

Atgal į rutiną: didžiausi rugsėjo iššūkiai slypi visai ne mokyklinių prekių sąraše

Pirmosios rugsėjo savaitės – laikas, kai šeimos po truputį įsivažiuoja į mokslo metų ritmą: vėl anksčiau skamba žadintuvas, o į kasdienybę sugrįžta klausimai „ką gaminsime vakarienei?“ ar „ką rytoj įdėti vaikams užkąsti?“. Naujausia apklausa rodo, kad rudens rutinos šeimos pasiilgo – 61 proc. mokyklinio amžiaus vaikų tėvų pajunta palengvėjimą jai sugrįžus. Vis dėlto nemaža dalis pripažįsta, kad kartu grįžtantis kasdienybės planavimas tampa papildomu rūpesčiu, rašoma „Wolt“ pranešime žiniasklaidai.

Kartu su rutina vėl atsiranda ir nuolatinis poreikis planuoti – nuo savaitės pirkinių iki kitos dienos pusryčių ar užkandžių vaikams. Apklausos rezultatai išryškina savotišką rugsėjo paradoksą: šeimos su palengvėjimu pasitinka mokslo metų rutiną, tačiau stresą dažniausiai kelia kartu su ja grįžtantis rūpesčiai. Daugiau nei kas antras (57 proc.) apklaustasis pripažįsta dažnai pritrūkstantis idėjų, ką pagaminti ar paruošti vaikams užkąsti, o beveik pusė (46 proc.) sutinka, kad savaitės planavimas kelia daugiau streso nei jau suplanuotų užduočių atlikimas.

„Apklausos rezultatai rodo, kad grįžus į mokslo metų ritmą šeimoms vėl tenka prisiminti per vasarą pamirštus kasdienio planavimo įgūdžius. Ir dažnai tai nėra dideli dalykai – galvoje sukasi visai paprasti klausimai: ar namuose yra ko pusryčiams, ką įdėti vaikams užkąsti, ko trūksta vakarienei. Visų jų nebūtina spręsti paskutinę minutę. Pavyzdžiui, įprastų pirkinių krepšelį galima susidėti iš anksto ir pasirinkti patogų pristatymo laiką. Taip bent viena kasdiene užduotimi lieka mažiau“, – sako „Wolt“ atstovas Lietuvoje Julius Kalvaitis.

Labiausiai laukiami kasdienybės momentai – laikas kartu

Net 81 proc. apklaustųjų bent iš dalies laukia bendros šeimos vakarienės prie stalo. Tačiau pasiruošimas jai kelia mažiau entuziazmo – 35 proc. respondentų pripažįsta nelabai laukiantys vakarienės gaminimo ar ruošimo. Tai atskleidžia gana įprastą kasdienybės ypatybę

– šeimos nori laiko bendriems ritualams, tačiau pasiruošimas daugeliui sukelia kur kas mažiau džiaugsmo.

Tiesa, dalį kasdienių pasiruošimo darbų galima supaprastinti, o jiems skiriamą laiką – sutrumpinti. Vienas iš būdų tai padaryti – kasdienius pirkinius užsisakyti į namus. Maždaug kas dešimtas respondentas (10 proc.) pristatymo paslaugomis naudojasi kelis kartus per savaitę, o beveik 18 proc. – kartą per savaitę. Pagrindine priežastimi rinktis produktų pristatymą į namus 43 proc. respondentų nurodo patogumą, 40 proc. – galimybę sutaupyti laiko, o 27 proc. – norą išvengti perpildytų parduotuvių. Be to, beveik penktadalis teigia, kad prekių pristatymas į namus padeda geriau planuoti, o 16 proc. paslaugą renkasi netikėtai pritrūkus reikalingų prekių.

Tokie gyventojų pasirinkimai rodo, kad pristatymas į namus šeimoms pirmiausia tampa ne sprendimu netikėtai pritrūkus produktų, o būdu paprasčiau organizuoti kasdienius pirkinius ir sutaupyti jiems skiriamo laiko.

