fino a saturare le ore del giorno con una sensazione acuta di non avere mai abbastanza tempo per fare tutto quel che si vorrebbe, prosegue il CENSIS.

E, più ancora, di non avere tempo per svolgere quelle attività più piacevoli, gratificanti, intrise di lentezza, come nel caso della convivialità a tavola, che avrebbero il pregio di dare qualità al proprio tempo.

In definitiva per una maggioranza di italiani la possibilità di fare le cose più velocemente e in multitasking, rese possibili dal digitale, non hanno migliorato la qualità della vita.

E allora non sorprende che cresca il desiderio sociale di ridurre il

DIS-COLL: dall'INPS le istruzioni operative per collaboratori coordinati e continuativi

Fondo di solidarietà residuale: indicazioni operative per il pagamento dell'assegno ordinario

Welfare aziendale: grande opportunità per le imprese

numero e il ritmo delle attività svolte. E, al contempo, che cresca la voglia di avere più tempo per sé stessi, che tra gli occupati diventa voglia di dedicare meno tempo al lavoro per dilatare quello per attività più gratificanti, piacevoli e di cura di sé stessi: le sole a dare qualità al tempo.

E il punto di vista dei lavoratori dipendenti delinea anche, nelle aziende, l'importanza che attribuiscono a quel che un tempo si potevano definire mense aziendali e che, nei desiderata dei lavoratori dovrebbero evolvere verso format innovativi che vanno oltre anche il format del ristorante, verso modelli di caffetteria all'italiana dall'estetica gradevole, accoglienti, funzionali alla relazionalità, facilmente accessibili con orari dilatati nella giornata lavorativa.

Location per pasti sostenibili, salutarie e personalizzate, per coltivare relazionalità e per momenti di relax e convivialità all'interno della giornata lavorativa.

In definitiva una location in azienda che offre ai lavoratori la possibilità di vivere, con modalità e in momenti diversi, occasioni di benessere. Oasi in cui è possibile star bene, con effetti molto positivi su engagement e produttività del lavoro.

Una simile location diventa un requisito distintivo per un'azienda, utilizzabile in quell'inedita competizione nel mercato del lavoro per attrarre e trattenere lavoratori, sempre più attenti al benessere olistico anche negli orari di lavoro e in azienda, chiosa la ricerca CAMST-CENSIS.

Coerentemente con una rinnovata voglia di tempo libero e di benessere sia fisico che psicologico si riportano poi i dati della recente ricerca dell'Istat sull'attività sportiva secondo cui nel 2024 sono più di 21 milioni 500mila le persone di 3 anni e più che nel nostro Paese praticano uno o più sport nel tempo libero (il 37,5 per cento della popolazione di 3 anni e più). Tra questi il 28,7 per cento pratica uno sport con continuità e l'8,7 per cento saltuariamente.

La tendenza a praticare sport cresce nel tempo: nel 1995 la quota di sportivi era pari al 26,6%. L'incremento della pratica sportiva ha riguardato quasi esclusivamente quella di tipo continuativo, cresciuta di quasi 11 punti percentuali (era il 17,8 per cento nel 1995), mentre è rimasta abbastanza stabile in tutto il periodo la pratica di tipo saltuario e occasionale. I livelli di pratica sportiva sono più elevati tra gli uomini. Nel 2024 il 43,4 per cento degli uomini pratica sport, mentre fra le donne la percentuale scende al 31,8 per cento. Nel tempo, il graduale aumento della pratica sportiva ha però riguardato di più le donne, al punto che il divario di genere tra i praticanti si riduce da circa 17 punti percentuali nel 1995 a 11,6 punti percentuali nel 2024.

Nel 2024 il 13,0 per cento degli sportivi ha dichiarato di praticare sport meno di una volta a settimana, quasi la metà (48,8%) di allenarsi una o due volte a settimana, mentre più di uno su tre (il 37,1 per cento) di praticare tre o più volte a settimana. Sono specialmente gli uomini a praticare sport con maggiore frequenza: è pari al 40,3 per cento la

quota di uomini che si allena con una frequenza di tre o più volte a settimana, mentre si scende al 32,8 per cento tra le donne.

L'analisi di Hays

Andando alla disamina dei risultati della analisi di Hays Italia sul podio dei più soddisfatti vi sono i dipendenti della Repubblica Ceca (79 per cento), della Thailandia (76 per cento) e del Regno Unito (71 per cento). Seguono Colombia (69 per cento), Messico e Irlanda (67 per cento), Canada e Malesia (65 per cento), Ungheria (64 per cento), Paesi Bassi, Polonia e Francia (63 per cento), Spagna, Romania, Cile e Cina (62 per cento).

Nelle ultime posizioni vi sono il Brasile (61 per cento), Italia (60 per cento), Stati Uniti (59 per cento), Portogallo (52 per cento) e, con un distacco considerevole, all'ultimo posto si colloca il Giappone (40 per cento), con i dipendenti più insoddisfatti della rilevazione.

Anche in termini di soddisfazione salariale, la Repubblica Ceca si conferma al primo posto della classifica con il 73 per cento di dipendenti soddisfatti, seguita da Thailandia (70 per cento) e UK (68 per cento). Subito dopo si collocano Irlanda (66 per cento), Messico (61 per cento), Colombia (60 per cento), Cile (59 per cento), Romania (58 per cento). Condividono lo stesso grado di soddisfazione i dipendenti di USA, Cina e Italia (57 per cento) seguiti a stretto giro da Malesia (56 per cento), Canada e Francia (55 per cento).

I meno soddisfatti della propria retribuzione sono, invece, i lavoratori dei Paesi quali Spagna (46 per cento), Portogallo (45 per cento), Paesi Bassi (43 per cento), Polonia e Giappone (42 per cento), che si riconferma avere i lavoratori più insoddisfatti.

Quale è il messaggio chiave?

Si rimarca come occorre che imprese e manager ripensino le leve di attrattività e retention dei talenti.

Bisogna puntare sui bisogni intangibili dei lavoratori, ossia su politiche concrete che riguardino opportunità di crescita, work-life balance e cultura aziendale.

Altro su Produttività



BUONI PASTO

LUGLIO 10, 2025

 0 Commenti

PIÙ TEMPO, PIÙ BENESSERE: LA PAUSA PRANZO AL CENTRO DELLA QUALITÀ DELLA VITA

In un mondo che corre sempre più veloce, **il tempo è diventato una risorsa scarsa e un bene prezioso**. Lo conferma il nuovo rapporto realizzato dal Censis per **Camst** group, che fotografa un'Italia affaticata dalla frenesia quotidiana, ma sempre più **desiderosa di rallentare** e riscoprire il valore della convivialità e dei piccoli riti legati al cibo. Una ricerca che ci riguarda da vicino, perché è proprio nella pausa pranzo che si concentra gran parte di questo bisogno di benessere, tempo per sé e relazioni autentiche.

- Il tempo del cibo, antidoto alla frenesia
- Pausa pranzo: un gesto semplice, un valore profondo
- Rallentare si può, anche in ufficio

Il tempo del cibo, antidoto alla frenesia

Oggi il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo da dedicare a ciò che ama. In cima alle preferenze ci sono le attività legate al cibo: **cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto**. Nella quotidianità, però, il tempo a disposizione è molto limitato: tra giorni feriali e weekend, i pasti si consumano in fretta. Anche cucinare o fare la spesa in modo



SEI UN'AZIENDA?

Cerchi una soluzione vantaggiosa per i tuoi dipendenti?

[RICIEDI INFO](#)

consapevole diventano incombenze da sbrigare velocemente e da incastrare tra le tante attività della giornata... Il risultato è un paradosso in cui molti si riconosceranno: si parla continuamente di cibo, ci sono decine di programmi TV e migliaia di contenuti dedicati sui social, si salvano continuamente nuove ricette, si annotano indirizzi di ristoranti da provare... ma quanti riescono davvero a mettere in pratica qualcosa? **Il tempo per vivere il cibo, più che per dividerlo, è sempre meno.**

Pausa pranzo: un gesto semplice, un valore profondo

In questo scenario di tempo limitato e abitudini di vita diverse, i **buoni pasto** rappresentano una soluzione pratica e flessibile per migliorare la qualità della pausa pranzo. Si possono utilizzare per pranzare fuori casa, ma anche per fare la spesa e preparare i pasti in autonomia — una scelta sempre più diffusa, soprattutto tra chi lavora da remoto (sì, i **buoni pasto valgono anche in smart working**, secondo il principio di un buono per ogni giorno lavorato).

Garantiscono libertà di scelta e si adattano a ogni esigenza: che si tratti di una pausa solitaria al tavolino di un bar per staccare un po', di un pranzo condiviso con i colleghi o di un pasto cucinato con calma a casa. Un supporto concreto per costruire quell'atmosfera di benessere che molti lavoratori cercano: spazi accoglienti, cibo sano, orari flessibili.

Per le aziende, offrire buoni pasto è una misura di welfare molto apprezzata e, al tempo stesso, una leva strategica per attrarre e fidelizzare talenti, contribuendo a creare ambienti di lavoro più sostenibili e attenti alle esigenze delle persone.

Rallentare si può, anche in ufficio

La ricerca Censis parla chiaro: **gli italiani chiedono una nuova idea di benessere**, che rimetta al centro il tempo e le relazioni. Il cibo, in questo senso, è un ponte tra corpo e mente, tra la dimensione individuale e quella collettiva. E la pausa pranzo è uno dei momenti cruciali in cui questo legame si esprime con più autenticità.

Dare valore a quel momento — attraverso la libertà di scelta offerta dal buono pasto, ma anche con spazi adeguati e tempo realmente dedicato — significa contribuire a un cambiamento culturale. Un cambiamento che non riguarda solo il modo in cui mangiamo, ma anche il modo in cui lavoriamo e viviamo.

Condividi

**I COSTI INVISIBILI
DELLO SPRECO...**
Precedente



**Welfare Aziendale
per tutti!**

Servizi defiscalizzati
per migliorare il benessere
dei lavoratori e delle
loro famiglie.

SCOPRI DI PIÙ



**SEI UN UTILIZZATORE
UP DAY?**

Ad ogni tua domanda la nostra risposta

SCOPRI DI PIÙ



Corriere Adriatico

Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt. Ecco il rapporto Censis

Annamaria Colao, professoressa di Endocrinologia alla Federico II: "La fretta può causare obesità"



di Celeste Ottaviani



RISERVATO AGLI ABBONATI PREMIUM



giovedì 10 luglio 2025, 06:35

3 Minuti di Lettura

Condividi

Nell'immaginario collettivo, gli italiani sono il popolo del cibo, dei pranzi in famiglia e delle portate infinite. Se in passato ciò poteva essere vero, ormai è diventato solo un ricordo. Secondo il rapporto "Il tempo e il cibo" stilato dal **Censis** per **Camst**, gli italiani dedicano pochissimo tempo ai pasti. Nei giorni feriali, il pranzo si aggira attorno ai 28 minuti, con il 40,5% delle persone che si ritaglia un massimo di 20 minuti. Per la cena, la situazione migliora, ma di poco. Il tempo medio è di 32 minuti. Parliamo quindi solamente di un'ora al giorno dedicata ai pasti.

— APPROFONDIMENTI —

ALIMENTAZIONE



Salsa al cetriolo: fresca, leggera e ricca di benefici

ALIMENTAZIONE

Inositolo: la vitamina naturale che aiuta a disintossicare il fegato

ALIMENTAZIONE

Dieta rinfrescante, cosa mangiare (e cosa no) con il caldo record: i 15 alimenti consigliati e i 7 vietati. Via libera a fragole e zenzero, no alla carne rossa

I PRESUPPOSTI

Per la salute, però, non è importante solo ciò che mangiamo, ma anche il modo in cui lo facciamo. «Dal punto di vista del nostro benessere, mangiare in piedi, di fretta, in ufficio, mentre stiamo pensando al lavoro, non è la stessa cosa di sedersi al tavolo e dedicare del tempo al pranzo o alla cena», avverte [Annamaria Colao](#), professoressa di Endocrinologia e Malattie del metabolismo, Cattedra Unesco per l'educazione alla salute e allo sviluppo sostenibile dell'Università [Federico II](#) di Napoli. «Quella che noi chiamiamo dieta mediterranea – prosegue – e che tanto caratterizza il nostro Paese, è uno stile di vita. Non si riferisce solo all'alimentazione, che certamente ne rappresenta uno dei pilastri, ma abbraccia anche altri aspetti, che rendono questo modo di vivere particolarmente valido per la prevenzione delle malattie croniche, cardiovascolari, neurodegenerative, per contrastare il diabete e migliorare la longevità. Uno dei cardini di questa dieta è proprio la socialità a tavola, la condivisione non solo di cibo ma anche di emozioni e affetti. E questo richiede del tempo». Tempo che ci fa guadagnare salute, ma che se viene sacrificato, può farci star male. Se mangiamo di fretta, infatti, riduciamo la masticazione e impediamo alla saliva, ricca di enzimi, di iniziare a digerire il cibo. Saltiamo quindi la prima parte del processo digestivo e più velocemente mangiamo, più chiediamo allo stomaco di fare tutto il lavoro di digestione. Ciò aumenta anche l'energia necessaria per scomporre e assorbire i nutrienti, e di conseguenza cresce la stanchezza post pasto. Ma non solo. «Sovraccaricare lo stomaco spiega anche perché negli ultimi anni si è registrato un aumento vertiginoso del [reflusso](#) gastroesofageo», aggiunge la professoressa. I rischi per la salute non finiscono però qui. Secondo uno studio coordinato proprio da Colao e pubblicato sul Journal of Translational Medicine, mangiare velocemente fa male a tutto il metabolismo, facendo salire il rischio di sviluppare obesità e colesterolo alto, fattori noti per essere connessi a malattie cardiovascolari come infarto e ictus. Il tempo minimo da dedicare ai pasti deve superare i 20 minuti. «Ma se ciò risulta impossibile, perlomeno – ricorda Annamaria Colao – rinunciare ai cibi processati ed elaborati, in modo da

non sovraccaricare di lavoro lo stomaco».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Condividi

COMPRESSE NEL TUO ABBONAMENTO



Si è spento Tiziano Piangerelli, il Palabeach è in lutto: oggi i funerali



Scatena il caos sul lungomare, aggredisce passanti e poliziotti: «Chiedo scusa, voglio risarcire»



Il porto diventa una galleria a cielo aperto: in 106 vignette la storia di Corto Maltese



Aveva un etto di coca, arrestato: nei guai pure moglie e cognato



Altri nove parcheggi in città: svelato il piano del Comune per 1.200 nuovi posti auto



Scavi vicino all'ospedale Mazzoni: cambierà la viabilità a Monticelli, disagi fino al 18 luglio

SCELTE PER TE



Risucchiato dall'aereo. I passeggeri a bordo e quelle grida: «Non guardate fuori dai finestrini, è terribile»



Angelo Pirri ucciso dal papà Sebastiano, il colpo alla nuca e l'assenza di testimoni: «Ha nascosto il corpo vicino l'autostrada»



Denuncia suo marito, poi ritratta davanti al giudice: «L'ho fatto per gelosia». Ma la sorella conferma le violenze

PIU' LETTE

LE PREVISIONI

- 1 Temporali e vento di burrasca dopo il grande caldo: un giorno e mezzo di allerta meteo. Temperature sotto i 30°

VACANZE VIP

- 2 Laura Pausini, vacanze da sogno in Grecia con il marito, la figlia, i parenti e gli amici: il prezzo da capogiro di villa e yacht

IL METEO

- 3 Pioggia e vento riportano il fresco sulle Marche, ma splende già il sole: ecco fino a quando durerà

LORETO

- 4 Papà di 39 anni muore tre giorni dopo l'incidente. L'ultimo gesto: ha donato gli organi

LA FORTUNA

- 5 Jackpot da quasi 23 milioni: Lotto, SuperEnalotto, Simbolotto e 10eLotto, i numeri vincenti dell'estrazione di oggi martedì 8 luglio. **Le quote**

IL RAPTUS

- 6 Notte di follia: a torso nudo e con un bastone minaccia tutti e si accanisce contro auto e arredi



Corriere Adriatico

© 2025 Corriere Adriatico

Contatti Informazioni Legali Privacy Policy

Giovedì 10 Luglio - agg. 07:10

Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt . Ecco il rapporto Censis

Annamaria Colao, professoressa di Endocrinologia alla Federico II: "La fretta può causare obesità"

giovedì 10 luglio 2025 di Celeste Ottaviani



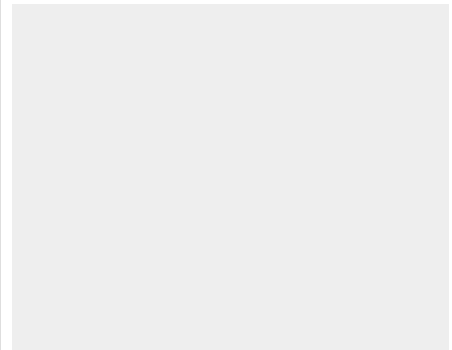
Nell'immaginario collettivo, gli italiani sono il popolo del cibo, dei pranzi in famiglia e delle portate infinite.



