

Kochen.Leben – Zwischenpräsentation Wismar

A decorative graphic consisting of several overlapping, semi-transparent green shapes in various shades, creating a layered, abstract effect. The shapes are primarily located in the middle section of the slide, below the title and above the names.

Michelle Güll, Stefanie Heller, Annalena Krämer, Lisa-Maria Rehe, Nicole Zucker

Agenda

1. Trends

- Überblick
- Ernährung
- Genuss
- Technik
- Kochen
- gemeinsames Event

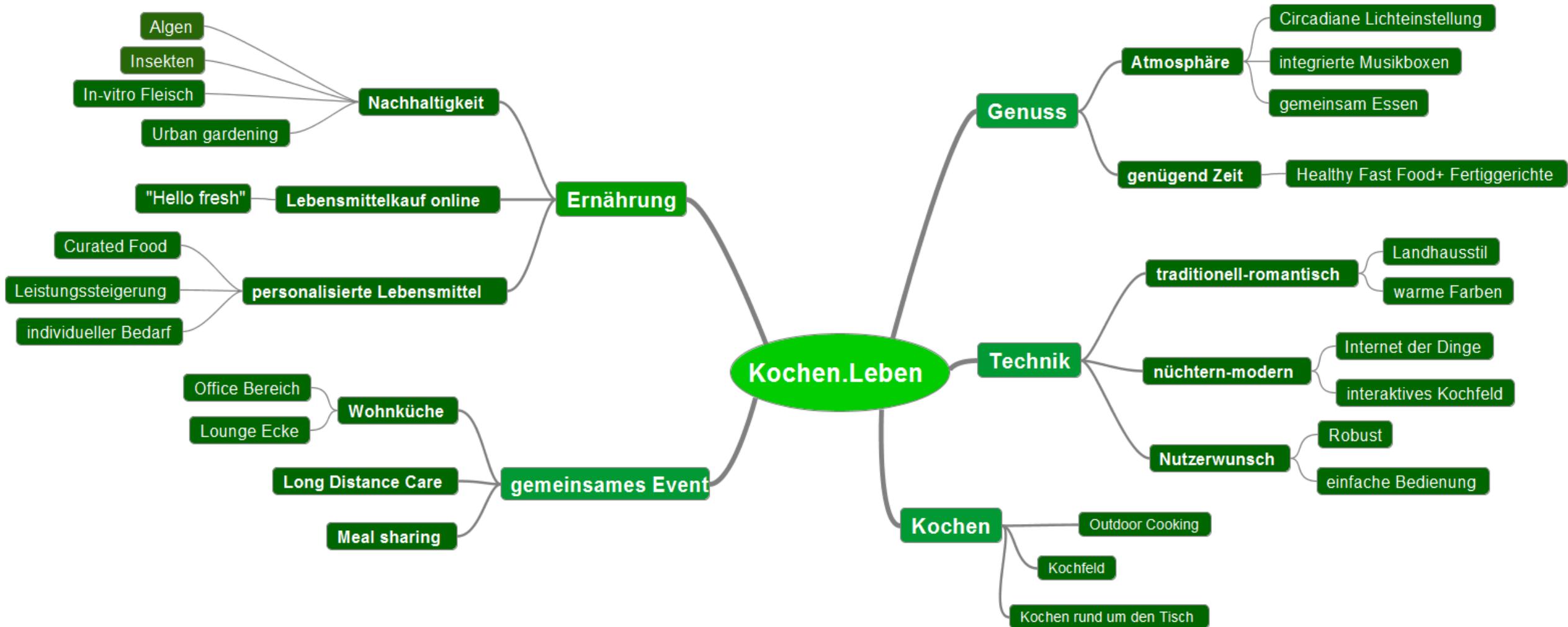
2. Persona

3. diverse Küchentypen

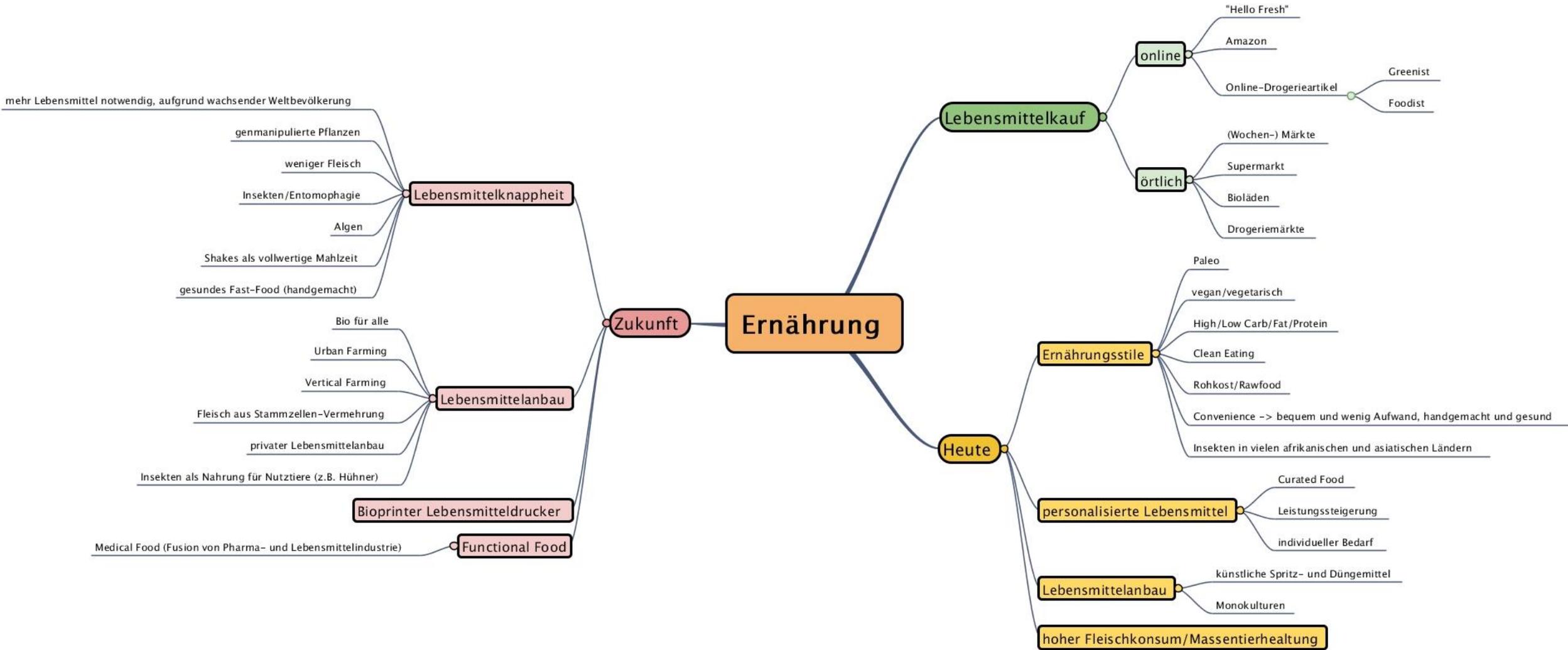
4. Bereiche für quantitative Erhebung

Trends

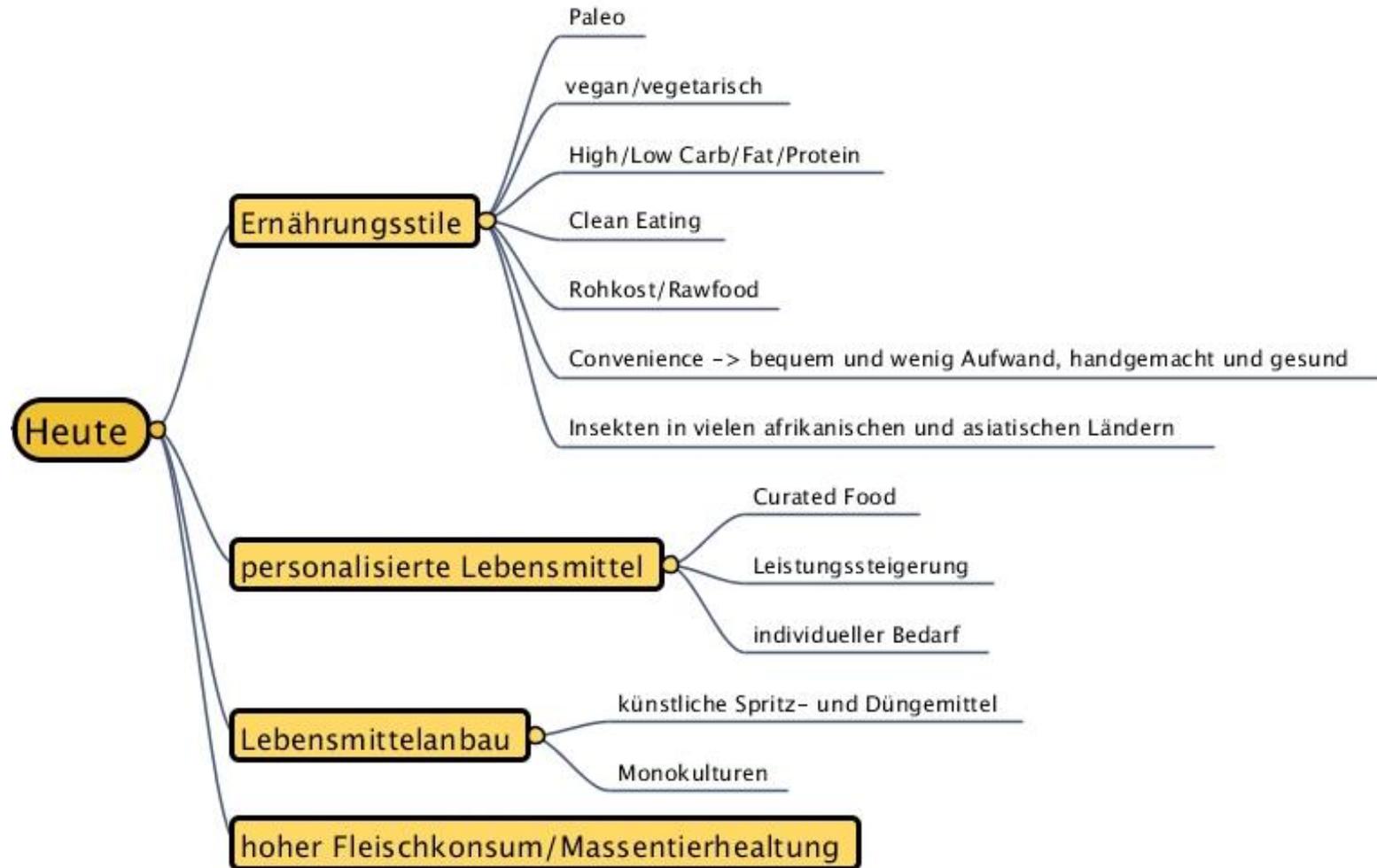
Trends - Überblick



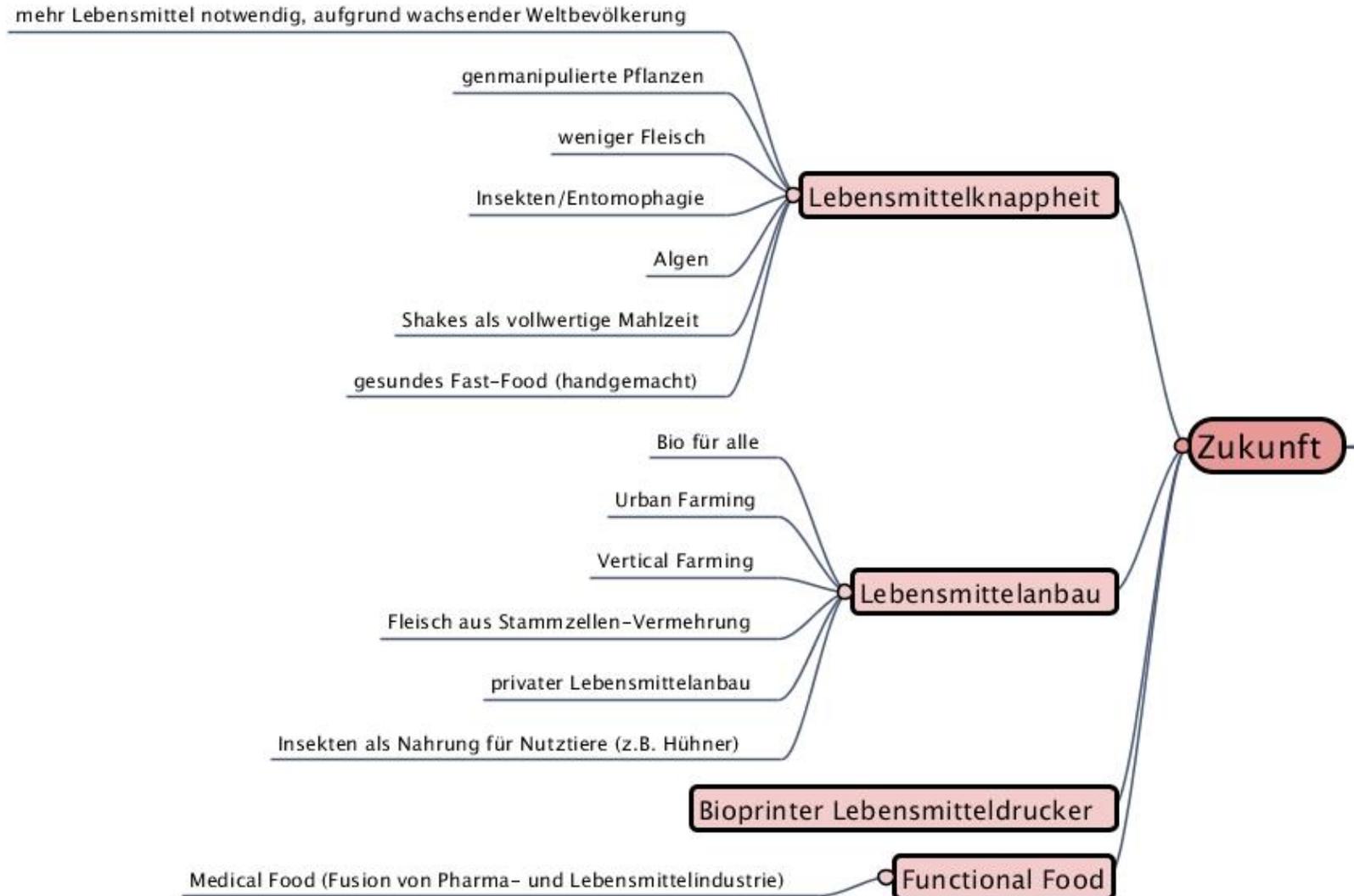
Trends - Ernährung