„Sugrįžus į mokyklas šeimų buities planuose vėl atsiranda daug fiksuotų taškų – kada keltis, nuvežti vaikus, pradėti darbą, pasiimti juos po pamokų ar susėsti vakarienės. Tokiu laikotarpiu prekių pristatymas gali padėti sutaupyti ne tik kelionės į parduotuvę laiką, bet ir suteikti daugiau lankstumo: pastebėjus, kad vakarienei trūksta kelių produktų ar rytojui reikia užkandžių, jais galima pasirūpinti patogiai ir neaukojant pasibuvimo kartu laiko“, – sako J. Kalvaitis.

Užkandžių dėžutėse – paprasti ir pažįstami produktai

Mokslo metų rutina atsispindi ir šeimų maisto pasirinkimuose. Beveik 44 proc. apklaustųjų nurodo, kad jų vaikams mokykloje ar darželyje suteikiami tik pietūs, todėl kitais dienos valgiais ar užkandžiais šeimoms tenka pasirūpinti patiems. Dažniausiai vaikų dienos užkandžiams tėvai perka ar ruošia šviežius vaisius (70 proc.), kiek rečiau – daržoves (67 proc.) bei sumuštinis (64 proc.).

Tarp vaisių dominuoja obuoliai (37 proc.) ir bananai (30 proc.). Iš daržovių ir kitų užkandžių dažniausiai pasirenkamos morkų lazdelės (19 proc.), vyšniniai pomidorai (16 proc.) ir riešutų

bei džiovintų vaisių mišiniai (13 proc.). Tarp sumuštinių aiškiai pirmauja sumuštiniai su kumpiu – juos dažniausiai renkasi apie 41 proc. respondentų.

Tarp saldžių užkandžių populiariausi sausainiai (30 proc.), kiek rečiau – užkandžių batonėliai (26 proc.). Tarp užkandžiams pasirenkamų pieno produktų dažniausiai įvardijami įvairūs jogurtai – vaisiniai, graikiški ir geriamieji.

Įsisukus į darbų ir mokslų ritmą, kasdienis rūpinimasis maistu gali tapti dar viena užduotimi intensyvioje šeimos rutinoje. Todėl svarbu įvertinti, kam iš tiesų būtina skirti savo laiką.

„Ne kiekvieną kasdienį klausimą – ką paruošti pusryčiams, įdėti vaikams užkąsti ar sugalvoti vakarienei – reikia nešiotis galvoje iki pat akimirkos, kai ateina laikas juo pasirūpinti. Dalį kasdieninių sprendimų galima susiplanuoti iš anksto, o kai kuriuos darbus tiesiog patikėti kitiems“, – sako J. Kalvaitis.

Apie apklausą:

Apklausą „Wolt“ užsakymu 2026 m. rugpjūčio 21–26 d. Lietuvoje internetu atliko tyrimų bendrovė „OnePoll“. Joje dalyvavo 500 mokyklinio amžiaus vaikus auginančių tėvų. Tyrimas taip pat buvo vykdomas Austrijoje, Vokietijoje, Graikijoje ir Rumunijoje.

About Wolt

„Wolt“ yra Helsinkyje įsikūrusi technologijų bendrovė, valdanti internetinę platformą, skirtą vartotojams, prekybininkams ir kurjeriams. Ji sujungia, norinčius užsisakyti maisto ar kitų prekių, su tais, kurie nori jas parduoti ar pristatyti. Tam „Wolt“ kuria ir vysto įvairias technologijas – nuo logistikos iki mažmeninės prekybos programinės įrangos ir finansinių sprendimų. Taip pat įmonė valdo savo maisto prekių parduotuves „Wolt Market“. Šalia pagrindinių paslaugų „Wolt“ savo klientams siūlo ir „Wolt+“ (prenumeratos paslauga klientams), „Wolt at Work“ (maitinimo lengvatos ir pristatymas į biurą įmonėms), „Wolt Drive“ (greitas paskutinės mylios pristatymas prekybininkams) ir „Wolt Self-Delivery“ (paslauga prekybininkams partneriams, turintiems savo kurjerius). „Wolt“ savo veikla siekia gerinti gyvenimą miestuose, įgalinant ir auginant vietos bendruomenes. Įmonė buvo įkurta 2014 m., o 2022 m. suvienijo jėgas su „DoorDash“.

Contact details

Piret Pert

Head of Communications, North Region

press@wolt.com

Copy link

<https://press.wolt.com/lt-LT/269988-atgal-i-rutina-didziausi-rugsejo-issukiai-slypi-visai-nemokykliniu-prekiu-sarase/>