[Ascolta: Il caldo d'agosto: alla testa: sopra i 30 gradi la salute è a rischio equilibrio \(a partire dal cervello\)](#)



Se in passato ciò poteva essere vero, ormai è diventato solo un ricordo. Secondo il rapporto "Il tempo e il cibo" stilato dal [Censis](#) per Camst, gli italiani dedicano pochissimo tempo ai pasti. Nei giorni feriali, il pranzo si aggira attorno ai 28 minuti, con il 40,5% delle persone che si ritaglia un massimo di 20 minuti. Per la cena, la situazione migliora, ma di poco. Il tempo medio è di 32 minuti. Parliamo quindi solamente di un'ora al giorno dedicata ai pasti.



Nek incanta il Mirano Summer Festival: il pubblico si scatena VIDEO

f X ↗

OROSCOPO DI LUCA



Il cielo oggi vi dice che...

Luca legge e racconta le parole delle stelle, segno per segno...

APPROFONDIMENTI



ALIMENTAZIONE

Salsa al cetriolo: fresca, leggera e ricca di benefici



ALIMENTAZIONE

Inositolo: la vitamina naturale che aiuta a disintossicare il fegato

I PRESUPPOSTI

Per la salute, però, non è importante solo ciò che mangiamo, ma anche il modo in cui lo facciamo. «Dal punto di vista del nostro benessere, mangiare in piedi, di fretta, in ufficio, mentre stiamo pensando al lavoro, non è la stessa cosa di sedersi al tavolo e dedicare del tempo al pranzo o alla cena», avverte **Annamaria Colao**, professoressa di Endocrinologia e Malattie del metabolismo, Cattedra Unesco per l'educazione alla salute e allo sviluppo sostenibile dell'Università **Federico II** di Napoli. «Quella che noi chiamiamo dieta mediterranea – prosegue – e che tanto caratterizza il nostro Paese, è uno stile di vita. Non si riferisce solo all'alimentazione, che certamente ne rappresenta uno dei pilastri, ma abbraccia anche altri aspetti, che rendono questo modo di vivere particolarmente valido per la prevenzione delle malattie croniche, cardiovascolari, neurodegenerative, per contrastare il diabete e migliorare la longevità. Uno dei cardini di questa dieta è proprio la socialità a tavola, la condivisione non solo di cibo ma anche di emozioni e affetti. E questo richiede del tempo». Tempo che ci fa guadagnare salute, ma che se viene sacrificato, può farci star male. Se mangiamo di fretta, infatti, riduciamo la masticazione e impediamo alla saliva, ricca di enzimi, di iniziare a digerire il cibo. Saltiamo quindi la prima parte del processo digestivo e più velocemente mangiamo, più chiediamo allo stomaco di fare tutto il lavoro di digestione. Ciò aumenta anche l'energia necessaria per scomporre e assorbire i nutrienti, e di conseguenza cresce la stanchezza post pasto. Ma non solo. «Sovraccaricare lo stomaco spiega anche perché negli ultimi anni si è registrato un aumento vertiginoso del **reflusso** gastroesofageo», aggiunge la professoressa. I rischi per la salute non finiscono però qui. Secondo uno studio coordinato proprio da Colao e pubblicato sul Journal of Translational Medicine, mangiare velocemente fa male a tutto il metabolismo, facendo salire il rischio di sviluppare obesità e colesterolo alto, fattori noti per essere connessi a malattie cardiovascolari come infarto e ictus. Il tempo minimo da dedicare ai pasti deve superare i 20 minuti. «Ma se ciò risulta impossibile, perlomeno – ricorda Annamaria Colao – rinunciare ai cibi processati ed elaborati, in modo da non sovraccaricare di lavoro lo stomaco».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ultimo aggiornamento: 07:09

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Potrebbe interessarti anche

SALUTE

La nutrizionista: «Se dormi male è colpa di cosa mangi a cena». I 5 alimenti che non ti fanno dormire

• Disturbi alimentari, l'onda lilla avvolge il paese per la settimana di sensibilizzazione: «Tre incontri e sportello di ascolto gratuito sempre attivo» • Legumi, la dieta per perdere peso (anche 5 chili a settimana) e allungare la vita VIDEO

L'AIUTO

«Io, ex-mangiatrice compulsiva, ora aiuterò gli altri»: a Conegliano apre un nuovo centro per aiutare le persone

VENICE VISIT PASS



Contributo di Accesso a Venezia 2025: tutto quello che devi sapere



LE PIÙ LETTE



Influencer, l'assedio alla Val Gardena e il contadino mette il tornello a pagamento: «Uno dei sentieri più fotografati delle Dolomiti, invaso da tamarri»

di Redazione web



Estrazioni Lotto, Superenalotto e 10eLotto di martedì 8 luglio 2025: numeri vincenti e quote Nessun 6 né 5+, centrati due 5 da 79mila euro

di Redazione web



A "Il Collegio" numero nove sempre più voce ai giovani Il prof Maggi: "Orgoglioso di far parte dei volti iconici della Rai"

di Andrea Maggi

MoltoFood



PRIMI

Pesto di peperoni: un primo estivo dal cuore rosso

di Francesco Palumbo



PIATTI UNICI

Piadina di verdure al salmone, la ricetta colorata e veloce

di Virginia Fabbri

VEDI TUTTE LE RICETTE

PIEMME

IL MATTINO

Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt . Ecco il rapporto Censis

Annamaria Colao, professoressa di Endocrinologia alla Federico II: "La fretta può causare obesità"



di Celeste Ottaviani

M

ARTICOLO RISERVATO AGLI ABBONATI

PREMIUM

giovedì 10 luglio 2025, 06:35 - Ultimo agg. : 07:09

3 Minuti di Lettura



Nell'immaginario collettivo, gli italiani sono il popolo del cibo, dei pranzi in famiglia e delle portate infinite.



Ascolta: Il caldo d'agosto; alla testa: sopra i 30 gradi la salute è a rischio equilibrio (a partire dal cervello)

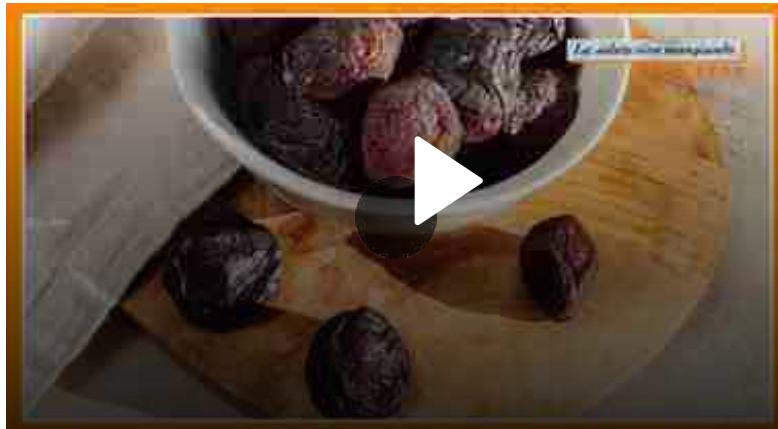


Se in passato ciò poteva essere vero, ormai è diventato solo un ricordo. Secondo il rapporto "Il tempo e il cibo" stilato dal **Censis** per **Camst**, gli italiani dedicano pochissimo tempo ai pasti. Nei giorni feriali, il pranzo si aggira attorno ai 28 minuti, con il 40,5% delle persone che si ritaglia un massimo di 20 minuti. Per la cena, la situazione migliora, ma di poco. Il tempo medio è di 32 minuti. Parliamo quindi solamente di un'ora al giorno dedicata ai pasti.

APPROFONDIMENTI



Salsa al cetriolo: fresca, leggera e ricca di benefici



Inositol: la vitamina naturale che aiuta a disintossicare il fegato



Dieta rinfrescante, cosa mangiare (e cosa no) con il caldo record: i 15 alimenti consigliati e i 7 vietati. Via libera a fragole e zenzero, no alla carne rossa

adv

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

I PRESUPPOSTI

Per la salute, però, non è importante solo ciò che mangiamo, ma anche il modo in cui lo facciamo. «Dal punto di vista del nostro benessere, mangiare in piedi, di fretta, in ufficio, mentre stiamo pensando al lavoro, non è la stessa cosa di sedersi al tavolo e dedicare del tempo al pranzo o alla cena», avverte **Annamaria Colao**, professoressa di Endocrinologia e Malattie del metabolismo, Cattedra Unesco per l'educazione alla salute e allo sviluppo sostenibile dell'Università **Federico II** di Napoli. «Quella che noi chiamiamo dieta mediterranea – prosegue – e che tanto caratterizza il nostro Paese, è uno stile di vita. Non si riferisce solo all'alimentazione, che certamente ne rappresenta uno dei pilastri, ma abbraccia anche altri aspetti, che rendono questo modo di vivere particolarmente valido per la prevenzione delle malattie croniche, cardiovascolari, neurodegenerative, per contrastare il diabete e migliorare la longevità. Uno dei cardini di questa dieta è proprio la socialità a tavola, la condivisione non solo di cibo ma anche di emozioni e affetti. E questo richiede del tempo». Tempo che ci fa guadagnare salute, ma che se viene sacrificato, può farci star male. Se mangiamo di fretta, infatti, riduciamo la masticazione e impediamo alla saliva, ricca di enzimi, di iniziare a digerire il cibo. Saltiamo quindi la prima parte del processo digestivo e più velocemente mangiamo, più chiediamo allo stomaco di fare tutto il lavoro di digestione. Ciò aumenta anche l'energia necessaria per scomporre e assorbire i nutrienti, e di conseguenza cresce la stanchezza post pasto. Ma non solo. «Sovraccaricare lo stomaco spiega anche perché negli ultimi anni si è registrato un aumento vertiginoso del **reflusso** gastroesofageo», aggiunge la professoressa. I rischi per la salute non finiscono però qui. Secondo uno studio coordinato proprio da Colao e pubblicato sul Journal of Translational Medicine, mangiare velocemente fa male a tutto il metabolismo, facendo salire il rischio di sviluppare obesità e colesterolo alto, fattori noti per essere connessi a malattie cardiovascolari come infarto e ictus. Il tempo minimo da dedicare ai pasti deve superare i 20 minuti. «Ma se ciò risulta impossibile, perlomeno – ricorda Annamaria Colao – rinunciare ai cibi processati ed elaborati, in modo da non sovraccaricare di lavoro lo stomaco».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

COMPRESSE NEL TUO ABBONAMENTO



Picchiato a morte a



Nozze nobili al Gesù Nuovo



Napoli, missione Juanlu per

PIU' LETTE

ORIO AL SERIO

1 Andrea Russo, chi è l'uomo morto risucchiato dal motore dell'aereo: aveva 35 anni

SCONTRO TRA DAME

Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt. Ecco il rapporto Censis

di Celeste Ottaviani

3 Minuti di Lettura

giovedì 10 luglio 2025, 06:35



Articolo riservato agli abbonati premium

Nell'immaginario collettivo, gli italiani sono il popolo del cibo, dei pranzi in famiglia e delle portate infinite. Se in passato ciò poteva essere vero, ormai è diventato solo un ricordo. Secondo il rapporto "Il tempo e il cibo" stilato dal **Censis** per **Camst**, gli italiani dedicano pochissimo tempo ai pasti. Nei giorni feriali, il pranzo si aggira attorno ai 28 minuti, con il 40,5% delle persone che si ritaglia un massimo di 20 minuti. Per la cena, la situazione migliora, ma di poco. Il tempo medio è di 32 minuti. Parliamo quindi solamente di un'ora al giorno dedicata ai pasti.