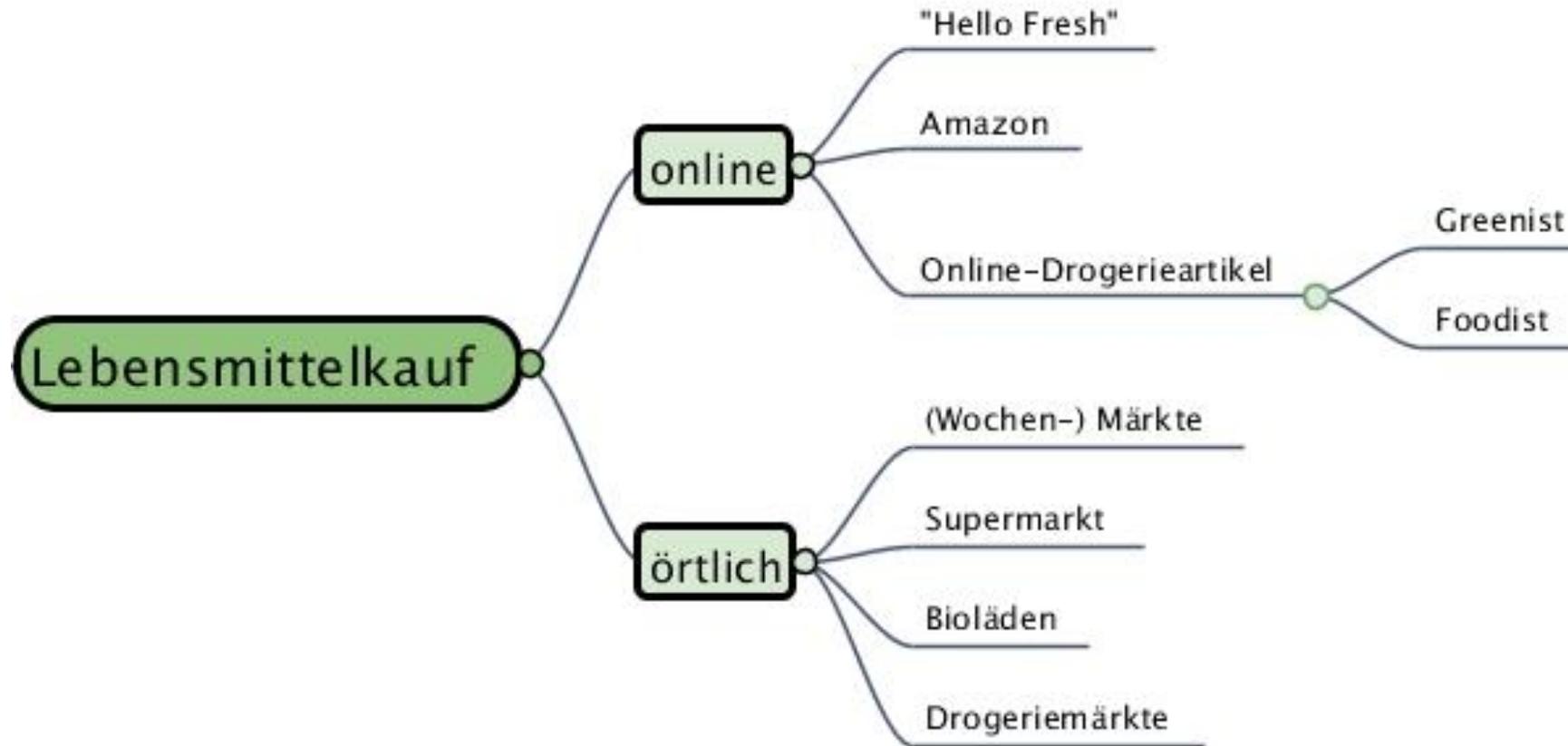
Trends - Ernährung



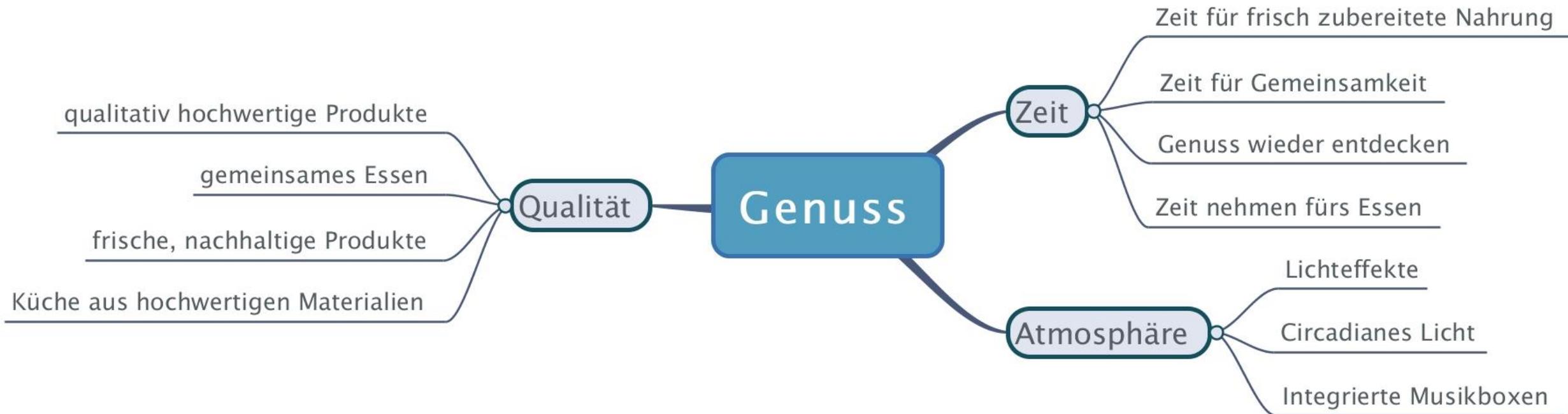
Trends - Ernährung



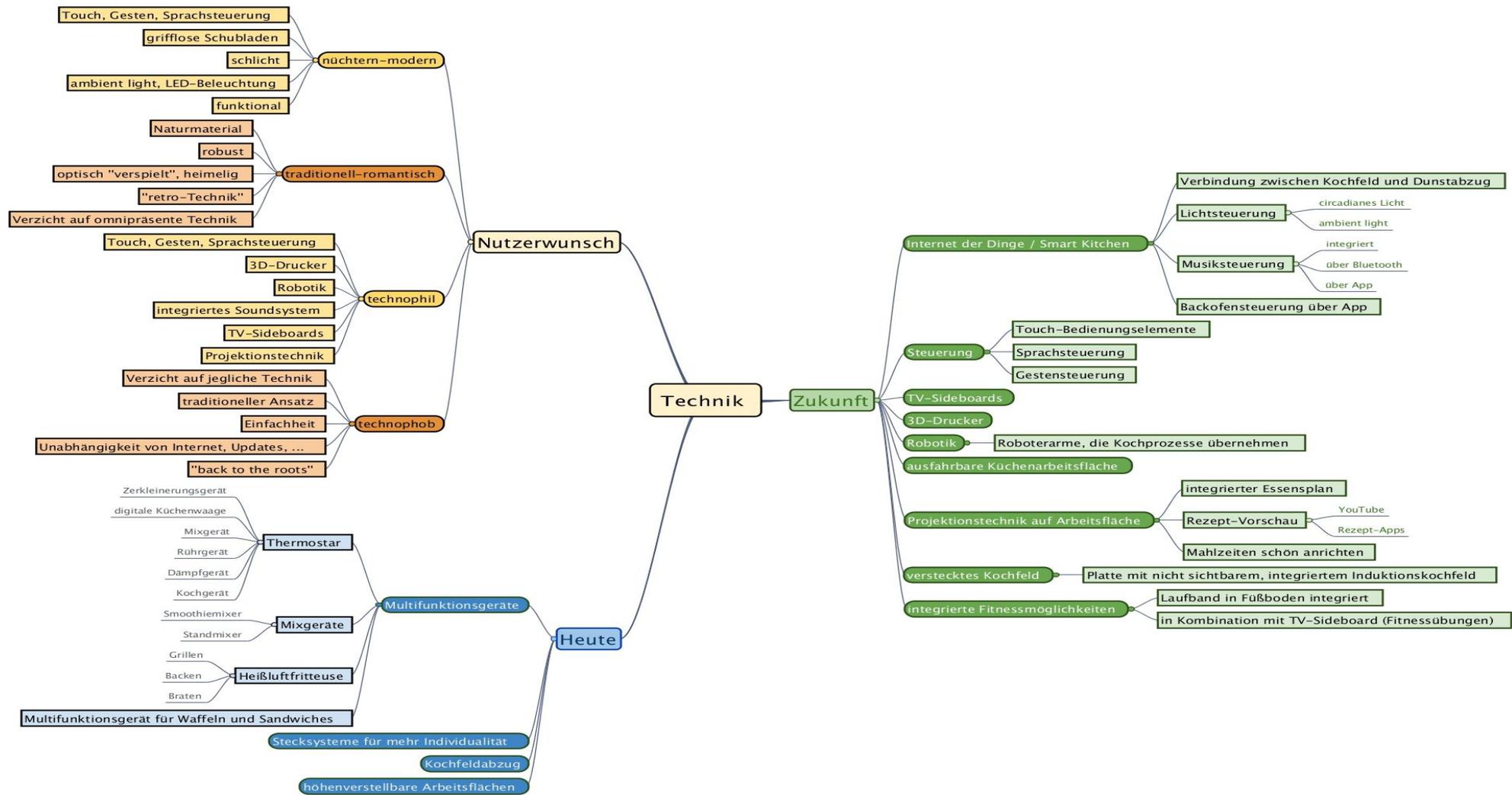
Trends - Ernährung



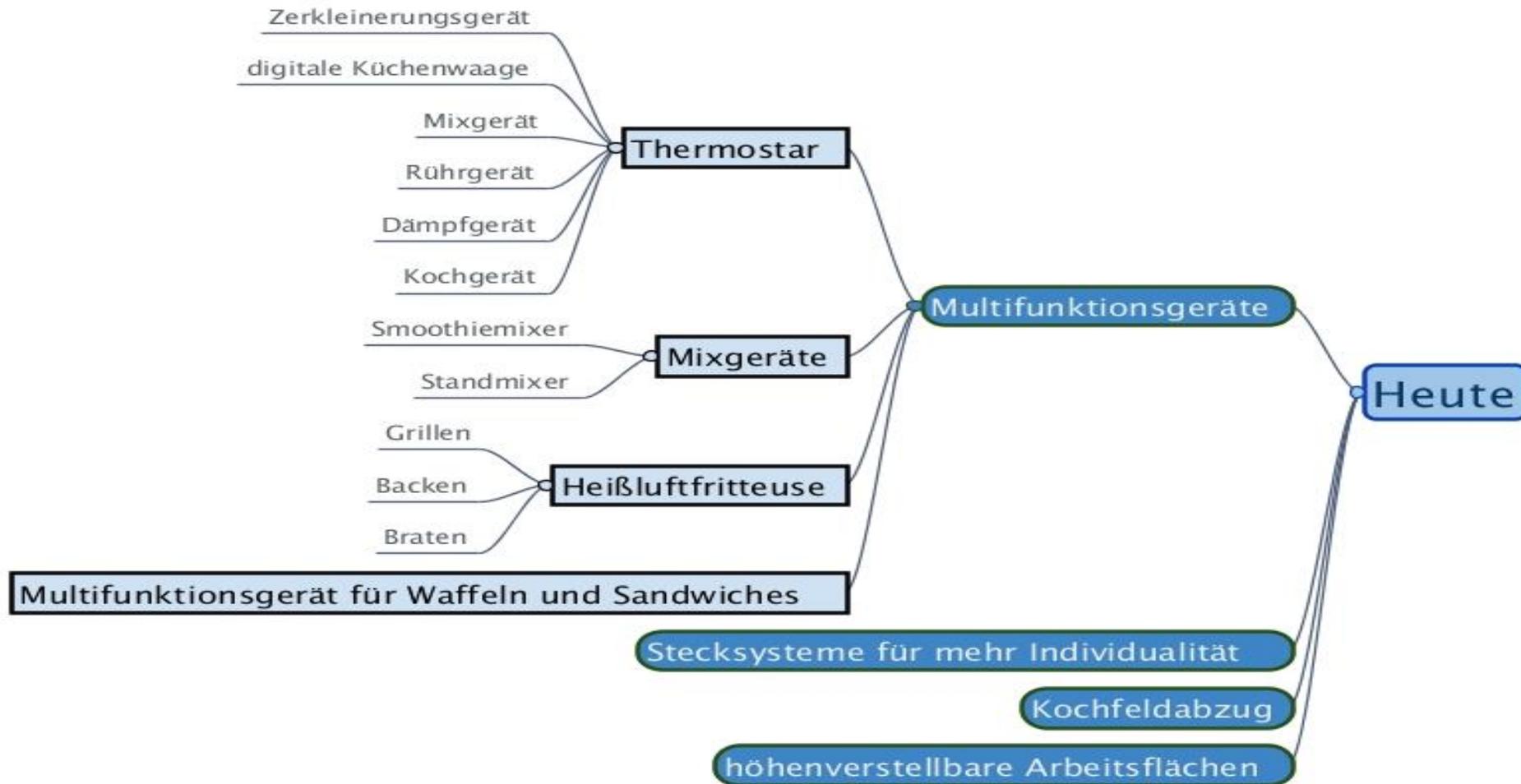
Trends - Genuss



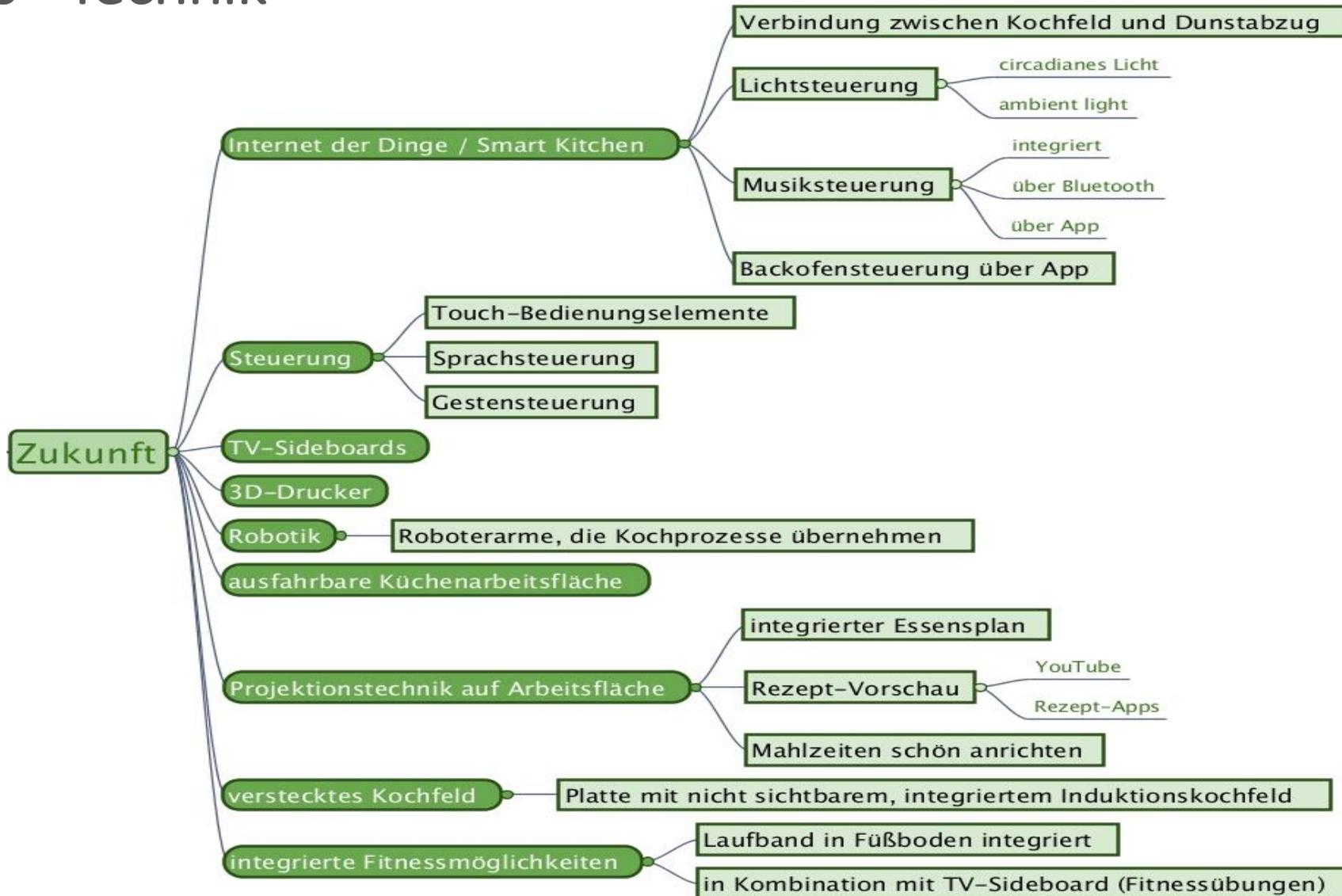
Trends - Technik



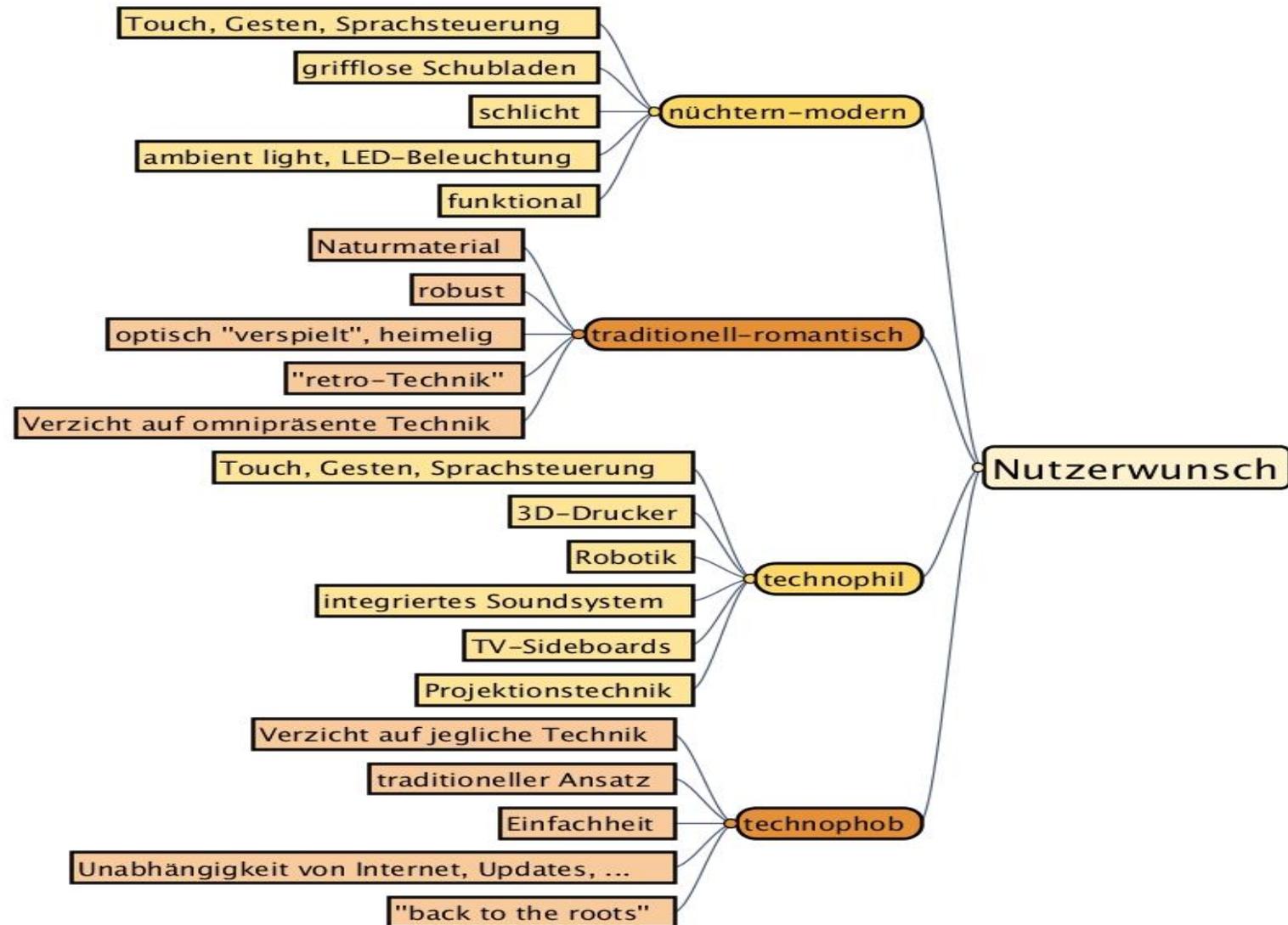
Trends - Technik



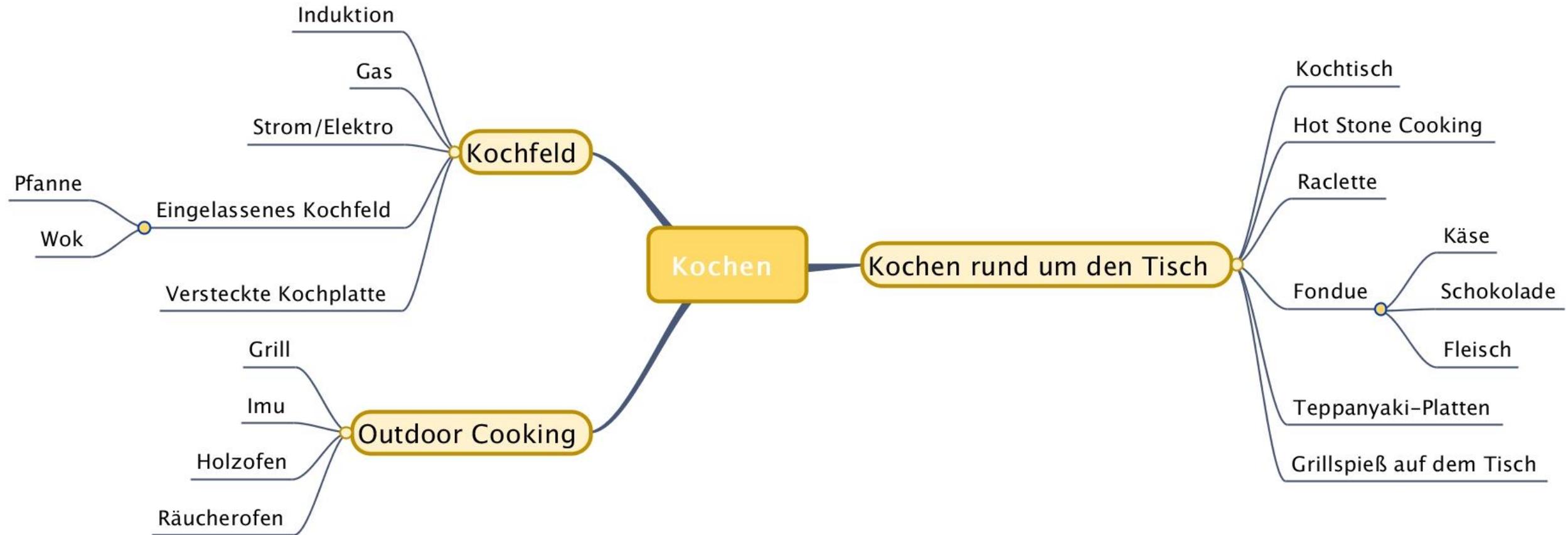
Trends - Technik



Trends - Technik



Trends - Kochen



Trends – gemeinsames Event



Persona

Persona für Kochen.Leben



“Schnell, gesund und ohne Fleisch”

Alter: 35 Jahre
Beruf: Geschäftsführerin
einer Modefirma
Familie: Single, keine
Kinder

Name Carmen Zimmermann
Rolle Alleinstehende Geschäftsfrau

