

## Etude des tendances «Seamless Life» 2017

### **Cuisiner, c'est le nouveau yoga; la cuisine reste le symbole de réussite sociale n° 1 à une époque où le temps manque de plus en plus**

Geroldswil, le 16 janvier 2018 – **Cuisiner rend heureux. Une étude représentative du Zukunftsinstitut révèle que 34% des personnes interrogées disent atteindre le «flow» en faisant la cuisine. Le «bonheur» suscité par la cuisine est équivalent à celui provoqué par d'autres activités créatives comme la musique ou la peinture, et arrive même avant le plaisir de faire du sport. Le repas est également et toujours considéré comme un moment de prédilection. Pour 60% des personnes interrogées, il est un moment important, parce qu'il leur permet de passer du temps avec la famille et les amis. Et 47% ont le sentiment de se faire plaisir lorsqu'ils sont aux fourneaux. C'est ce qui justifie le rôle central attribué à la cuisine. Elle reste le symbole de réussite sociale n° 1, avant la voiture, le smartphone et la tablette.**

Ces chiffres proviennent du nouveau rapport sur les tendances «Seamless Life». Celui-ci analyse l'effet des mégatendances sur l'organisation des tâches quotidiennes. L'objectif consistait plus particulièrement à mieux comprendre pourquoi les êtres humains désirent une «Seamless Life»<sup>1</sup> et à rendre cette notion plus concrète. L'accent y était notamment mis sur les domaines de la cuisine et des repas.

#### **Qu'entend-on par «Seamless Life»?**

Dans son avant-propos, le directeur de Siemens Hausgeräte Deutschland, Roland Hagenbucher, définit la «Seamless Life» comme «une vie qui s'appuie tellement sur la numérisation, la technologie intelligente et le design qu'il en résulte un quotidien sans accroc». Lorsqu'on parvient à une telle vie, c'en est fini de la frustration à propos des choses qui ne fonctionnent pas comme elles devraient. Le stress cède la place à un état de «flow» et donc à la délicieuse sensation que tout s'imbrique parfaitement et que les «tâches s'exécutent d'elles-mêmes».

#### **La bureaucratie et le ménage sont plus stressants que le bureau**

Mais en fait, pourquoi sommes-nous stressés? Le rapport attribue la cause du stress aux mégatendances que sont l'individualisation, la mobilité, la connectivité et un monde du travail en plein bouleversement. Celles-ci entraînent un grand nombre d'obligations et une grande pression en termes de délai. «Le principal manque dans la vie, ce n'est plus celui des biens, mais celui du temps», écrivent les auteurs du Zukunftsinstitut. Les tâches d'organisation et de synchronisation augmentent tout autant que le besoin d'assistance. C'est pourquoi de plus en plus de gens se sentent dépassés par l'organisation de leur quotidien. Les moyens traditionnels ne suffisent plus pour en venir à bout. Il faut savoir que les travaux ménagers occupent avec 37% la deuxième place des facteurs de stress. Seule la bureaucratie quotidienne exige encore plus d'énergie (47%).

Les exigences professionnelles élevées constituent, elles aussi, un poids, toutefois plus pour les hommes (35%) que pour les femmes (23%). Il est intéressant de constater que planifier et faire ses courses constitue aujourd'hui un problème pour une personne sur cinq, tout comme le fait d'être joignable à tout moment, de mélanger vie privée et vie professionnelle ou encore de devoir être extrêmement mobile.

---

<sup>1</sup> Selon une étude internationale, réalisée en 2016 par Goldsmiths, University of London, pour le compte de Siemens Electroménager, plus de 80% des personnes interrogées ont envie d'une «Seamless Life», un style de vie totalement intégré qui s'appuie sur des technologies intelligentes.

### **La technologie pour résoudre les problèmes**

Tout cela aboutit à une forte demande de produits et de services qui permettent de gérer plus efficacement le temps et le quotidien. Ils doivent non seulement décharger les consommateurs, mais aussi leur apporter une plus grande productivité et une meilleure qualité de vie. Trois quarts des Allemands pensent que les innovations sont particulièrement utiles et bonnes lorsqu'elles facilitent le quotidien et qu'elles le rendent plus efficient (74%). Pour 83% d'entre eux, les appareils électroménagers doivent fonctionner si possible vite, sans accroc et être flexibles, 40% souhaitent expressément des programmes avec des durées réduites. Les technologies d'avenir sont par ailleurs de plus en plus mises en avant. C'est ainsi qu'aujourd'hui, une personne sur cinq est intéressée par la commande vocale (22%) des appareils électroménagers ou l'utilisation via smartphone (19%). 10% imaginent même pouvoir un jour commander leurs appareils par gestes ou connecter ces derniers aux supermarchés et services de livraison pour se faciliter le travail.