I PRESUPPOSTI

APPROFONDIMENTI



AZIONE
cetriolo: fresca,
leggera e ricca di



AZIONE
la vitamina
ale che aiuta a



ALIMENTAZIONE
Dieta rinfrescante, cosa
mangiare (e cosa no)

Per la salute, però, non è importante solo ciò che mangiamo, ma anche il modo in cui lo facciamo. «Dal punto di vista del nostro benessere, mangiare in piedi, di fretta, in ufficio, mentre stiamo pensando al lavoro, non è la stessa cosa di sedersi al tavolo e dedicare del tempo al pranzo o alla cena», avverte **Annamaria Colao**, professoressa di Endocrinologia e Malattie del metabolismo, Cattedra Unesco per l'educazione alla salute e allo sviluppo sostenibile dell'Università **Federico II** di Napoli. «Quella che noi chiamiamo dieta mediterranea – prosegue – e che tanto caratterizza il nostro Paese, è uno stile di vita. Non si riferisce solo all'alimentazione, che certamente ne rappresenta uno dei pilastri, ma abbraccia anche altri aspetti, che rendono questo modo di vivere particolarmente valido per la prevenzione delle malattie croniche, cardiovascolari, neurodegenerative, per contrastare il diabete e migliorare la longevità. Uno dei cardini di questa dieta è proprio la socialità a tavola, la condivisione non solo di cibo ma anche di emozioni e affetti. E questo richiede del tempo». Tempo che ci fa guadagnare salute, ma che se viene sacrificato, può farci star male. Se mangiamo di fretta, infatti, riduciamo la masticazione e impediamo alla saliva, ricca di enzimi, di iniziare a digerire il cibo. Saltiamo quindi la prima parte del processo digestivo e più velocemente mangiamo, più chiediamo allo stomaco di fare tutto il lavoro di digestione. Ciò aumenta anche l'energia necessaria per scomporre e assorbire i nutrienti, e di conseguenza cresce la stanchezza post pasto. Ma non solo. «Sovraccaricare lo stomaco spiega anche perché negli ultimi anni si è registrato un aumento vertiginoso del **reflusso** gastroesofageo», aggiunge la professoressa. I rischi per la salute non finiscono però qui. Secondo uno studio coordinato proprio da Colao e pubblicato sul Journal of Translational Medicine, mangiare velocemente fa male a tutto il metabolismo, facendo salire il rischio di sviluppare obesità e colesterolo alto, fattori noti per essere connessi a malattie cardiovascolari come infarto e ictus. Il tempo minimo da dedicare ai pasti deve superare i 20 minuti. «Ma se ciò risulta impossibile, perlomeno – ricorda Annamaria Colao – rinunciare ai cibi processati ed elaborati, in modo da non sovraccaricare di lavoro lo stomaco».

adv

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

SOLO DIECI MINUTI PER IL PRANZO? STOMACO IN TILT



Un rapporto del Censis rivela che gli italiani dedicano un'ora per tutti i pasti. Se mangiamo velocemente impediamo alla saliva di iniziare a digerire i cibi. Annamaria Colao, ordinario di Endocrinologia: «La fretta può causare obesità»

CELESTE OTTAVIANI



ell'immaginario collettivo, gli italiani sono il popolo del cibo, dei pranzi in famiglia e delle portate infinite. Se in passato ciò poteva essere vero, ormai è diventato solo un ricordo.

Secondo il rapporto "Il tempo e il cibo" stilato dal Censis per Camst, gli italiani dedicano pochissimo tempo ai pasti. Nei giorni feriali, il pranzo si aggira attorno ai 28 minuti, con il 40,5% delle persone che si ritaglia un massimo di 20 minuti. Per la cena, la situazione migliora, ma di poco. Il tempo medio è di 32 minuti. Parliamo quindi solamente di un'ora al giorno dedicata ai pasti.

IPRESUPPOSTI

Per la salute, però, non è importante solo ciò che mangiamo, ma anche il modo in cui lo facciamo. «Dal punto di vista

del nostro benessere, mangiare in piedi, di fretta, in ufficio, mentre stiamo pensando al lavoro, non è la stessa cosa di sedersi al tavolo e dedicare del tempo al pranzo o alla cena», avverte Annamaria Colao, professoressa di Endocrinologia e Malattie del metabolismo, Cattedra Unesco per l'educazione alla salute e allo sviluppo sostenibile dell'Università Federico II di Napoli.

«Quella che noi chiamiamo dieta mediterranea – prosegue – e che tanto caratterizza il nostro Paese, è uno stile di vita. Non si riferisce solo all'alimentazione, che certamente ne rappresenta uno dei pilastri, ma abbraccia anche altri aspetti, che rendono questo modo di vivere particolarmente valido per la prevenzione delle malattie croniche, cardiovascolari, neurodegenerative, per contrastare il diabete e migliorare la longevità. Uno dei cardini di questa dieta è proprio la socialità a tavola, la condivisione non solo di cibo ma anche di emozioni e affetti. E questo richiede del tempo». Tempo che ci fa guadagnare salute, ma che se viene sacrificato, può farci star male.

Se mangiamo di fretta, infatti, riduciamo la masticazione e impediamo alla saliva, ricca di

enzimi, di iniziare a digerire il cibo. Saltiamo quindi la prima parte del processo digestivo e più velocemente mangiamo, più chiediamo allo stomaco di fare tutto il lavoro di digestione. Ciò aumenta anche l'energia necessaria per scomporre e assorbire i nutrienti, e di conseguenza cresce la stanchezza post pasto. Ma non solo. «Sovraccaricare lo stomaco spiega anche perché negli ultimi anni si è registrato un aumento vertiginoso del reflusso gastroesofageo», aggiunge la professoressa.

I rischi per la salute non finiscono però qui. Secondo uno studio coordinato proprio da Colao e pubblicato sul *Journal of Translational Medicine*, mangiare velocemente fa male a tutto il metabolismo, facendo salire il rischio di sviluppare obesità e colesterolo alto, fattori noti per essere connessi a malattie cardiovascolari come infarto e ictus. Il tempo minimo da dedicare ai pasti deve superare i 20 minuti. «Ma se ciò risulta impossibile, perlomeno – ricorda Annamaria Colao – rinunciare ai cibi processati ed elaborati, in modo da non sovraccaricare di lavoro lo stomaco».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

PREVENZIONE

Pic-nic, intossicazioni in agguato:
mantenere i cibi sempre al fresco

L'intossicazione alimentare è molto più comune e frequente in estate. I cibi a più alto rischio, se mal conservati in estate, sono carne, salumi, insalata e verdura già porzionata, latticini, frutta, uova e maionese, oltre ai frutti di mare. Le alte temperature e la mal conservazione del cibo causano infatti la proliferazione di particolari batteri che portano nel giro di 16-24 ore dall'assunzione all'intossicazione. I segnali: dissenteria, nausea e vomito, dolori addominali.

Per questo, tra le indicazioni dell'Istituto superiore di sanità

sull'alimentazione nelle giornate più calde, c'è quella che riguarda la conservazione dei cibi. «Prestare attenzione soprattutto agli alimenti deperibili - scrivono i ricercatori - per evitare rischi di contaminazione, soprattutto se si pensa di fare un pic-nic o di andare in giornata al mare portandosi il cibo. È importante conservare i cibi e mantenere la catena del freddo per tutti quegli alimenti che lo richiedono. Il caldo è nemico della conservazione: tutti gli alimenti si deteriorano prima del dovuto».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

28

I minuti di durata media del pranzo, ma c'è un 40,5% di persone che si ritaglia un massimo di 20 minuti. Per la cena il tempo medio è 32 minuti



Alimentazione, solo dieci minuti per il pranzo? Lo stomaco va in tilt . Ecco il rapporto Censis

Annamaria Colao, professoressa di Endocrinologia alla Federico II: "La fretta può causare obesità"



di Celeste Ottaviani



RISERVATO AGLI ABBONATI PREMIUM



giovedì 10 luglio 2025, 06:35

3 Minuti di Lettura

Condividi

Nell'immaginario collettivo, gli italiani sono il popolo del cibo, dei pranzi in famiglia e delle portate infinite. Se in passato ciò poteva essere vero, ormai è diventato solo un ricordo. Secondo il rapporto "Il tempo e il cibo" stilato dal [Censis](#) per [Camst](#), gli italiani dedicano pochissimo tempo ai pasti. Nei giorni feriali, il pranzo si aggira attorno ai 28 minuti, con il 40,5% delle persone che si ritaglia un massimo di 20 minuti. Per la cena, la situazione migliora, ma di poco. Il tempo medio è di 32 minuti. Parliamo quindi solamente di un'ora al giorno dedicata ai pasti.

APPROFONDIMENTI



ALIMENTAZIONE

Salsa al cetriolo: fresca, leggera e ricca di benefici



ALIMENTAZIONE

Inositolo: la vitamina naturale che aiuta a disintossicare il fegato



ALIMENTAZIONE

Dieta rinfrescante, cosa mangiare (e cosa no) con il caldo record: i 15 alimenti consigliati e i 7 vietati. Via libera a fragole e zenzero, no alla carne rossa

I PRESUPPOSTI

Per la salute, però, non è importante solo ciò che mangiamo, ma anche il modo in cui lo facciamo. «Dal punto di vista del nostro benessere, mangiare in piedi, di fretta, in ufficio, mentre stiamo pensando al lavoro, non è la stessa cosa di sedersi al tavolo e dedicare del tempo al pranzo o alla cena», avverte [Annamaria Colao](#), professoressa di Endocrinologia e Malattie del metabolismo, Cattedra Unesco per l'educazione alla salute e allo sviluppo sostenibile dell'Università [Federico II](#) di Napoli. «Quella che noi chiamiamo dieta mediterranea – prosegue – e che tanto caratterizza il nostro Paese, è uno stile di vita. Non si riferisce solo all'alimentazione, che certamente ne rappresenta uno dei pilastri, ma abbraccia anche altri aspetti, che rendono questo modo di vivere particolarmente valido per la prevenzione delle malattie croniche, cardiovascolari, neurodegenerative, per contrastare il diabete e migliorare la longevità. Uno dei cardini di questa dieta è proprio la socialità a tavola, la condivisione non solo di cibo ma anche di emozioni e affetti. E questo richiede del tempo». Tempo che ci fa guadagnare salute, ma che se viene sacrificato, può farci star male. Se mangiamo di fretta, infatti, riduciamo la masticazione e impediamo alla saliva, ricca di enzimi, di iniziare a digerire il cibo. Saltiamo quindi la prima parte del processo digestivo e più velocemente mangiamo, più chiediamo allo stomaco di fare tutto il lavoro di digestione. Ciò aumenta anche l'energia necessaria per scomporre e assorbire i nutrienti, e di conseguenza cresce la stanchezza post pasto. Ma non solo. «Sovraccaricare lo stomaco spiega anche perché negli ultimi anni si è registrato un aumento vertiginoso del [reflusso](#) gastroesofageo», aggiunge la professoressa. I rischi per la salute non finiscono però qui. Secondo uno studio coordinato proprio da Colao e pubblicato sul Journal of Translational Medicine, mangiare velocemente fa male a tutto il metabolismo, facendo salire il rischio di sviluppare obesità e colesterolo alto, fattori noti per essere connessi a malattie cardiovascolari come infarto e ictus. Il tempo minimo da dedicare ai pasti deve superare i 20 minuti. «Ma se ciò risulta impossibile, perlomeno – ricorda Annamaria Colao – rinunciare ai cibi processati ed elaborati, in modo da non sovraccaricare di lavoro lo stomaco».

© RIPRODUZIONE RISERVATA

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Condividi

COMPRESSE NEL TUO ABBONAMENTO

PIU' LETTE

SESTOPOTERE.COM

Online dal 1999

EMILIA-ROMAGNA ▾

NORD ITALIA

CENTRO ITALIA

POLITICA E CITTÀ

SOCIETÀ E CULTURA

ECONOMIA E LAVORO

WEB E TELEFONIA

Home » Bologna » Rapporto **Censis-Camst**: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

Bologna

Emilia-Romagna

Forlì - Cesena

Top News

Rapporto **Censis-Camst**: italiani in affanno digitale, vogliono tempo per cibo e convivialità

7 Luglio 2025

Share



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

(Sesto Potere) – Bologna – 7 luglio 2025 – Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma, condividere un pasto.

È questo uno dei dati significativi emersi dal nuovo rapporto **"Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo"** realizzato da Censis per **Camst group** in occasione **dell'80° anniversario dell'azienda di ristorazione**.

Lo studio, che esplora il legame tra accelerazione digitale, qualità della vita e pratiche alimentari, è stato presentato nei giorni scorsi a **Bologna a Palazzo Re Enzo** durante l'evento **"Il tempo sottile"** promosso da **Camst group** e presentato dalla giornalista Mia Ceran.

Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare del Censis ha illustrato i risultati principali del rapporto, commentato successivamente da Massimiliano Valerii, filosofo, consigliere delegato del Censis. Sono intervenuti Matteo Lepore, sindaco di Bologna, Isabella Conti, assessora a Welfare, Terzo settore, Politiche per l'infanzia e Scuola della Regione Emilia-Romagna, Francesco Malaguti, presidente **Camst**, Stefano Quintarelli, informatico ed esperto di processi di digitalizzazione, Silvia Bencivelli, divulgatrice scientifica e scrittrice, Andrea Segrè, agroeconomista. A concludere la mattinata, un'incursione artistica di Alessandro Bergonzoni.

"Gli italiani risentono dell'accelerazione dei ritmi di vita imposti dal digitale, nel mentre lo smartphone esercita un'attrazione fatale colmando ogni istante libero" ha detto **Massimiliano Valerii**, consigliere delegato Censis. "Ecco perché è alto il valore che attribuiscono ai momenti di relax, quelli in cui prevale una certa lentezza, in particolare quelli della convivialità a tavola o delle pause di lavoro. Una migliore qualità della vita per gli italiani significa avere più tempo per sé stessi e per le relazioni con gli altri, rallentando rispetto ai forsennati ritmi del nostro tempo".

"Per celebrare i nostri primi 80 anni abbiamo voluto approfondire il rapporto tra gli italiani e il tempo dedicato al cibo" ha dichiarato **Francesco Malaguti**, presidente **Camst group**. "Il tempo, per noi che ci occupiamo di servizi, è ciò che si può trasformare in valore per sé e per gli altri – ha proseguito – ed è necessario guardare costantemente alle trasformazioni sociali e cercare di capire come garantire al meglio tempo di qualità a chi si affida a noi, con il nostro cibo, il nostro personale e le nostre strutture. In particolare, nei contesti di lavoro, emerge chiaramente che una pausa di qualità è importante per il benessere delle persone, con ricadute rilevanti anche sulla produttività delle organizzazioni".

Il rapporto

In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di **"carestia di tempo"**: il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere.

La risposta? Rallentare. E ritrovare tempo per sé e per il cibo.

Il 70,2% degli italiani desidera rallentare il ritmo delle proprie attività. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale: il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più. Inoltre, il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole.

Il cibo come antidoto alla frenesia

La convivialità rappresenta un momento di pausa rigenerante, un'esperienza di relazione e identità. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi.

A fronte di una **crescente attenzione mediatica per il cibo** – 14 milioni di italiani seguono programmi culinari e l'84,2% cerca contenuti sul tema online – nella vita reale il tempo a esso dedicato è spesso sacrificato. Un paradosso che alimenta frustrazione e nostalgia: il 65,7% degli italiani è convinto che un tempo si riuscisse a stare più a lungo a tavola, soprattutto in famiglia.

La pausa pranzo: non solo nutrizione, ma benessere

Tra gli occupati, il 97% effettua una pausa pranzo, ma solo il 3,3% riesce a dedicargli più di un'ora. La media è di 24 minuti. Eppure, l'86,7% la considera un momento importante per il proprio benessere e l'87,7% ritiene che una pausa pranzo di qualità migliori anche la produttività. Non a caso, l'85% dei lavoratori ritiene fondamentale la presenza in azienda di spazi accoglienti e ben organizzati per il pranzo, capaci di offrire cibo sano, ambienti gradevoli e orari flessibili. Una vera e propria **"caffetteria del benessere"**, che diventa anche uno strumento di attrattività e fidelizzazione per le imprese.