Als Geschäftsführerin der Modefirma “Vintox” habe ich sehr wenig Zeit, mich um meine Ernährung zu kümmern. Ich arbeite von 7 Uhr bis 19 Uhr, oft sogar länger. Das Arbeiten macht mir zwar Spaß, doch viel Zeit um etwas mit Freunden oder der Familie zu unternehmen bleibt mir nicht, da die Arbeit auch oft das Wochenende in Anspruch nimmt. Meine Familie wohnt rund eine Stunde Autofahrt von mir entfernt, weshalb ein kurzes gemeinsames Abendessen kaum möglich ist. Da ich Vegetarierin bin, lege ich viel Wert auf ein gesundes und schnelles Essen, das kein Fleisch enthält. Wenn ich nach der Arbeit nach Hause komme greife ich auch gerne mal zu einem Fertiggericht, da mir die Zeit und Motivation zum Kochen fehlt.

Problem

- Wenig Zeit
- Oft alleine

Bedürfnisse

- Küche im Stecksystem
- Homeoffice- Ansatz in der Küche
- Kleine, aber schnelle Spülmaschine
- Eventuell Entspannungsmöglichkeiten in der Küche
- Long Distance Care – Kontakt zu Freunden und Familie

Ziele/ Wünsche

- Familienkontakt trotz Entfernung
- Schnell und gesund kochen, aber mit wenig Aufwand (unter der Woche)
- Am Wochenende mit Freunden und Familie aufwendiger kochen

Persona für Kochen.Leben



“Paläo, frisch, gesund und Fitness”

Alter: 29 und 31 Jahre
Beruf: Heilpraktikerin
Teamleiter bei einer
großen Firma
Familie: verheiratet,
ohne Kinder

Name Angelika und Torsten Schmitt
Rolle Arbeitnehmer

Angelika arbeitet als Heilpraktikerin und betreibt vorort eine Privatpraxis, in der sie oft bis spät abends Patienten betreut. Torsten arbeitet als Teamleiter in einer großen Firma, die sich 200 