### **Cuisiner et manger – entre obligation et plaisir**

Le rapport s'est particulièrement penché sur la façon dont on cuisine et mange aujourd'hui. Résultat: les services de livraison gastronomiques deviennent de plus en plus populaires. 25% des Allemands commandent désormais au moins deux à trois fois par mois un repas prêt à consommer et se font livrer; une personne sur dix même au moins une fois par semaine (10%). Ce n'est pas très étonnant. Ce qui l'est plus en revanche, c'est que les exigences en matière de qualité ne diminuent aucunement. Au contraire: l'envie d'un bon repas fait maison ne cesse d'augmenter. Presque la moitié des personnes interrogées a le sentiment de se faire plaisir en cuisinant elle-même. Mais parallèlement, le manque de temps est ici aussi un problème. Une personne sur quatre (23%) n'a pas le loisir de se mettre aux fourneaux. En même temps, une personne sur cinq (21%) aimerait pouvoir le faire plus souvent. Les auteurs de l'étude à ce propos: «Manger à une importance énorme dans notre société. Faire la cuisine devient un nouveau luxe et le plaisir culinaire est synonyme d'une disponibilité accrue.»

### **La cuisine est le nouveau yoga.**

Faire la cuisine devient ainsi bien plus qu'une simple nécessité ou qu'une évidence. Faire la cuisine rend même heureux. 34% des personnes interrogées affirment atteindre un état de bonheur en cuisinant. Cuisiner se situe donc au même niveau que d'autres activités créatives comme la musique, la peinture ou le bricolage – et même devant le sport (28%). On pourrait affirmer que «la cuisine est le nouveau yoga».

Une seule chose peut dépasser cette expérience créative. Le leader en matière de «flow» reste les activités en pleine nature: se promener ou faire une randonnée procure du bonheur à 42% des personnes interrogées. La formule du bonheur est donc la suivante: «D'abord prendre l'air, puis cuisiner quelque chose de bon.» Il va donc de soi que la cuisine est plus importante dans ce contexte que la voiture ou le smartphone. En 2013 déjà, Siemens avait, par le biais du Zukunftsinstitut, demandé aux Allemands ce qui est le plus important pour eux. A l'époque comme aujourd'hui, c'était une «super cuisine» qui avait remporté la 1<sup>re</sup> place. Cela confirme que la cuisine a évolué durablement. Du simple atelier au lieu de préparation d'un bon repas, elle est aujourd'hui devenue un symbole de réussite sociale.

### **A propos du rapport sur les tendances «Seamless Life»**

Pour la troisième fois, Siemens a analysé avec le Zukunftsinstitut les mégatendances et leurs répercussions sur les ménages, l'habitat et la vie privée. Précédemment, les études avaient pour thème «Future Living» (2013) et «Connected Home» (2015). L'étude s'appuie sur une analyse approfondie des tendances, pour laquelle on a eu recours aux études et rapports de tendances du Zukunftsinstitut, aux études d'autres organisations ainsi qu'à d'autres sources et données. Elle a été complétée par une enquête représentative menée dans tout le pays et réalisée en juillet 2017 en collaboration avec l'institut de sondage YouGov Deutschland. 1004 personnes de plus de 16 ans y ont participé.

L'étude est disponible sur [www.siemens-home.bsh-group.com/de/siemens-entdecken/presse](http://www.siemens-home.bsh-group.com/de/siemens-entdecken/presse), où elle peut être téléchargée gratuitement.

## **A propos de Siemens**

Siemens est le numéro 1 des marques allemandes d'appareils électroménagers et pose des jalons dans le monde entier en matière de technologie, d'innovation et de design. L'assortiment comprend aussi bien des appareils en pose libre qu'encastrables pour les catégories de produits Cuisine, Entretien du linge, Réfrigération et Congélation, et Vaisselle. L'offre est par ailleurs complétée par des produits de consommation concernant principalement la préparation de cafés et l'entretien des sols. Depuis plus de 165 ans, le nom de Siemens est synonyme de performance, d'innovation, de qualité, de fiabilité et d'internationalité. Siemens est par ailleurs leader mondial dans le développement et la fabrication d'appareils électroménagers efficaces en termes de ressources. Depuis 1967, la marque fait partie de BSH Hausgeräte GmbH dont le siège est à Munich. [www.siemens-home.bsh-group.com/ch/](http://www.siemens-home.bsh-group.com/ch/)

Le groupe BSH est le preneur de licence de marque de Siemens SA.

## **Matériel photographique:**

Les infographies sur l'étude sont disponibles pour le téléchargement au lien suivant:

<https://we.tl/Zb9Qs7b0sy>

## **Contact médias BSH Electroménager SA (Suisse):**

Oppenheim & Partner

Regine Schoeller

Stockerstrasse 32 | 8002 Zurich

044 515 65 00

[rs@oppenheim-partner.ch](mailto:rs@oppenheim-partner.ch)