Una nuova idea di tempo e qualità della vita

La ricerca Censis per **Camst** group disegna il profilo di una società che cerca di liberarsi dalla logica della performance e della velocità. Gli italiani vogliono vivere meglio, e per farlo chiedono più tempo da dedicare a sé stessi. Il cibo, in questo scenario, non è solo nutrizione: è cultura, identità, relazione. Ed è proprio nella lentezza della cucina, nella cura di un pranzo condiviso o in una pausa pranzo ben vissuta che si gioca una nuova idea di benessere.



Previous article

Villa Minozzo (Reggio Emilia), a Sologno un convegno sul futuro dell'Appennino

Next article

Industria, il calzaturiero Made in Italy con fatturato in calo e difficoltà nell'export

TOP NEWS

Industria, il calzaturiero Made in Italy con fatturato in calo e difficoltà nell'export

7 Luglio 2025



Vacanze estive, 30,5 milioni di italiani in viaggio, 9 su 10 in Italia, spesa oltre i 35 miliardi

5 Luglio 2025



Mercato del Lavoro in Romagna e Generazione Z: i dati dell'Osservatorio Cisl Romagna

5 Luglio 2025

ULTIME NOTIZIE

Industria, il calzaturiero Made in Italy con fatturato in calo e difficoltà nell'export

7 Luglio 2025



Villa Minozzo (Reggio Emilia), a Sologno un convegno sul futuro dell'Appennino

5 Luglio 2025



Tutela dei minori, nasce a Bologna una nuova sezione di AletheiAssociati, profession i per la bigenitorialità

5 Luglio 2025

MAGGIORI CATEGORIE

Emilia-Romagna	16518
Forlì - Cesena	9165
Bologna	4417
Ravenna	3452
Top News	2647
Rimini	2185
Modena	954
Reggio Emilia	700

SESTOPOTERE.COM
Online dal 1999

CHI SIAMO

Agenzia di informazione in tempo reale, 7 giorni su 7, sede via Bruni 20, Forlì. Fondatore e responsabile Marco Colonna

Contact us: contact@yoursite.com

SEGUICI

Summer Fancy Food, vino, turismo, cibo Agrifood Magazine

In questo numero di Agrifood Magazine, realizzato in collaborazione con Italtpress: 1) L'Italia protagonista al Summer Fancy Food di New York; 2) Vino, cresce la produzione in Italia; 3) Turismo internazionale, la ristorazione è la prima voce di spesa; 4) Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità. In questo numero di Agrifood Magazine, realizzato in collaborazione con Italtpress: 1) L'Italia protagonista al Summer Fancy Food di New York: Anche quest'anno l'Italia è stata protagonista al Summer



Fancy Food Show di New York, il più importante evento del Nord America dedicato all'agroalimentare. Il Padiglione Italia, con 350 stand su due piani, ha presentato il meglio del Made in Italy sotto il claim The Extraordinary Italian Taste. All'inaugurazione, tra gli altri, hanno partecipato anche il ministro dell'agricoltura Francesco Lollobrigida, il presidente dell'ICE Matteo Zoppas e il Console Generale d'Italia a New York Fabrizio Di Michele. 2) Vino, cresce la produzione in Italia: L'Italia registra una crescita della produzione del vino che supera i 43 milioni di ettolitri per il 2024, per una superficie pari a 728.000 ettari. A differenza del quadro mondiale, caratterizzato non solo da una diminuzione della produzione a causa di condizioni climatiche avverse e da una contrazione dei consumi nei principali mercati, l'Italia migliora: tra tutti i primi sette vigneti globali, quello italiano è l'unico in crescita, posizionando così, la penisola quale primo produttore mondiale di vino nel 2024. Lo riferisce Agea, Agenzia per le Erogazioni in Agricoltura. La ricchezza del settore vitivinicolo italiano si traduce, anche, in 528 riconoscimenti DOP/IGP, la maggiore in Europa. L'Italia vanta il 75% del vitigno nazionale coperto da 80 coltivazioni autoctone, superando di gran lunga il Portogallo, la Francia e la Spagna. 3) Turismo internazionale, la ristorazione è la prima voce di spesa: Con oltre 5,5 miliardi di euro spesi tramite moneta elettronica, la ristorazione si conferma la prima voce di spesa dei viaggiatori stranieri in Italia. È quanto emerge dal Rapporto Tourism and Incoming Watch di Nexi e Ministero del Turismo, secondo il quale la spesa con carta dei viaggiatori stranieri in Italia ha superato i 20,9 miliardi di euro, registrando un incremento del +37,9% rispetto al 2022. Le strutture ricettive e i ristoranti attraggono quasi il 50% della spesa complessiva a destinazione (49,6%), seguiti da moda e accessori (12,2%). Oltre al consolidato flusso da Paesi come gli Stati Uniti, che da soli rappresentano oltre il 18% della spesa turistica incoming, il Rapporto evidenzia un significativo aumento di visitatori da Brasile e Australia. Il 75% della spesa turistica straniera si concentra in 20 province italiane, con Roma, Milano, Venezia, Firenze e Napoli tra le città d'arte che catalizzano la maggior parte del valore generato. Inoltre, la stagionalità della spesa turistica è in calo, segno di un'Italia attrattiva tutto l'anno. Tra gli itinerari preferiti dai turisti: Roma-Napoli e Pompei-Costiera Amalfitana: al primo posto per giro d'affari (+31% dal 2022 al 2024) Roma-Firenze-Venezia: l'itinerario in più rapida crescita. 4) Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità: In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto! Secondo il nuovo Rapporto Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo del Censis per Camst group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax. Il 62,2% degli intervistati ha dichiarato di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha riempito le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere. La soluzione? Rallentare. Il cibo si conferma un punto di riferimento fondamentale. Il 95,3% degli italiani considera importante il tempo trascorso a tavola in compagnia, l'87,9% vorrebbe poterne avere di più, mentre il 69,3% desidera più tempo per cucinare e il 69,2% per fare la spesa in modo più consapevole. Non si tratta però solo di una questione di gola: la pausa pranzo, infatti, non è più solo un modo per nutrirsi ma diventa un vero momento di benessere. Ad oggi però, il tempo medio dedicato alla pausa pranzo è di appena 24 minuti! La convivialità poi, rappresenta un momento rigenerante. Tuttavia, nella quotidianità il tempo medio dedicato ai pasti nei giorni feriali è di appena 60 minuti complessivi (28 per il pranzo, 32 per la cena). Nel weekend si arriva a 75 minuti. Anche il tempo medio dedicato a cucinare è contenuto: 32 minuti nei feriali, 39 nei festivi. Nonostante il boom di programmi di cucina seguiti da 14 milioni di italiani e l'84,2% che cerca ricette e contenuti sul cibo online, nella vita di tutti i giorni il tempo da dedicare ai fornelli e ai pasti è spesso un lusso sacrificato. Pubblicità

Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'

ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" del Censis per **camst** group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax. **mgg/gtr/col** Condividi

[Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita']



CremonaOggi

Il quotidiano **online** di Cremona



Menu



Cerca

Utile quanto spetta a Cremona • 2 Lug 2025 Fiume Po ancora in calo, ma da domenica cambia tutto • 2 Lug 2025 Rotary Club Cremona Monteverdi:

VIDEO PILLOLE | Oggi alle 16:04

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” del Censis per Camst group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col

© RIPRODUZIONE RISERVATA



CRONACA

ATTUALITÀ ▾

SOCIETÀ E CULTURA ▾

SALUTE & SCIENZA ▾

SPORT ▾



EVENTI

ANNUNCI

COSTUME & SOCIETÀ CUCINA VIDEO

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità



Di

LUG 2, 2025



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” del Censis per **Camst** group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col


[Ucraina: droni su azienda russa, 3 vittime >>](#)

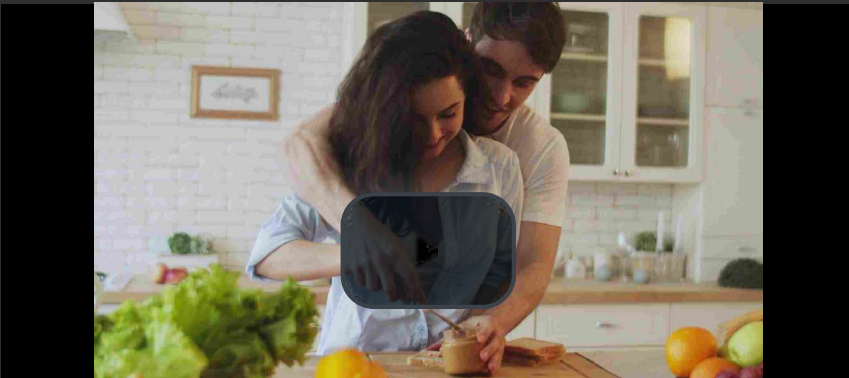

Di

ARTICOLI CORRELATI



TI SEI PERSO...





Meteo Benevento

> 15 giorni

Mercoledì 2/07/2025

Temperatura minima:

Temperatura massima: 38°C

Probabilità di precipitazioni:

15%

Vento debole da NW

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" del Censis per [Camst group](#), il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col

02/07/2025 15:39:13 43 

Serbia: Palalic "Manca volontà Ue ad allargamento. Un grave errore"

Mattarella alla consegna delle Aquile di pilota militare a Decimomannu

[Vai alla navigazione principale](#)[Vai al contenuto](#)[Vai al footer](#)Il Sole
24 ORE

Video

[≡](#) [🔍](#) 2 Luglio 2025 [Radio24-IlSole24OreTV](#) [Naviga](#) [Serie](#) [Gallery](#) [Podcast](#) [Brand Connect](#) [ABBONATI](#) [Accedi](#) [👤](#)

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

Food

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

2 luglio 2025



ROMA (ITALPRESS) - In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" del Censis per [Camst group](#), il 76,7% degli italiani

loading...

105047-IT074A

vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col

Riproduzione riservata ©

Ultimi video

Italia

Ambasciatore Usa
Fertitta festeggia 4
Luglio a Roma:
Spero nostri
hamburger siano
all'altezza



Italia

Meloni firma il
suo libro "Io sono
Giorgia" per
l'Ambasciatore
Usa Fertitta



Cultura

Globo d'Oro, il
regista Mainetti:
"Cinema di
genere
sottovalutato"



Cultura

Roma, Claudio
Santamaria
premiato il Globo
d'oro come
miglior attore ne
'Il Nibbio': "Film
che sorprende"



I video più visti

Radio24-IlSole24OreTV

Diretta tv



Italia

Delitto Garlasco,
Corona: "Ci sono
già le prove sui
colpevoli e non è
Stasi, ma non si
possono usare"



Italia

Jeff Bezos, il
bacio in laguna
alla futura moglie
Lauren Sanchez:
"Amiamo
Venezia"



Mondo

Israele-Iran,
Trump: "Due
Paesi che non
sanno che c...
stanno facendo"



Brand Connect

CREATO PER ALPITOUR
WORLD

Alpitour World



CONTENUTO
PUBBLICITARIO
Progetto Integra
- Storie di lavoro
formazione e
futuro



Media Partnership
**Festival della
Giustizia 2025 –
Quinta Edizione –
AI Society:
Connessioni
Intelligenti per
una nuova Era**



CREATO PER ON
LOCATION
**Hospitality, il
nuovo modo di
vivere gli eventi
sportivi conquista
sempre più
spettatori**



Podcast



24

24



Mondo **Mattoni e miseria: il lato oscuro dell'India**



Market Mover **Il recupero di Wall Street**



Cripto **Bitcoin, siamo**

Gallery

Food Ca' del Bosco,
Franciacorta tra
arte e cantina

28 foto



24

24

Food Guida
Michelin e
Franciacorta,
raddoppia la
partnership

15 foto



24

Food Bollicine
extra-large

5 foto



24

Food Il caviale
italiano dalle
vasche di
allevamento ai
piatti stellati

15 foto



Ultime dalla sezione

24

Meno Amarone e più
Valpolicella: continua la
trasformazione dei vini rossi
veronesi



24

Aiuti agricoli Ue, «possibile
un taglio del 20% dopo il
2027»



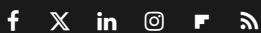
24

Caldo, le mucche producono
poco latte e si contano i
primi danni nei campi



24

La scelte d'acquisto
cambiano la società? Sì per il
64% degli italiani contro il
44% degli europei



Il Sole

24 ORE

TORNA ALL'INIZIO



Il gruppo

Gruppo 24 ORE
Radio24-IlSole24OreTV
Radio24
Radiocor
24 ORE Professionale
24 ORE Cultura
24 ORE System

La redazione
Contatti

Il sito

Italia	Tecnologia
Mondo	Cultura
Economia	Motori
Finanza	Moda
Mercati	Casa
Risparmio	Viaggi
Norme&Tributi	Food
Commenti	Sport
Management	Arteconomy
Salute	Sostenibilità
How to Spend it	

Newsletter

Quotidiani digitali

Fisco
Diritto
Lavoro
Enti locali e PA
Edilizia e Territorio
Condominio
Scuola24
Sanità24
Agrisole

Link utili

Shopping24
L'Esperto risponde
Strumenti
Ticket 24 ORE
Blog
Meteo
Codici sconto
24ORE POINT
Rassegnatori autorizzati