Kilometer entfernt von der gemeinsamen Wohnung befindet. Aus diesem Grund wohnt er auch unter der Woche in einer eigenen kleinen Wohnung. Am Wochenende verbringen die Beiden ihre Zeit gemeinsam. Beide machen gerne Sport., finden aber oft nicht die Zeit dazu. Auch ihr Ernährungsstil Paläo erfordert viel Aufwand, was die beiden vor eine Herausforderung stellt.

Problem

- Unter der Woche wenig Zeit zu zweit
- Angelika: wenig Zeit zum Kochen unter der Woche

Bedürfnisse

- Frisch und gesund
- Paläo
- Gemeinsame Zeit am Wochenende nutzen
- Fitness
- Long distance care unter der Woche

Ziele/Wünsche

- Fitness und Kochen kombinieren
- Paläo Rezepte- App

Persona für Kochen.Leben



“Wir lieben es traditionell”

Alter: 68 und 70 Jahre
Beruf: Rentner
Familie: verheiratet, 3
Kinder, 2 Enkel

Name Hildegard und Roland Bach
Rolle Ehepaar in Rente

Als Rentner haben wir viel Zeit und kochen täglich. Besonders Hildegard bekocht gern die ganze Familie und liebt es Leben um sich zu haben. Ganz besonders genießen wir die Zeit mit unseren Enkelkindern. Uns ist es besonders wichtig frische und regionale Produkte zu verwenden, ebenso wie traditionelle Gerichte zu kochen. Mit unserer alten Küche ist es schwierig Platz für all unsere Gäste zu finden. Auch wenn die Enkel mal mithelfen wollen, ist die Arbeitsfläche viel zu hoch. Zudem fällt es uns immer schwerer uns zu strecken oder zu bücken um an bestimmte Schubladen ran zu kommen. Da wir nicht mehr die Jüngsten sind wäre eine Sitzgelegenheit während des Kochens ideal.

