

## La pausa pranzo, usanze e costumi degli italiani in ufficio

**Dal sondaggio di InfoJobs.it risulta che la maggioranza dei lavoratori passa l'ora di pausa pranzo in ufficio, consumando uno spuntino portato da casa, anche davanti al PC.**

Milano, 9 novembre 2011 – [InfoJobs.it](http://www.infojobs.it) ([www.infojobs.it](http://www.infojobs.it)), la principale realtà in Italia e in Europa nel settore del recruiting online per numero di [offerte di lavoro](#), traffico Internet e numero di CV in database, ha condotto un sondaggio su circa **400 utenti**, indagandone le **abitudini durante la pausa pranzo**.

Ne emerge che la maggioranza degli intervistati, il **58%**, **ha un'ora di pausa pranzo**. Il 14% dichiara, addirittura, di avere a disposizione solamente mezz'ora per il pasto, mentre un 12% di fortunati, ammette di non avere orari fissi, ma gestisce in autonomia il proprio break. L'11% interrompe le proprie attività professionali per due ore o più e solo il 3% non ha a disposizione nessuna pausa.



Microsoft Office

In questo periodo di intervallo, gli italiani sono piuttosto abituarini. Il **30% degli intervistati rimane alla scrivania, consumando un breve spuntino davanti al PC**. Mentre il 22% preferisce andare al "solito" bar con i colleghi, nelle vicinanze dell'ufficio o dell'azienda; il 21% si rifugia in uno spazio aziendale appositamente dedicato alla ricreazione (attrezzato cucina o no). **Solamente il 14% beneficia di una mensa aziendale**, ed un altro 14% si può permettere di ritornare alla propria abitazione, per riposarsi e mangiare a casa.

Se la maggior parte dei lavoratori (49%) dichiara di impiegare l'intervallo per mangiare e scambiare qualche chiacchiera con i colleghi, il 39% ha giusto il tempo di consumare il pranzo. Il 10% degli intervistati utilizza il tempo per fare qualche commissione, come andare in posta o fare la spesa, mentre un misero 3% corre in palestra.

Il sondaggio di InfoJobs.it indica, inoltre, che ben **il 60% dei lavoratori italiani non gode di alcuna agevolazione per la pausa pranzo**, contrariamente al **27%** che **dispone di buoni pasto e al 9% che accede alla mensa aziendale**. Infine, il 5% usufruisce di convenzioni con bar e ristoranti limitrofi al proprio posto di lavoro.

Se il 21% si siede al tavolo di bar e ristoranti per un menù completo con amici e colleghi, il **58% porta qualcosa di già pronto da casa**, per mangiar sano e risparmiare. Il 15% è affezionato, volente o nolente, al classico panino "al volo" mentre un 6% ammette di saltare completamente il pranzo.

Alla domanda "cosa non sopporti di più durante la pausa?", il 60% è concorde che il poco tempo costringe a mangiare di corsa. Il 18% non riesce proprio a tollerare i colleghi rumorosi mentre l'11% si lamenta di chi porta in ufficio piatti sgradevoli e maleodoranti. Un restante 11% è infastidito da chi sbriola su tastiera e scrivania.

Ma a chi non è mai capitato di **mangiare davanti al PC**? Ben il 39% ammette di aver fatto uno spuntino alla scrivania quando c'era molto da fare al lavoro, **il 29% lo fa regolarmente**, mentre il 25% ritiene che sia importante concedersi un break durante la giornata e per questo tende a lasciare la sedia per rilassarsi un po'. Il 6% degli intervistati, anche volendo, non potrebbe rimanere alla propria postazione, in quanto l'ufficio chiude completamente.

Quando qualche anno fa Gianfranco Rotondi, ministro per l'attuazione del programma di governo, ha dichiarato «La pausa pranzo è un danno per il lavoro, ma anche per l'armonia della giornata. Non mi è mai piaciuta questa ritualità che blocca tutta l'Italia. Ho scoperto che le ore più produttive sono proprio quelle in cui ci si accinge a pranzare» (fonte: [Corriere.it](#)), si è accesa la discussione. Gli intervistati da InfoJobs.it, dichiarano per il 49% di non poter rinunciare alla pausa pranzo, in quanto serve ad alleviare un po' lo stress della giornata. Il **40%**, invece, **la ridurrebbe per poter uscire prima dal lavoro la sera**. Al contrario, l'11% propone di allungarne i tempi, per poter mangiare con più calma.

**InfoJobs.it** è la società di recruitment online numero 1 in Italia per l'offerta di lavoro. Leader per traffico Internet, numero di offerte attive e curricula in banca dati, InfoJobs.it è online da luglio 2004 e costantemente al numero 1 della classifica indipendente Nielsen, con 1.052.700 visitatori unici, tempo medio di permanenza sul sito superiore agli 13 minuti e oltre 32,7 milioni di pageview (fonte esterna: Nielsen NetRatings, settembre 2011). InfoJobs.it ha guadagnato la prima posizione anche nella classifica dei siti preferiti nella categoria "impiego e carriera", stilata nel giugno 2011 da NetObserver®, il più grande osservatorio sui comportamenti degli internauti, con il 16,5% delle preferenze in Italia.

Servizio, rapidità, qualità, prestigio, innovazione, sicurezza sono le parole chiave che caratterizzano la filosofia e la strategia di InfoJobs.it. Proprio l'elevata qualità del servizio offerto e l'ottimizzazione dei processi di selezione da parte delle imprese e la ricerca di lavoro da parte dei candidati sono le basi fondanti dello straordinario successo dell'azienda nel nostro Paese.

InfoJobs.it ha raggiunto il traguardo dei 3,5 milioni di candidati e conta più di 52.000 aziende inserzioniste.

Per ulteriori informazioni: [www.infojobs.it](http://www.infojobs.it)

**Per ulteriori informazioni:**

**Ambito5** – Ufficio Stampa InfoJobs.it

02 36556770

Claudia Ronchi

Cristina Castelli

[claudia.ronchi@ambito5.com](mailto:claudia.ronchi@ambito5.com)

[cristina.castelli@ambito5.com](mailto:cristina.castelli@ambito5.com)