Pubblicità Tribunali e P.A.
Case e Appartamenti

 Trust Project

Abbonamenti

Abbonamenti al quotidiano
Abbonamenti da rinnovare

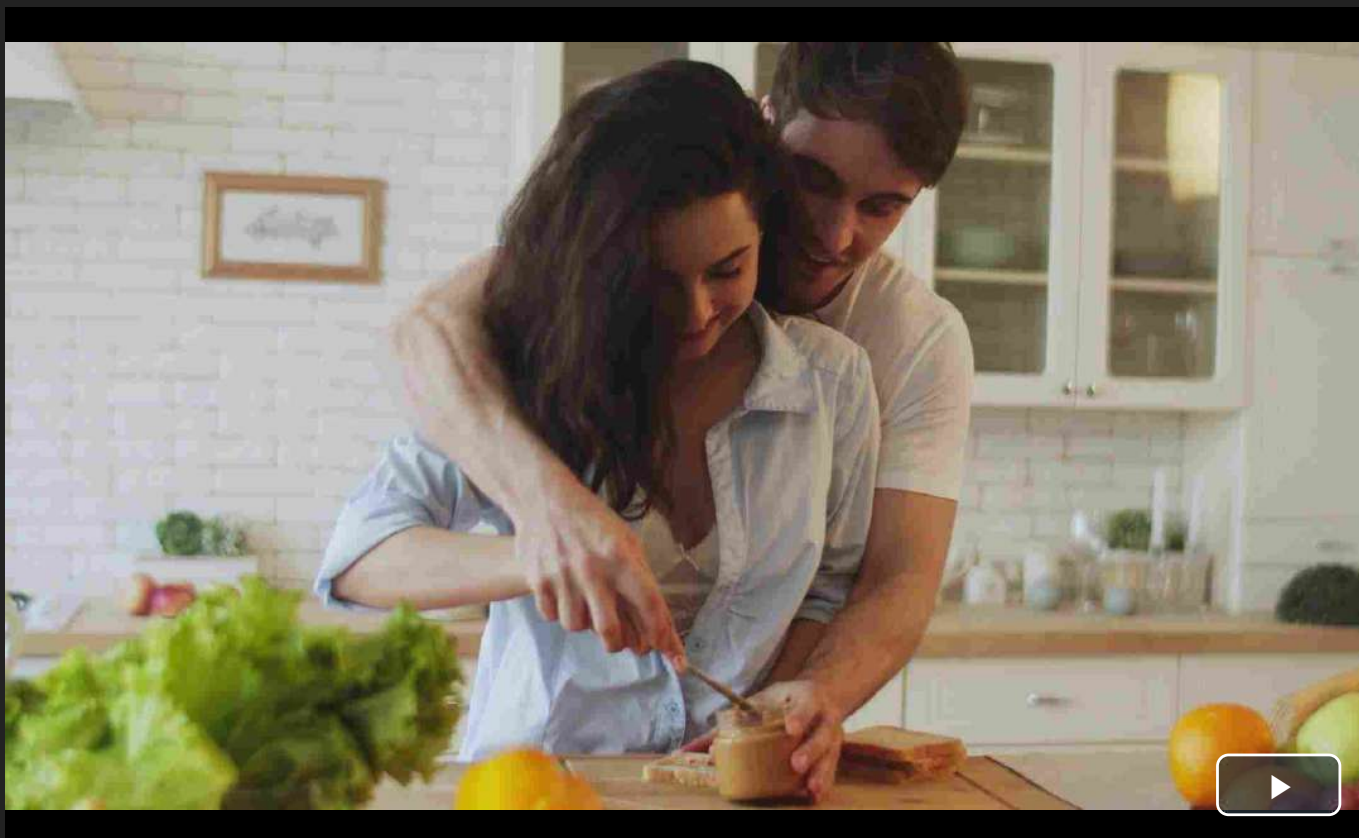
ABBONATI

Archivio

Archivio del quotidiano
Archivio Domenica

Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'

ROMA (ITALPRESS) In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo del Censis per **Camst** group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax. mgg/gtr/col



Video News Agroalimentare Pillole Videonews

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

2 Luglio 2025

ROMA (ITALPRESS) - In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" del Censis per [Camst group](#), il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax. [mgg/gtr/col](#)

ARTICOLI CORRELATI ALTRO DALL'AUTORE



Pedullà "Dazi al 10% sono una super tassa per le imprese"



Dazi, Falcone "Sefcovic difende l'Ue, sicuri dell'accordo con Trump"



Tg News - 2/7/2025



Dazi, Benifei "Europa resti unita per ottenere buon accordo con Usa"



Sanità, da Fondazione Lilly 1,5 milioni per formare nuovi ricercatori



Video Pillole

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

di Redazione • mercoledì, 2 Luglio 2025 • 8



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” del Censis per Camst group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complicati anche da smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col

Condividi questo articolo:

Sponsor



MEKTRA

La "C.A.I. Mektra S.r.l." è un'azienda leader in lavori di meccanica di precisione in grado di soddisfare ogni tipo di richiesta con accurati controlli sulla qualità. Offre anche servizi di installazione e assistenza per ascensori nel Lazio. Lo staff altamente qualificato è disponibile per qualsiasi intervento.



Pedullà “Dazi al 10% sono una super tassa per le imprese”

La otifica



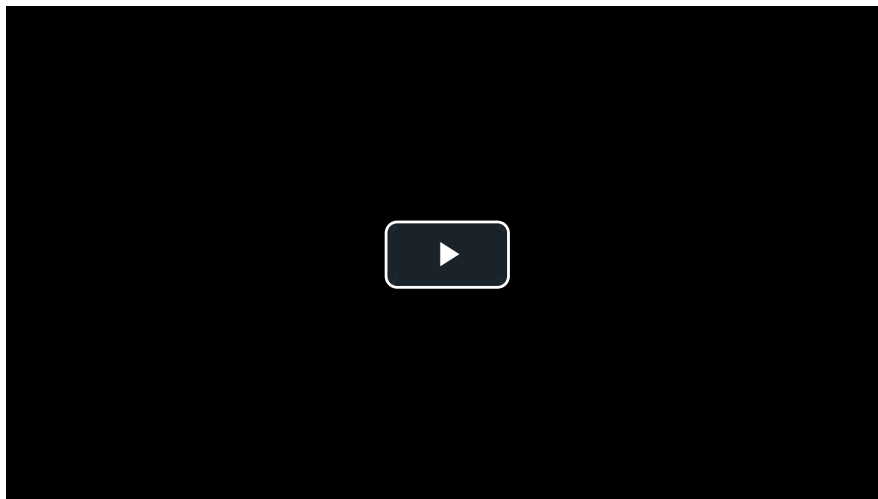
HOME POLITICA ▼ CRONACA AMBIENTE ▼ CULTURA ▼ ATTUALITÀ ▼ IL TEMPO DI UN CAFFÈ VIDEO
COOKIE POLICY (EU) ▼



VIDEO

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

2 Luglio 2025 Redazione

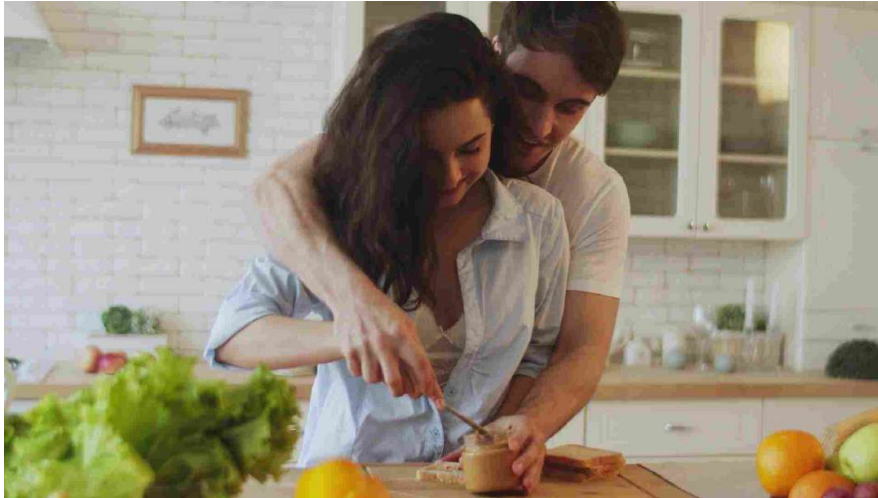


Categorie

Ambiente
Arte
Attualità
Cronaca
Cucina
Cultura
Economia
Editoria
Esteri
Il tempo di un caffè
Interviste
Italtpress
Letteratura
Mamme Social
Medicina
Meteo
Moda
Musica
News
News Recenti
Personaggi
Politica
Rubriche
Salute
Senza categoria
Spettacolo
Sport

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” del Censis per [Camst group](#), il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

[mgg/gtr/col](#)

Condividi:

- [X](#)
- [Facebook](#)
- [Telegram](#)
- [Stampa](#)
-

[Televisione](#)
[Video](#)
[Wedding](#)

Tag

[alessandro miani](#) [andrea iannuzzi](#) [Annalisa Scopinaro](#)
[beppe convertini](#) [confassociazioni](#) [conte](#)
[coronavirus](#) [covid](#) [Covid19](#) [cultura](#) [Fabio](#)
[Camillacci](#) [fareambiente](#) [forza italia](#) [gianfranco](#)
[rotondi](#) [gianluca mech](#) [giuseppe conte](#) [governo](#)

[imprese inapp](#) [ItalPress](#) [lavoro](#) [linea](#)

[verde](#) [Lockdown](#) [LUIGI MILIUCCI](#) [malattie rare](#)
[marco di paola](#) [MARCO VOLERI](#) [mediaset](#) [musica](#)

[NICOLA TIMPONE](#) [patrizia barsotti](#) [Pillole](#) [Rai](#)

[rocco papaleo](#) [Roma salute](#) [scuola](#) [sebastiano fadda](#)
[sic europe](#) [sima](#) [spettacolo](#) [TOMMASO MARTINELLI](#)
[Turchese](#) [Baracchi](#) [turismo](#) [uniamo](#)

Meta

[Accedi](#)
[Feed dei contenuti](#)
[Feed dei commenti](#)
[WordPress.org](#)
[← Agrifood Magazine – 2/7/2025](#)

Turismo internazionale, la ristorazione è la
prima voce di spesa →

Gli autori del sito web non sono responsabili del contenuto dei commenti ai post, né del contenuto dei siti linkati i quali possono essere soggetti a variazioni nel tempo.

Alcune immagini inserite in questo sito web potrebbero essere tratte da Internet e, pertanto considerate di dominio pubblico, così come alcuni articoli.

Qualora la loro pubblicazione violasse eventuali diritti d'autore, vogliate comunicarcelo (contattandoci qui) e saranno subito rimossi.

Quick Links

[Home](#)
[Chi Siamo](#)
[Contattaci](#)
[Cookie policy \(EU\)](#)
[Privacy Policy](#)

Recent Post

Pedullà “Dazi al 10% sono una super tassa per le imprese”

Dazi, Falcone “Sefcovic difende l’Ue, sicuri dell’accordo con Trump”

Dazi, Benifei “Europa resti

Categorie

[Ambiente](#)
[Arte](#)
[Attualità](#)
[Cronaca](#)
[Cucina](#)

||| mercoledì, 2 Luglio 2025 |||



LO_SPECIALE

Dove la notizia è solo l'inizio[Home](#) | [Politica](#) | [Economia & Finanza](#) | [Attualità](#) | [Mondo](#) | [Digitale](#) | [Società](#) | [Cultura](#) | **ABRUZZOSPECIALE**

VIDEO PILLOLE

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

mercoledì, 2 Luglio 2025 di Redazione Lo_Speciale

1 minuto di lettura

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A





ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” del Censis per **Camst** group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col



NOTIZIE VIDEO

VIDEO NEWS IN PILLOLE

VIDEO PILLOLE



OglioPoNews

Il quotidiano online del Casalasco-Viadanese



Menu



Cerca

Ultimo tempo pioggia e calo termico · 2 Luglio 2025 Roncadello piange Elisa Borroni, scomparsa a soli 49 anni · 2 Luglio 2025 Transito di mezzi pesanti

VIDEO PILLOLE | Oggi alle 16:01

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” del Censis per Camst group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Condividi

**i fatti
del giorno****Iscriviti alla nostra newsletter**

Pochi minuti per restare aggiornato su quanto accade a Cremona, Crema e Casalasco.

Iscriviti☐ Accetto l'informativa sulla [Privacy Policy](#)**Altre iscrizioni**☒ Rassegna stampa

Caricamento prossimi articoli in corso...

**OglioPo News**[Torna all'inizio↑](#)**Altre Pagine**

Chi siamo
Pubblicità
Scrivici una lettera
Contattaci
Privacy Policy
Gestisci il consenso

Sezioni

Cronaca
Politica
Economia
Cultura
Spettacolo
Sport
Cremona allo specchio
Nazionali
Lettere

Informazioni**Direttore Responsabile**
Simone Arrighi.**Direttore Editoriale**
Lucio Dall'Angelo.**Redazione**
via Bastida 16 – 26100 Cremona
redazione@cremonaoggi.it**Telefono Centralino**
0372 8056

Ambiente
Arte
Salute
Chiesa
Cucina e Gastronomia
Eventi
Feste e turismo
Scuola
Tecnologia

Opera 2030

CATEGORIE CHI SIAMO PETIZIONI ECODIGITAL CONTATTI



Ricerca



Home / Video Italtpress / Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

Video Italtpress

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

Redazione 4 ore fa

Meno di un minuto



Seguici



Meteo



34 °C

Roma

35° - 26°
38%
3.6 km/h

Cielo Sereno



34 °C
Mer



37 °C
Gio



35 °C
Ven



34 °C
Sab



33 °C
Dom

Popolari

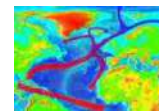
Recenti

Commenti



Onu lapidario: 'il mondo è in codice rosso', allarme senza precedenti

10 Agosto 2021

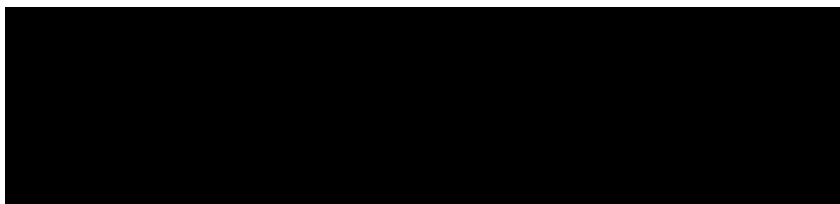


La Corrente del Golfo è al collasso, e le conseguenze saranno molto gravi

7 Agosto 2021

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" del Censis per **Camst** group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col

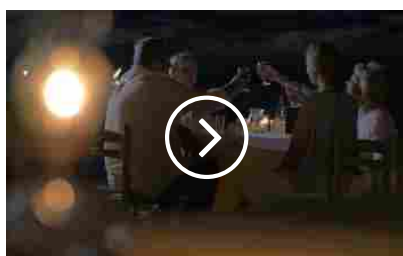
Condividi



Redazione



Agrifood Magazine - 2/7/2025



Turismo internazionale, la ristorazione è la prima voce di spesa



Eolico offshore con il vento in poppa: boom di nuove connessioni nel Mezzogiorno e nelle Isole

🕒 20 Dicembre 2022



Covid, incidenza settimanale in netto aumento

🕒 17 Dicembre 2021



L'annuncio di Walter Zenga: riceverà 4 dosi di vaccino

🕒 5 Agosto 2021

Recent Tech News



Caldo, Calderone: Protocollo con parti sociali dà risposta importante

🕒 35 minuti fa



Pedullà "Dazi al 10% sono una super taxa per le imprese"

🕒 53 minuti fa



Dazi, Falcone "Sefcovic difende l'Ue, sicuri dell'accordo con Trump"

🕒 1 ora fa

Energia, Pichetto: caldo crea situazioni a macchia di leopardo

🕒 1 ora fa

Articoli Correlati





Home > In evidenza

Rapporto **Censis-Camst**: nella corsa quotidiana degli italiani, il cibo resta un rifugio

Il Rapporto **Censis-Camst** 2025 fotografa una società compressa dalla digitalizzazione e affamata di convivialità: una sfida che l'agroalimentare, e in particolare la filiera del pesce, può trasformare in opportunità

 by **Alice Giacalone** — 2 Luglio 2025 in In evidenza, Mercati, News, Sostenibilità



Nella quotidianità digitalizzata e iperconnessa che caratterizza il presente, il tempo dedicato ai pasti si sta assottigliando fino a diventare un lusso. È uno dei dati più eloquenti emersi dal **Rapporto Censis-Camst 2025**, che indaga il nesso tra produttività digitale, qualità della vita e pratiche alimentari degli italiani. Un'analisi che, seppur generalista, offre spunti di valore per chi opera lungo la filiera del cibo, dal mare alla tavola.