Problem

- Oft viele Gäste zu Besuch
- Rückenschmerzen bei zu langem Stehen
- Problem sich zu weit hoch zu strecken/zu tief runter zu bücken

Bedürfnisse

- Große Küche
- Sitzgelegenheit während des Kochens
- Möglichkeit zu zweit oder auch mit vielen Gästen zu essen

Ziele/ Wünsche

- Höhenverstellbare Arbeitsflächen
- Keine zu tiefen/zu hohen Schränke oder Schubladen
- Höhenverstellbare Arbeitsfläche, um mit Enkeln kochen zu können
- Kindersichere Küche

Persona für Kochen.Leben



“gemeinsam und gesund Essen mit meinem Sohn”

Alter: 39 Jahre
Beruf: Ärztin
Familie: alleinerziehend,
Sohn Louis
12 Jahre alt

Name Nora Koch

Rolle alleinerziehende, vollzeit-berufstätige Mutter

Als alleinerziehende und vollzeit-berufstätige Mutter fehlt mir oft die Zeit gesund zu kochen. Als Ärztin ist mir aber die Bedeutsamkeit einer gesunden Ernährung, vor allem auch die meines Sohnes, sehr bewusst. Meine Praxis befindet sich gleich im Erdgeschoss meiner Wohnung. Leider bin ich auch nach den Sprechzeiten noch längere Zeit in der Praxis, um organisatorische Angelegenheiten zu klären. So kann ich nicht immer die Speisen vorbereiten, weshalb mein Sohn viel auf sich allein gestellt ist, wenn er von der Schule nach Hause kommt. Morgens frühstücken wir meist gemeinsam, doch auch diese Zeit ist knapp.

Problem

- Zeitmangel
→ nicht immer frisch zubereitet, manchmal Fertiggerichte
- wenig Zeit gemeinsam

Bedürfnisse

- unterstützende Technik
- schnelle, gesunde Gerichte zubereiten → Rezept-App oder kreative Hilfe
→ Mealprep
→ Vakuumierschublade (Pausenbrot am Abend vorher vorbereiten)
- Homeoffice- Ansatz in der Küche (Organisatorisches klären)

Ziele/ Wünsche

- mehr Zeit mit dem Sohn verbringen können und ihm eine gesunde Ernährung ermöglichen

Persona für Kochen.Leben



Name Sabrina Winter
Rolle Mutter in TZ

“Küche auch als Lebensraum nutzbar”

Alter: 42 Jahre

Beruf: Sekretärin

Familie: verheiratet,
zwei Kinder (10 und 12
Jahre alt)

Ich, als Mutter und Teilzeitbeschäftigte, lege großen Wert auf Familie und Traditionen, wie das gemeinsame Essen am Abend sowie das gemeinsame Frühstück. Da mein Mann mittags nicht zum Essen da ist, esse ich mit meinen beiden Kindern. Beim Kochen lege ich großen Wert auf frische Zutaten, sowie nachhaltige und regionale Produkte.

Ich wünsche mir eine größere Küche, aus robusten Materialien, sowie einer Theke, an der meine Kinder Hausaufgaben machen oder mir beim Kochen helfen können.

Problem

- Zu kleine Küche, mit zu wenig Arbeitsflächen
- Keine Sitzfläche/ Theke

Bedürfnisse

- Offene und freundliche Küche
- Gemeinsam in der Küche arbeiten
- Robuste Materialien mit traditionellem Look

Ziele

- Küche auch als Gemeinschaftsraum nutzbar
- Gemeinsames Kochen und Essen

Persona für Kochen.Leben



“Mit den Liebsten gesund und in Ruhe Essen”

Alter: 53 Jahre
Beruf: Altenpfleger
Familie: verheiratet,
1 Kind

Name Wolfgang Kühl

Rolle Frührentner

Als Altenpfleger im Pflegeheim Westkirch hatte ich nur selten eine regelmäßige Pause, an Tagen an denen es stressig zu ging hatte ich häufig weniger als 5 min um mein Butterbrot zu essen. An ein gemütliches Abendessen mit meiner Familie war durch das 3-Schicht-System in dem ich gearbeitet habe auch selten zu denken. Meine Frau Sabine drängte mich, aufgrund des vielen Stresses und meiner regelmäßigen Rückenschmerzen kürzer zu treten. Ich lehnte dies immer wieder ab, da ich nicht auf mein aktuelles Gehalt verzichten wollte. Vor einem Jahr erlitt ich während dem Umlagern einen Bandscheibenvorfall im Bereich der Lendenwirbelsäule. Trotz der Operation habe ich immer noch ab und zu Schmerzen und Taubheitsgefühle in den Beinen, allgemein bin ich in meiner Beweglichkeit eingeschränkt. Seit meinem beruflichen Zwangsausstieg habe ich viel Zeit für meine Familie und dabei auch meine Leidenschaft fürs Kochen entdeckt, hin und wieder gerate ich dabei an meine Grenzen und benötige Sabines Unterstützung.

Problem

- Eingeschränkt in Beweglichkeit
- Gleichgewichtsstörungen durch Taubheitsgefühl
- Kreativität beim Kochen

Bedürfnisse

- Rezeptvorschläge zum Kühlschranksinhalt
- Flexible Küchengestaltung (Arbeitsfläche)
- Wohnküchenansatz
- Licht und Musikeinstellung (simpel und integriert)
- Technisch gestützter Kräutergarten

Ziele/ Wünsche

- Entspannte Atmosphäre beim Essen
- Gemeinsam mit der Familie Essen
- Rezepte verfeinern und neue ausprobieren
- Frisch und gesund für Familie kochen
- Unterstützende Technik

Küchentypen

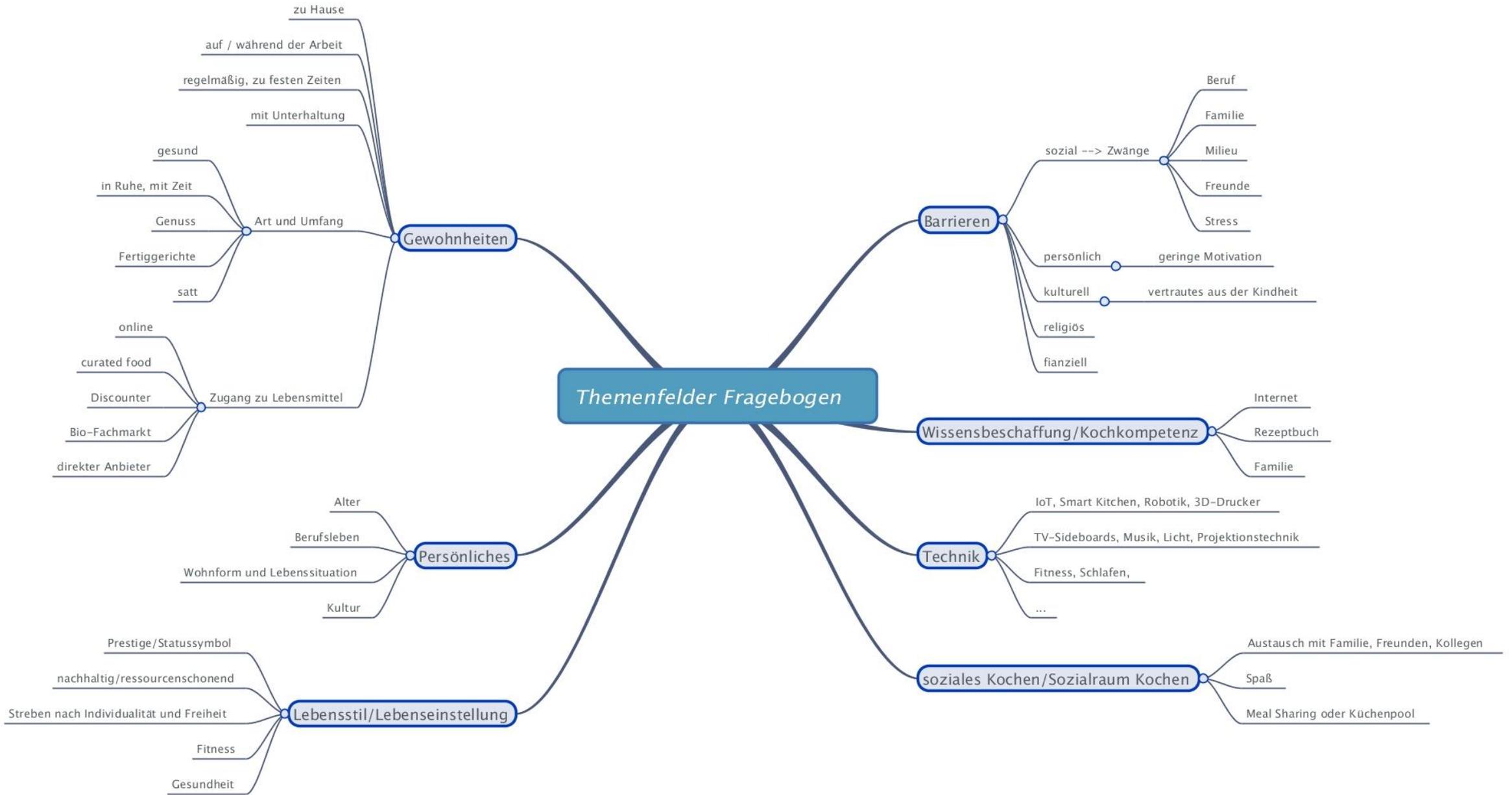




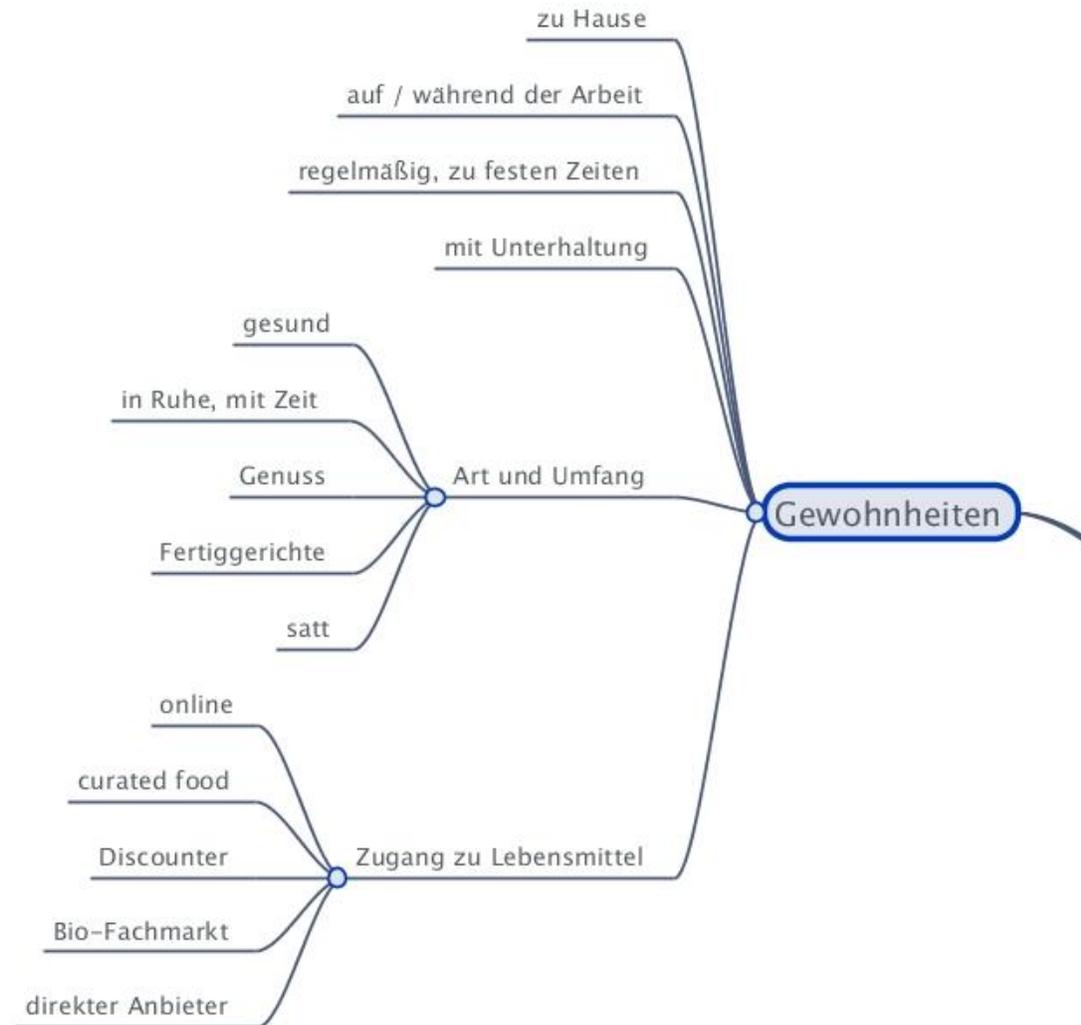




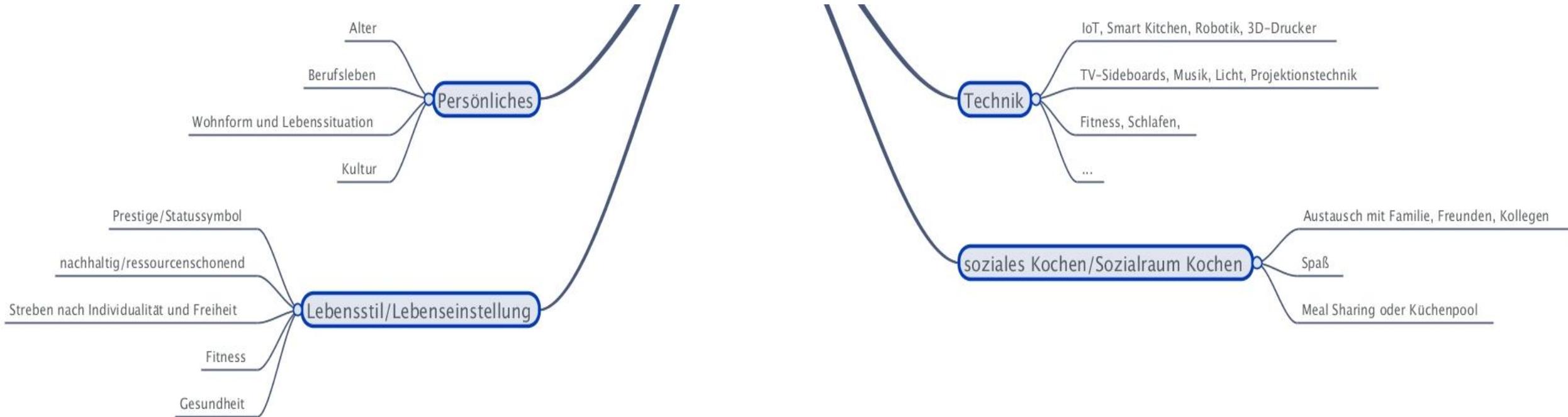
Bereiche für die quantitative Erhebung



Bereiche für die quantitative Erhebung



Bereiche für quantitative Erhebung



Bereiche für quantitative Erhebung