Secondo il report, nei giorni feriali gli italiani dedicano in media appena 28 minuti al pranzo e 32 minuti alla cena. In tutto, un'ora al giorno. Nei weekend va un po' meglio – 75 minuti in media – ma resta evidente una progressiva erosione del tempo dedicato a mangiare e condividere. Il paradosso? Quasi il 90% degli italiani dichiara di desiderare più tempo per la convivialità a tavola.

Questa frattura tra desiderio e pratica concreta apre una riflessione urgente, anche per il comparto ittico. Perché se il tempo si contrae, a vincere saranno i prodotti e i format che sapranno coniugare qualità, velocità e benessere. In questo scenario, la filiera del pesce ha molte carte da giocare: dalla ristorazione veloce ma di alto profilo, ai prodotti ready-to-eat sani e sostenibili, fino alle mense aziendali e agli spazi horeca concepiti come veri luoghi di benessere e relazione.

Non è un caso se l'86,7% degli occupati valuta la pausa pranzo come un momento essenziale di benessere personale e l'87,7% la collega direttamente alla produttività. È qui che si apre uno spazio

Categorie articoli

Seleziona una categoria



SKRETTING
a Nutreco company

strategico per la ristorazione collettiva, la trasformazione alimentare e persino la distribuzione. Il cibo diventa il tramite per migliorare la qualità del tempo vissuto, dentro e fuori il lavoro. E chi saprà presidiare questo territorio con intelligenza – selezionando referenze ittiche versatili, sicure, gratificanti – potrà distinguersi.

Non si tratta solo di intercettare una domanda latente, ma di contribuire a ripensare l'offerta alimentare come risposta concreta al malessere diffuso. Il 52,8% degli italiani ritiene che l'accelerazione digitale non abbia migliorato la propria qualità della vita. Di fronte a vite sempre più frenetiche, è il cibo il primo argine di senso e benessere. La tavola resta, per gli italiani, un luogo simbolico e reale dove recuperare centralità, gusto e relazioni.

Per il mondo ittico, significa non soltanto puntare su prodotti sani, sostenibili e buoni da mangiare, ma anche facilitarne la fruizione in contesti dove il tempo è diventato scarso. Packaging intelligenti, ricette agili, educazione alimentare, ristorazione aziendale di qualità: sono tutte leve attivabili.

Il Rapporto **Censis-Camst** 2025 disegna un'Italia in corsa, affamata di tempo e di pause autentiche. Per il settore ittico, è un'occasione preziosa per offrire soluzioni coerenti con i nuovi bisogni: meno tempo, più qualità, più senso. Perché il cibo, anche quando si consuma in fretta, può restare un momento di benessere. A patto che sia pensato, scelto e raccontato con cura.

Riflettere su come e dove mangiamo è oggi più che mai un esercizio strategico. E chi lavora nel settore agroalimentare può – e deve – contribuire a rendere ogni minuto a tavola più significativo.

Tags: [abitudini alimentari](#) [benessere](#) [cibo](#) [convivialità](#) [pausa pranzo](#) [rapporto Censis](#)
[ristorazione](#) [settore ittico](#)



Articolo precedente

Irlanda, l'acquacoltura cresce ma resta sbilanciata: salmone driver, bivalvi in affanno



Alice Giacalone

Articoli Correlati



Irlanda, l'acquacoltura cresce ma resta sbilanciata: salmone driver, bivalvi in affanno

BY [CANDIDA CIRAVOLO](#) 2 LUGLIO 2025

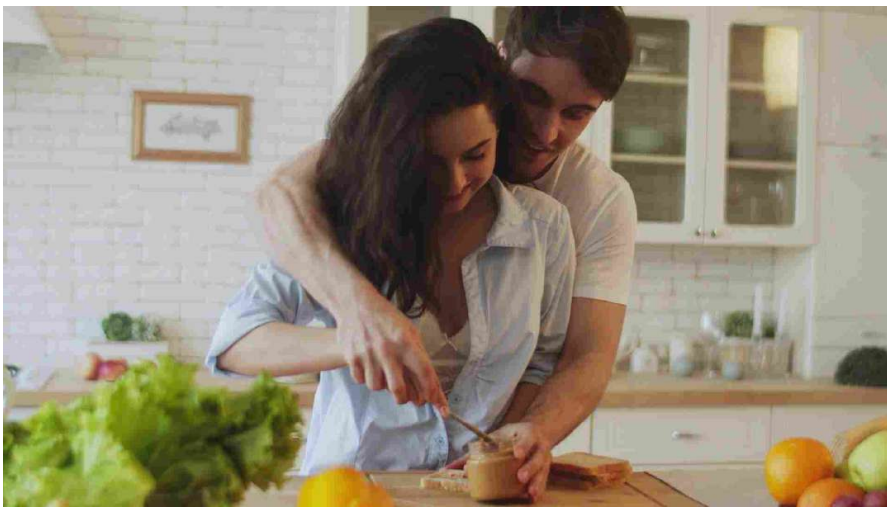
Nel 2024, l'acquacoltura in Irlanda ha registrato uno dei suoi risultati



CRONACA ▾ POLITICA ▾ ECONOMIA ▾ AMBIENTE ▾ CULTURA ▾ GUSTO ▾ LIFE&STYLE ▾ TURISMO ▾ SPORT ▾ SPECIALI ▾ 🔍

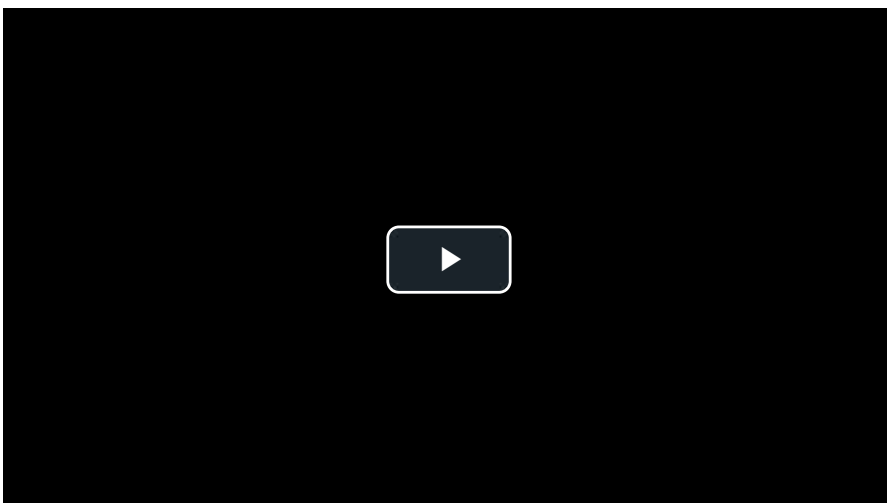
Home / News Nazionali / Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità



NEWS NAZIONALI

ITALPRESS 2 LUGLIO 2025 0



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il

ULTIMI ARTICOLI



Marsilio “Il turismo in Europa viaggia a velocità diverse”

Italpress - 2 Luglio 2025

BRUXELLES (BELGIO) (ITALPRESS) - "Il turismo in Europa viaggia a troppe velocità diverse. Per avere spostamenti sostenibili si rendano accessibili tutti i luoghi"....



Calderone “Protocollo sul clima è una risposta a lavoratori e imprese”

2 Luglio 2025



Crosetto “Si addestreranno in Sicilia i piloti degli F-35”

2 Luglio 2025



Commissione Ue propone taglio alle emissioni del 90% entro il 2040

2 Luglio 2025



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" del Censis per Camst group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col



Sostieni **pugliain.net**
#raccontiamolapuglia

Grazie per aver letto questo articolo.
Se ti fa piacere, sostieni la stampa
libera, dona un contributo ad una
piccola redazione locale.



Segui il canale
Treni e stazioni



ASSOCIAZIONE DICO NO ALLA DROGA PUGLIA

Scopri la verità sulla droga
www.noalladroga.it

Telegram Pugliain

Per seguire in tempo reale tutte le news iscriviti
gratuitamente al nostro canale Telegram

CLICCA QUI

TAGS video



Facebook



Twitter



WhatsApp



Pinterest



ARTICOLO PRECEDENTE

Agrifood Magazine – 2/7/2025

ARTICOLO SUCCESSIVO

**Turismo internazionale, la
ristorazione è la prima voce di
spesa**



Italpress

RELATED ARTICLES



News Nazionali

Sisma 2016, accelera la ricostruzione nell'Appennino Centrale

Italpress - 2 Luglio 2025

ROMA (ITALPRESS) - Nei primi cinque mesi del 2025, nelle regioni
dell'Appennino Centrale colpite dal sisma del 2016,...



Gli italiani sognano piu' tempo per cibo e convivialita'

ROMA (ITALPRESS) In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo del Censis per **Camst** group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax. mgg/gtr/col

Sicilia

internazionale



Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

AUTHOR REDAZIONE PUBLISHED 2 LUGLIO 2025

The media could not be loaded, either because the server or network failed or because the format is not supported.

X

ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” del Censis per [Camst](#) group, il

ARTICOLI RECENTI

Meloni “Italia-Usa nazioni sorelle, su dossier parliamo stessa lingua”
Todde “Idea centralizzazione dei fondi preoccupa le regioni europee”
Lavoro, firmato il protocollo quadro per le emergenze climatiche
Accordo Confindustria-Intesa Sanpaolo, 14 miliardi per imprese Lazio
Sisma 2016, scatto in avanti della ricostruzione pubblica

CERCA ARTICOLI

To search type ar

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

Email *

Iscriviti

TRE ANNI DI GOVERNO MUSUMECI

Media error: Format(s) not supported or source(s) not found

76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col

CATEGORY [APERTURA](#), [DOSSIER](#), [MISSIONI](#), [MISSIONI INCOMING](#), [MISSIONI OUTGOING](#), [PRIMO PIANO](#), [VIDEO PILLOLE](#) VIEWS 76

Share this post:



REDAZIONE

< [Agrifood Magazine - 2/7/2025](#)

[La Russa "Piano carceri in via di rapido sviluppo"](#) >

RELATED POSTS

NEWS

Sicily by Car, Gigi D'Alessio nuovo testimonial per il biennio 2024/2025

2 FEBBRAIO 2024

MISSIONI INCOMING

La resistenza agli antibiotici resta elevata ma è in calo

2 DICEMBRE 2022

MISSIONI OUTGOING

Mattarella riceve i Nomadi per i 60 anni della band

20 LUGLIO 2023

PRIMO PIANO

Forza Italia, Tajani "Complimenti a Schifani e Cirio"

12 GIUGNO 2024

PRIMO PIANO

Riforme, Romeo "Disponibili al premierato ma con pesi e contrappesi"

18 MAGGIO 2023

MISSIONI INCOMING

Croce Viola Milano insegna le manovre d'emergenza nei parchi cittadini

25 MAGGIO 2024

Scarica il file:

MEDIA PARTNER



ITALPRESS



FARMACIE



BREVI

Lavoro, firmato il protocollo quadro per le emergenze climatiche

2 LUGLIO 2025

Accordo Confindustria-Intesa Sanpaolo, 14 miliardi per imprese Lazio

2 LUGLIO 2025

Sisma 2016, scatto in avanti della ricostruzione pubblica

2 LUGLIO 2025

Crosetto "Si addestreranno in Sicilia i piloti degli F-35"

2 LUGLIO 2025

Commissione Ue propone taglio alle emissioni del 90% entro il 2040

2 LUGLIO 2025

VIDEO PILLOLE

Meloni "Italia-Usa nazioni sorelle, su dossier parliamo stessa lingua"

Deprecated: Mobile_Detect::__construct(): Implicitly marking parameter \$headers as nullable is deprecated, the explicit nullable type must be used instead in `/home/hjstylis/public_html/wp-content/plugins/td-cloud-library/includes/Mobile_Detect.php` on line **684**

Notice: La funzione `_load_textdomain_just_in_time` è stata richiamata **in maniera scorretta**. Il caricamento della traduzione per il dominio `td-cloud-library` è stato attivato troppo presto. Di solito è un indicatore di un codice nel plugin o nel tema eseguito troppo presto. Le traduzioni dovrebbero essere caricate all'azione `init` o in un secondo momento. Leggi [Debugging in WordPress](#) per maggiori informazioni. (Questo messaggio è stato aggiunto nella versione 6.7.0.) in `/home/hjstylis/public_html/wp-includes/functions.php` on line **6121**

7.2 °C New York mercoledì, Luglio 2, 2025 Accedi Informativa sulla Privacy Condizioni di utilizzo Stylise magazine

f @ X v y

StyLise

MSC BELLISSIMA

LA PIÙ BELLA NAVE DEL MONDO

HOME TREND LIFESTYLE BEAUTY BENESSERE FOOD E DRINK ARTE E CULTURA TRAVEL SVAGO

Q

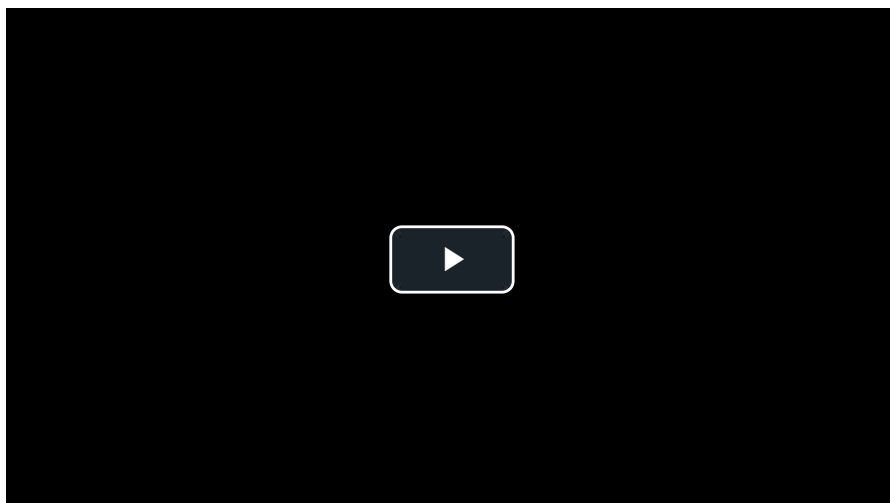
Home > Web TV > Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità

Di **Redazione stylise.it** - 2 Luglio 2025

6 0

f X P W



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" del Censis per **Camst** group, il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

spazio alle pause e ai momenti di relax.

mgg/gtr/col



Articolo precedente

Agrifood Magazine – 2/7/2025

Articolo successivo

Turismo internazionale, la ristorazione è
la prima voce di spesa

Redazione stylise.it

StyLise

2 Luglio 2025 15:47



AristanisTV

Canale 77 del digitale terrestre regionale

Materassi, guanciali, reti, letti, poltrone relax

**BUONA
NOTTE**

Via Vittorio Veneto, 109 Oristano

TEL. +393398225553



Homepage

LIVE STREAMING

NOTIZIE DEL GIORNO

PROGRAMMI

PALINSESTO

TG ORISTANESE

SARTIGLIA

CORSA DEGLI SCALZI

CONTEST FOTOGRAFICI

CONTATTI



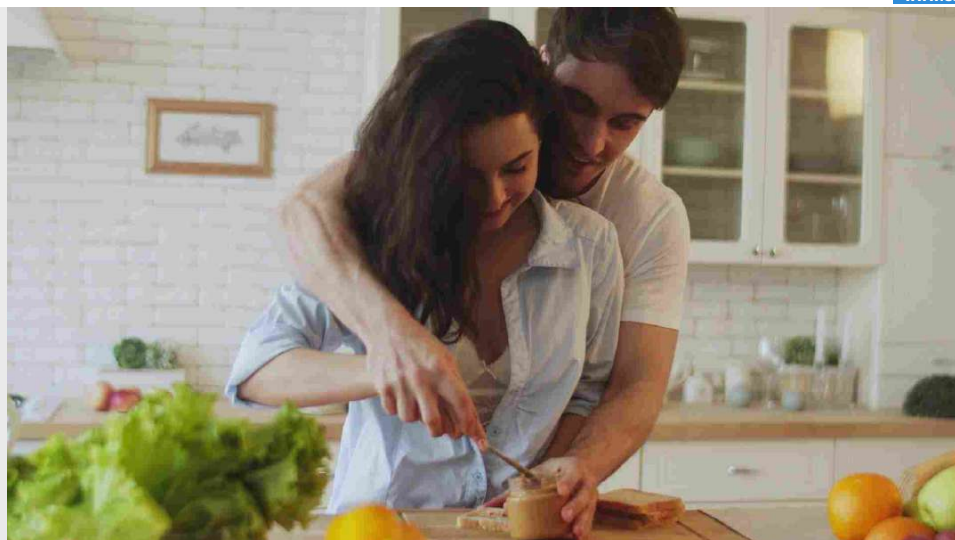
CHI SIAMO

Eventi

Eventi

VIDEO ITALPRESS

Gli italiani sognano più tempo per cibo e convivialità



ROMA (ITALPRESS) – In un mondo che corre sempre più veloce, gli italiani sognano di rallentare. E magari farlo davanti a un buon piatto. Secondo il nuovo Rapporto “Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo” del Censis per [Camst group](#), il 76,7% degli italiani vorrebbe più tempo per fare ciò che ama, e tra le attività più ambite ci sono proprio quelle legate al cibo: cucinare, mangiare con calma e godersi un pasto in compagnia. Il problema? I ritmi frenetici della vita moderna, complici anche smartphone e tecnologia, che rubano spazio alle pause e ai momenti di relax. [mgg/gtr/col](#)



Tg Sport –
2/7/2025

Agrifood Magazine –
2/7/2025

Articoli correlati



VIDEO ITALPRESS

**Tg Sport –
2/7/2025**

Lug 2, 2025



VIDEO ITALPRESS

**Agrifood Magazine –
2/7/2025**

Lug 2, 2025



VIDEO ITALPRESS

**Medtec,
Terracciano “Al
centro il concetto di
transdisciplinarietà
”**

Lug 2, 2025

ALIMENTANDO

IL PERIODICO DEL SETTORE ALIMENTARE

DIRETTO DA ANGELO FRIGERIO

HOME
LUXURYBEVERAGE
MERCATOBIO CARNI
ORTOFRUTTADOLCI&SALATI
RETAIL SALUMIFIERE
SURGELATIFORMAGGI
TECNOLOGIEGROCERY
VINI

< Precedente



Gli italiani chiedono più tempo per cibo e convivialità. Il rapporto Censis-Camst

30 Giugno 2025 - 10:14 | Categorie: [Mercato](#)

Bologna – Gli italiani desiderano più tempo per **cucinare, mangiare con calma e condividere un pasto**. È questo uno dei dati principali del nuovo rapporto “**Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo**”, realizzato dal Censis per [Camst group](#) e presentato a Bologna, nella cornice del Palazzo Re Enzo, durante l’evento “Il tempo sottile”, in occasione degli 80 anni dell’azienda di ristorazione.

Lo studio fotografa un **Paese affaticato dai ritmi frenetici e dal multitasking**. Il 62,2% degli italiani dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane e l’83,7% prova ansia per la mancanza di tempo. Il 76,7% esprime il desiderio di poter rallentare per dedicare più spazio alla cucina e ai pasti condivisi.

Nella settimana lavorativa si dedica in media solo 28 minuti al pranzo, 32 alla cena e appena 24 minuti alla pausa pranzo. Nel weekend si arriva a 75 minuti complessivi, ma la distanza tra desiderio e realtà resta ampia. Intanto, cresce l’attenzione mediatica per il cibo, con 14 milioni di italiani che seguono programmi culinari, ma nella vita quotidiana il tempo per cucinare e mangiare resta limitato.

La **pausa pranzo** è riconosciuta dal 97% degli occupati come abitudine quotidiana, anche se solo il 3,3% riesce a dedicarle più di un’ora. La maggioranza la consuma in meno di mezz’ora. Eppure, l’87,7% degli italiani dichiara di sentirsi più produttivo dopo una pausa pranzo di qualità.

In questo scenario, le **mense aziendali** assumono un ruolo centrale per il benessere e la fidelizzazione dei

LE NOSTRE RIVISTE

In questa sezione sono disponibili i numeri delle riviste del gruppo Tespi dedicate al settore alimentare:

[Salumi&Consumi](#)
[Salumi&Tecnologie](#)
[Carni&Consumi](#)
[Formaggi&Consumi](#)
[Formaggi&Tecnologie](#)
[DolciSalati&Consumi](#)
[Surgelati&Consumi](#)
[Grocery&Consumi](#)
[Vini&Consumi](#)
[Luxury Food & Beverage](#)
[The Italian Food Magazine](#)
[Tech4Food](#)
[Italy For Asia](#)

GLI EDITORIALI DEL

dipendenti L'85% dei lavoratori ritiene fondamentale avere a disposizione spazi accoglienti, con cibo sano e orari flessibili, capaci di incidere anche sulla produttività.

“Abbiamo voluto approfondire il legame tra tempo, cibo e benessere per celebrare i nostri 80 anni”, spiega **Francesco Malaguti, presidente Camst group**. “Per noi il tempo ha valore solo se trasformato in qualità per le persone, soprattutto nei luoghi di lavoro”.

DIRETTORE

Uffici stampa: la maledizione del giornalista (2)


LE APERTURE DEL VENERDI'
Condividi


Castaneda (Nmpf):
“Gli Stati Uniti
devono imporre dazi
sui prodotti lattiero
caseari europei”

Post correlati


Usa / Coldiretti: “Dai dazi di Trump già un forte impatto negativo sul nostro export”

30 Giugno 2025 - 08:55



Cerca...



Giacomo Frigerio (Ad di Blossom by Tespi Mediagroup)
interviene sul tema ‘Il buon lavoro’

Media error: Format(s) not supported or source(s) not found

Scarica il file:
https://www.youtube.com/watch?v=42dhYzA6eNY&t=2s&_1

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A

Live Teleromagna

Palinsesto Programmi



TUTTO

Cerca su Teleromagna



TR 24

notizie

TOP TREND:

> METEO

30 GIUGNO 2025 - 12:15

NOTIZIA DI ATTUALITÀ

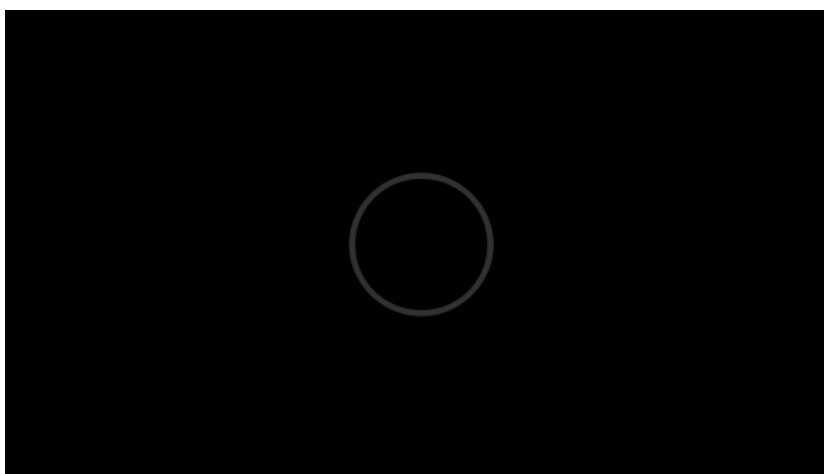
DI AMMINISTRATORE

0 VISUALIZZAZIONI

☆ 0 Mi interessa



BOLOGNA: 80 anni Camst, un'analisi sul rapporto degli italiani con il tempo e il cibo | VIDEO



Ha compiuto 80 anni la **Camst**, storica azienda bolognese del settore food. Nel ripercorrere questi anni, l'azienda ha presentato una ricerca sulla qualità della vita legata al rapporto cibo e tempo, per sé stessi e nei luoghi di lavoro.

Nella location di Palazzo Re Enzo a Bologna, ha festeggiato 80 anni la **Camst** Group che con l'iniziativa "Il tempo sottile", ha celebrato le scelte alimentari di qualità che caratterizzano scuole, aziende, ospedali e case di cura in cui opera. Al centro il tema del tempo legato al digitale, con oltre il 70% degli italiani che desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama fare, secondo un rapporto Censis. Tema importante proprio quello delle pause pranzo che vede una durata media di 24 minuti, quando una pausa pranzo di qualità renderebbe più produttivi ben 9 lavoratori su 10.

Sara Lena, ricercatrice Area consumi, mercati e welfare Censis. "Il 76,7% degli italiani desidera avere più tempo per dedicarsi a ciò che ama. In un'epoca dominata dalla fretta e dal multitasking, gli italiani sentono di vivere in una condizione di 'carestia di tempo': il 62,2% dichiara di non riuscire a completare le attività quotidiane, mentre l'83,7% prova ansia per questo motivo. La tecnologia, pur moltiplicando le possibilità, ha intasato le giornate, erodendo spazi personali e momenti di benessere".

ALTRE NOTIZIE [TUTTE LE NOTIZIE](#)

30 GIUGNO 2025

CESENA: Moroso e sfrattato aveva subaffittato appartamento Acer

30 GIUGNO 2025

BOLOGNA: Omicidio vigilessa,...

30 GIUGNO 2025

SCOPRI I PROGETTI
UNIPOLSAI NEL CORPORATE
SPONSORSHIP PROGRAM25
MER, GIU5
NUOVI ARTICOLI
v

Cerca...



PRIMO PIANO

PERSONE / SOCIETÀ

ECONOMIA

CULTURA

SOCIALE

EVENTI

A 80 anni **Camst** guarda al futuro venerdì 27 giugno

25 GIUGNO 2025



Compleanno e convegno.

La cooperativa attiva nel settore della ristorazione, **festeggia un traguardo** importante insieme al Sindaco e ai cittadini.

In programma: **esposizione** della ricerca inedita del Censis: "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" e tavola rotonda con esperti.

La chiusura della giornata è affidata all'artista Alessandro Bergonzoni.

Chiara Garavini

Per maggiori informazioni:

Cosa: Anniversario **Camst**

Dove: Palazzo Re Enzo in piazza del Nettuno, 1 - Bologna

Quando: 27 venerdì giugno 2025, ore 9:30

Costo: evento gratuito

Info: 051/210 7411 - Questo indirizzo email è protetto dagli spambots. È necessario abilitare JavaScript per vederlo.

Pagina Fb: [Camstgroup](#)

Condividi

Il tempo
sottile80°
camst

QUANDO / DOVE?

PALAZZO RE ENZO

INIZIO: 28 GIUGNO 2025

FINE: 28 GIUGNO 2025

PIAZZA DEL NETTUNO,1 - BOLOGNA

ORE 9:30

BIGLIETTI

Type	Price	Sale End
?	Partecipazione libera	

SCOPRI I PROGETTI
UNIPOLSAI NEL CORPORATE
SPONSORSHIP PROGRAM24
MAR, GIU6
NUOVI ARTICOLI

Cerca...



PRIMO PIANO

PERSONE / SOCIETÀ

ECONOMIA

CULTURA

SOCIALE

EVENTI

A 80 anni **Camst** guarda al futuro il 27 giugno

24 GIUGNO 2025



Compleanno e convegno.

La cooperativa attiva nel settore della ristorazione, **festeggia un traguardo** importante insieme al Sindaco e ai cittadini.

In programma: **esposizione** della ricerca inedita del Censis: "Il tempo e il cibo. La food obsession tra rappresentazione dei media e comportamenti di consumo" e tavola rotonda con esperti.

La chiusura della giornata è affidata all'artista Alessandro Bergonzoni.

Chiara Garavini

Per maggiori informazioni:

Cosa: Anniversario **Camst**

Dove: Palazzo Re Enzo in piazza del Nettuno, 1 - Bologna

Quando: 27 venerdì giugno 2025, ore 9:30

Costo: evento gratuito

Info: 051/210 7411 - Questo indirizzo email è protetto dagli spambots. È necessario abilitare JavaScript per vederlo.

Pagina Fb: [Camstgroup](#)

Condividi

Il tempo
sottile80°
camst

QUANDO / DOVE?

PALAZZO RE ENZO

INIZIO: 28 GIUGNO 2025

FINE: 28 GIUGNO 2025

PIAZZA DEL NETTUNO,1 - BOLOGNA

ORE 9:30

BIGLIETTI

Type	Price	Sale End
?	Partecipazione libera	



Da oltre 60
anni interpreti
del Paese

FORMAZIONE

LAVORO

WELFARE E SALUTE

TERRITORIO E RETI

ECONOMIA

COMUNICAZIONE

GOVERNO PUBBLICO

SICUREZZA E
CITTADINANZA

Cerca



IL CENSIS

LAVORA CON NOI

CONTATTI E RIFERIMENTI

POLICIES

© 2019 CENSIS - PI
00968181008

EVENTI

Il tempo e il cibo

LA FOOD OBSESSION TRA RAPPRESENTAZIONE DEI MEDIA E
COMPORTAMENTI DI CONSUMO

Qual è il rapporto degli italiani con il tempo nella digital life? Perché è così diffusa tra gli italiani la sensazione di non riuscire mai a fare tutto quel che vorrebbero? La più alta velocità di esecuzione delle attività quotidiane non ha liberato tempo per il riposo o per sé stessi, piuttosto ha generato una moltiplicazione di attività svolte, saturando il tempo nel quotidiano. E così la qualità della vita non è migliorata. In tale contesto risulta amplificato il valore sociale delle attività che rispondono al nuovo desiderio di lentezza. E tra tali attività, decisive sono quelle relative al cibo. Ma quanto tempo gli italiani riescono concretamente a dedicare ai pasti? Ne sono soddisfatti? E quanto tempo invece i lavoratori riescono a dedicare alla pausa pranzo? Ecco solo alcuni dei quesiti a cui risponde il Rapporto [Camst-Censis](#).



DATA E ORARI:

**VENERDÌ, 27 GIUGNO
2025
ORE: 09:30**

LOCATION:

**PALAZZO RE ENZO
PIAZZA DEL NETTUNO, 1 - BOLOGNA**

PROGRAMMA

SALUTO ISTITUZIONALE:

MATTEO LEPORE

Sindaco di Bologna

PRESENTANO LA
RICERCA:**SARA LENA**

Ricercatrice Censis

MASSIMILIANO VALERII

Consigliere delegato Censis

INTERVENGONO:

SILVIA BENCIVELLI

Divulgatrice scientifica e scrittrice

ALESSANDRO BERGONZONI

Artista

FRANCESCO MALAGUTIPresidente [Camst](#)**STEFANO QUINTARELLI**

Informatico ed esperto di processi di digitalizzazione

ANDREA SEGRÈ

Agroeconomista

MODERA:

MIA CERAN

Giornalista e conduttrice

WELFARE E SALUTE

CONSUMI

58° Rapporto sulla situazione sociale del Paese

DETTAGLI E ACQUISTO

La fine della dieta mediterranea: i rischi nutrizionali del piatto unico

In Italia il pranzo dura 28 minuti e il 78% porta il pasto da casa. Cosa succede alla dieta quando il menù si riduce a un piatto unico. In breve Il modello a tre portate sta lasciando spazio al piatto unico, in Italia come nel resto dell'Europa mediterranea. Secondo l'ISTAT, il pranzo dei giorni feriali dura in media 28 minuti e la cena 32. Il 78% dei lavoratori porta il pasto da casa (rapporto Censis-Camst 2025), con una preferenza marcata per primi piatti monoporzione. La quarta Indagine nazionale sui consumi alimentari del CREA documenta carenze di ferro, vitamina D, calcio e fibre. Il problema centrale non è la quantità di cibo, ma la varietà di micronutrienti che il pasto riesce a coprire. Quanto dura davvero un pasto in Italia oggi? Il quadro che emerge dall'Indagine Multiscopo ISTAT sull'uso del tempo descrive abitudini molto distanti dal pasto in tre portate che ha caratterizzato la tradizione mediterranea. Nei giorni feriali gli italiani dedicano in media 28 minuti al pranzo, 32 alla cena e circa mezz'ora alla preparazione dei cibi. Il fine settimana i tempi si allungano solo di pochi minuti. La pausa pranzo si gioca quasi sempre fuori dalla cucina di casa. Il rapporto Censis-Camst rilevato nel 2025 registra che il 78% dei lavoratori porta a pranzo cibo preparato a casa, una quota record. La cosiddetta schiscetta è più radicata al Sud, dove la sceglie il 42% degli intervistati, contro il 35% del Nord Est. Tra i millennial la percentuale sale al 45%. Gli ingredienti scelti raccontano lo stesso fenomeno descritto da Enrique Alpañés su El País: pasta in monoporzione, panini, piadine, insalatone. Il piatto è uno solo perché è quello che si riesce a consumare in piedi, davanti a una scrivania o tra una riunione e l'altra. Perché la varietà cambia il modo in cui mangiamo. La nutrizionista Barbara J. Rolls, dell'università della Pennsylvania, definisce la sazietà sensoriale specifica come la riduzione del gradimento verso un alimento già consumato e il piacere che si prova nell'assaggiare qualcosa di nuovo. È il motivo per cui, dopo un pranzo abbondante, si torna comunque a tavola per il dolce. Studi su mammiferi e uccelli mostrano lo stesso meccanismo: animali nutriti a lungo con un alimento gradito tendono a sceglierne uno diverso quando possono. Una ricerca del 2019, alla quale ha partecipato la stessa Rolls, ha confrontato gruppi di commensali con menù più o meno articolati: chi aveva maggiore varietà consumava quantità maggiori, indipendentemente dall'ordine in cui le pietanze venivano servite. Per Maira Bes-Rastrollo, ricercatrice di medicina preventiva all'università di Navarra, il rischio del piatto unico non è la dose: un piatto di pasta al pomodoro, ricorda la studiosa, è meno completo di un pasto composto da due portate di cui una di verdura. La tradizione culinaria mediterranea, spiega, non offre molti esempi di piatti unici sani e vari. Le carenze nascoste nella dieta italiana. Il riscontro nei dati italiani è arrivato con lo Studio IV SCAI sui consumi alimentari in Italia, pubblicato dal Centro di ricerca alimenti e nutrizione del CREA. La rilevazione, condotta su un campione di 1.969 persone tra 0 e 74 anni, applica le metodologie armonizzate raccomandate dall'EFSA e fotografa quanto le scelte alimentari si discostano dalle raccomandazioni nutrizionali. Il profilo critico riguarda soprattutto le donne in età fertile: l'inadeguatezza di ferro tocca fino al 95% del campione. La vitamina D è insufficiente quasi nell'intera popolazione italiana. Il calcio è sotto i livelli ottimali, così come il potassio. L'apporto di fibre risulta sistematicamente basso, in correlazione con il ridotto consumo di legumi e cereali integrali. Una ricerca pubblicata su Frontiers, citata anche da El País, segnala la stessa tendenza nei paesi industrializzati e individua nella diversificazione dietetica, non negli integratori, la risposta strutturale. A livello globale si stima che due miliardi di persone vivano con una carenza cronica di micronutrienti. Come ricostruire varietà in un piatto unico. La logica del piatto unico non è incompatibile con la varietà nutrizionale, ma chiede una composizione consapevole. Ecco una guida operativa in cinque passaggi, costruita sulle evidenze citate. Verifica la presenza di tre gruppi alimentari nel piatto: cereali integrali, proteine, vegetali. È la stessa logica del piatto di Harvard introdotto nel 2011 (50% verdure, 25% proteine sane, 25% cereali). Alterna il cereale base ogni due o tre giorni: pasta, riso, farro, orzo, miglio. Cambiare la fonte cambia anche il profilo di fibre e micronutrienti. Includi almeno due colori di verdura, preferibilmente uno crudo e uno cotto. I fitocomposti variano per pigmento e una sola verdura copre poche categorie. Inserisci legumi almeno tre volte a settimana, alternati a pesce azzurro, uova e formaggi freschi. È il modo più diretto per riportare ferro, fibre e proteine vegetali nello stesso pasto. Lascia spazio a un piccolo dessert con frutta o yogurt: la sazietà sensoriale specifica spinge a chiudere il pasto, riducendo gli spuntini successivi. Errori comuni nel passaggio al piatto unico. Confondere veloce con bilanciato. La pasta al pomodoro consumata in dieci minuti soddisfa la fretta ma non equivale a un pasto in cui compaiono almeno due gruppi alimentari. È la stessa avvertenza che Bes-Rastrollo rivolge a chi sceglie ogni giorno la stessa monoporzione. Affidarsi solo alle insalate in ciotola. Le bowl pensate per essere mangiate





con una mano privilegiano ingredienti che si tagliano a cubetti e penalizzano legumi, cereali integrali e verdure cotte, riducendo proprio i nutrienti più scarsi nella dieta italiana. Dimenticare la frutta. La frutta resta il modo più economico per introdurre un secondo elemento nel pasto rapido, copre vitamine spesso assenti e si presta al consumo in ufficio senza preparazione. Sottostimare la colazione e la cena. Se a pranzo il pasto resta povero, l'equilibrio deve passare dagli altri momenti della giornata. I dati ISTAT mostrano che la cena è leggermente più lunga del pranzo e può ospitare il gruppo alimentare mancante. Domande frequenti Il piatto unico è meno sano del menù tradizionale? Non automaticamente. Un piatto unico composto da cereali integrali, una porzione di proteine e una di verdura può avvicinarsi al profilo nutrizionale di un menù strutturato. Diventa critico quando viene ripetuto identico ogni giorno, perché riduce la varietà di micronutrienti. Quante portate servono per coprire i fabbisogni nutrizionali? Non c'è una soglia magica. Le linee guida CREA insistono sulla varietà degli alimenti lungo la giornata e la settimana, non sul numero di portate del singolo pasto. La regola pratica è ruotare cereali, fonti proteiche e verdure su base settimanale. Esiste un piatto unico mediterraneo? Sì, ma è meno frequente di quanto si pensi. Esempi sono la pasta e fagioli, il riso con verdure e legumi, le insalate di farro con pesce o uova, la zuppa di cereali e ortaggi. In tutti i casi nello stesso piatto convivono più gruppi alimentari. Il piatto di Harvard è una valida alternativa? È un riferimento visivo introdotto nel 2011 e indica una composizione equilibrata: metà verdure, un quarto cereali integrali, un quarto proteine sane. Non sostituisce le linee guida nazionali ma offre uno schema rapido per costruire un piatto unico vario quando il tempo manca. Il modello a tre portate, inteso come rito familiare, resiste nelle feste, nei pranzi della domenica e nelle riunioni tra amici. Quello che si riduce è la possibilità di replicarlo ogni giorno, in pausa pranzo o davanti al computer. La domanda da porsi non è se tornare al primo-secondo-dolce, ma quanta varietà siamo disposti a costruire dentro l'unico piatto che abbiamo davanti.

sabato 18 aprile 2026

PANORAMA

[MENU](#) [Attualità](#) [Personaggi](#) [Tempo Libero](#) [Lifestyle](#) [Video](#) [Podcast](#) [Abbonati](#)[Home](#) » [Attualità](#) » [Economia](#) » Caro vita: come risparmiare fino a 4.000 euro l'anno per famiglia

Caro vita: come risparmiare fino a 4.000 euro l'anno per famiglia



Cristina Colli

18 Aprile 2026 – Lettura: 3 minuti

[+ Seguici su Google Discover](#)

Leggi anche

[celebrare l'icona della cultura pop](#)[cambiato le regole del K-pop globale](#)[usare Dio per giustificare la guerra»](#)[sognava venti centrali](#)

Dal pranzo fuori allo spreco alimentare fino alle consegne a domicilio: le tre abitudini quotidiane che sono spese invisibili che svuotano il conto e come ridurle

[nucleari](#)

Il vero problema del bilancio familiare? Le spese che non si vedono. Nell'Italia del caro vita c'è un nemico che si potrebbe combattere: non sono sempre le grandi spese, ma sono quelle piccole, quotidiane e spesso invisibili. Costi piccoli e ricorrente che sommati, mese dopo mese, possono trasformarsi in una voragine. E secondo un'analisi di Bravo, società specializzata nella gestione del sovraindebitamento, **ci sono tre abitudini diffusissime che arrivano a costare fino a 4mila euro l'anno a famiglia**. Una cifra, soprattutto in un contesto segnato da inflazione in crescita (+1,7% a marzo secondo Istat) e rincari stimati fino a 776 euro annui per una famiglia con due figli, che può fare la differenza tra un bilancio in equilibrio e uno in affanno.

Pausa pranzo fuori: il lusso quotidiano che pesa fino a 3.200 euro l'anno

Il primo grande "spreco inconsapevole" è uno dei più comuni: il pranzo fuori casa. Tra bar, ristoranti, gastronomie e delivery, il costo medio oscilla ormai tra i 10 e i 15 euro al giorno. Una spesa che, moltiplicata per i giorni lavorativi, può arrivare **fino a 3.200 euro l'anno** per ogni lavoratore. Per risparmiare e incidere sul portafoglio la schiscetta, il pranzo portato da casa, è una strategia sempre più utile. Secondo il rapporto Censis-Camst 2025, oggi il 78% dei lavoratori mangia un pranzo preparato a casa e il 62% lo cucina appositamente.

Spreco alimentare: 275 euro l'anno finiscono nella spazzatura

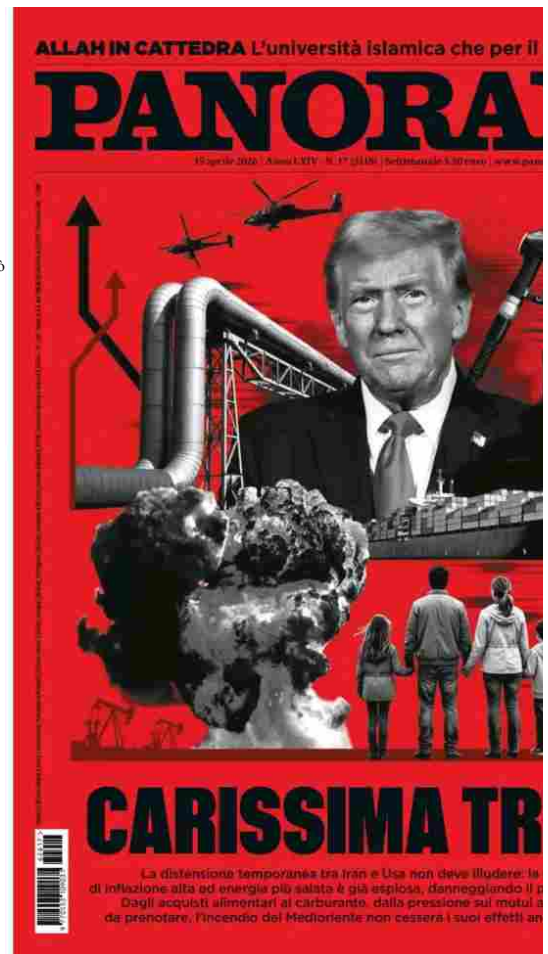
C'è poi una voce ancora più subdola, perché invisibile: lo spreco alimentare. Ogni famiglia italiana butta in media circa 70 kg di cibo all'anno, che **significa circa 275 euro**. Il problema è etico o ambientale, ma anche finanziario. Si tratta infatti di denaro già speso e letteralmente gettato via. Dietro questo spreco ci sono spesso cattive abitudini: acquisti non pianificati, conservazione errata degli alimenti, scarsa attenzione alle scadenze. La soluzione? Pianificare i pasti settimanali, fare una lista della spesa mirata e imparare a riutilizzare gli avanzi. Azioni che, nel tempo, possono restituire centinaia di euro al bilancio familiare.

Consegne a domicilio: la "tassa invisibile" da oltre 360 euro l'anno

Infine, c'è il prezzo della comodità. Tra food delivery, spesa online ed e-commerce, le consegne a domicilio sono diventate una routine per milioni di italiani. Ma è un'abitudine che si paga caro: **oltre 360 euro l'anno solo per le spese di consegna**. Una cifra che è difficile capire nella sua interezza, proprio perché frammentata in micropagamenti: pochi euro alla volta, spesso ignorati. Eppure, nel lungo periodo, incidono in modo significativo. Ridurre il numero di ordini, pianificare acquisti più consistenti o scegliere opzioni senza costi di spedizione sono strategie semplici ma efficaci per contenere questa voce di spesa. **La consapevolezza e il cambio di abitudini possono portare a un risparmio di 4mila euro annui a famiglia, non pochi.**

© Riproduzione Riservata

[Caro Vita](#) , [Risparmi](#)



• [In Edicola](#)

[Carissima tregua – Panorama in edicola](#)

[Sfogliala ora](#)

Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.

105047-IT074A