



## PANDEMIA A... SPIŻARNIA. PRAKTYKI ZAOPATRZENIA W ŻYWNOŚĆ W DOBIE PANDEMII W PERSPEKTYWIE BADAŃ JAKOŚCIOWYCH

Artykuł, oparty na wynikach analiz wywiadów pogłębionych przeprowadzonych w lipcu 2022 roku z wybraną grupą mieszkańców Polski, jest próbą odpowiedzi na pytanie, czy doświadczenia okresu pandemii miały wpływ na obecne sposoby zaopatrywania się badanych w żywność, np. kupowanie żywności, zarządzanie zapasami żywności, sposób organizacji spiżarni. Wymienione czynności analizowane są jako praktyki społeczne, element praktyk jedzeniowych. Jak pokazuje analiza wywiadów, część badanych dokonała rewizji dotychczasowych sposobów zaopatrzenia w żywność (ograniczenie konsumpcji żywności, dostosowanie jej do bieżących potrzeb, zwrócenie uwagi na jej niektóre moralno-etyczne aspekty). Część badanych po pandemii deklaruje też chęć posiadania zapasów żywności na wypadek niespodziewanej sytuacji, np. choroby. Ze zdobytych w czasie pandemii doświadczeń badani korzystają obecnie, aby radzić sobie ze skutkami inflacji.

**Słowa kluczowe:** żywność; zapasy; życie codzienne; pandemia COVID-19; zaopatrzenie w żywność

### **Pandemic and... Pantry. Qualitative Research Perspective on Food Provisioning Practices in the Era of the Pandemic**

The article relies on the findings stemming from the analyses of the in-depth interviews conducted in July 2022 with a selected group of Polish residents. Its main research question is whether the experience of the pandemic period has influenced the respondents' current ways of food provisioning, e.g. buying food, managing food stocks, and organizing their pantries. These activities are analysed as social practices, specifically, as a part of 'food practices'. The article demonstrates that some of the respondents have revised their previous ways of food provisioning (e.g. limiting food consumption, adjusting it to current needs, or paying attention to some of its moral-ethical aspects). After the pandemic, some of the respondents declare their willingness to have a stockpile of food in case of an unexpected situation, such as illness. The experience gained during the pandemic is now being used by the respondents to cope with the effects of inflation.

**Key words:** food; food supplies; everyday life; COVID-19 pandemic; food provisioning

## Wprowadzenie

Pandemia koronawirusa COVID-2019 wymusiła zmiany w wielu obszarach naszego codziennego funkcjonowania. W tym artykule chciałabym zająć się szczególnie jednym z takich obszarów – kwestią codziennego zaopatrzenia w żywność.

Zaopatrzenie w żywność można określić jako jedną z podstawowych konieczności bytowych. Jak zauważyła Iwona Taranowicz, podczas pandemii „konieczna była modyfikacja codziennych rytuałów i przyzwyczajzeń” (por. Taranowicz 2022: 7). Rutynowe sposoby zaopatrywania się w żywność zostały zakłócone. Okazały się nieskuteczne, co oznaczało potrzebę wypracowania nowych praktyk.

Przypomnijmy kilka przykładów. W czasie pandemii pojawiła się konieczność ograniczenia częstotliwości wychodzenia z domu, skrócenia czasu przebywania w sklepie, pamiętania o zachowywaniu dystansu do innych osób podczas zakupów, co znacznie utrudniało czynności zaopatrzeniowe. Okresowo występowały problemy z dostępnością niektórych produktów spożywczych (szczególnie w początkowym okresie, np. drożdże), co również zaburzało zaopatrzeniową rutynę. Istotne było również dostosowywanie sposobów działania na bieżąco do dynamicznie zmieniającej się sytuacji, na przykład nowych obostrzeń.

Planując zakupy trzeba było brać pod uwagę możliwość bycia objętym kwarantanną<sup>1</sup>. Choroba jednego z członków gospodarstwa domowego wykluczała wychodzenie po zakupy do czasu zakończenia kwarantanny przez wszystkich domowników. Niezbędne okazało się więc robienie większych niż dotąd zakupów spożywczych. Również ze względu na wprowadzenie nauki i pracy w formie zdalnej.

Piotr Długosz zauważa, że sytuacja pandemii wywołała utrudnienia w realizacji podstawowych potrzeb życiowych i konieczność zmian w dotychczasowym stylu życia (Długosz 2021: 95–100). Jeśli przyjmiemy, że czynności związane z jedzeniem, np. wychodzenie po codzienne zakupy czy też wizyta w barze, stołówce, restauracji czy kawiarni są zwykle okazją do bycia wśród

---

<sup>1</sup> Obowiązek kwarantanny wprowadzono 23 października 2020 roku. Dotyczył on wszystkich osób: 1. przekraczających granice RP (10 dni od dnia następnego po przekroczeniu granicy), 2. mieszkających z osobą zakażoną lub osób, które miały bliski kontakt z osobą zakażoną (10 dni od dnia następnego po kontakcie z osobą zakażoną, ale dopiero po dodatnim wyniku testu osoby zakażonej), 3. mających skierowanie na test na obecność koronawirusa – (przebywanie na kwarantannie od dnia następującego po otrzymaniu skierowania do momentu uzyskania negatywnego wyniku testu). W przypadku izolacji w szpitalu, kwarantanna była nie krótsza niż 13 dni, w tym 3 ostatnie dni – bez objawów choroby. Dopiero 11 lutego 2022 roku złagodzone obowiązek kwarantanny do 7 dni. Zob. serwis internetowy Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia: <https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/krotsza-kwarantanna>, dostęp: 30. 04. 2023.

innych, w okresie pandemii społeczny wymiar tych czynności uległ zaburzeniu, a część z nich realizowana była za pośrednictwem Internetu (np. zamawianie zakupów spożywczych lub też gotowych dań z dowozem do domu). Miało to wpływ na styl życia wielu osób, przede wszystkim tych, którzy przed pandemią często stołowali się na mieście. Pandemia wymusiła również konieczność przyswojenia nowych praktyk, na przykład umiejętności zamawiania jedzenia przez Internet.

W tym artykule chciałabym zastanowić się nad tym, czy te opisane powyżej, nie tak dawne doświadczenia czasu pandemii, wpłynęły w jakiś sposób na obecne praktyki związane z zaopatrzeniem w żywność. Czy pozostawiły swój ślad w postaci modyfikacji dotychczas stosowanych sposobów dbania o „pełną spiżarnię”?

W rozważaniach będę się odwoływać do wyników własnych badań jakościowych, wywiadów pogłębionych przeprowadzonych w dwóch turach w 2021 i 2022 roku z mieszkańcami Polski. W pierwszym etapie badań (maj–czerwiec 2021) zajmowano się szczególnie sposobami radzenia sobie z zaopatrywaniem się w artykuły spożywcze w specyficznej sytuacji pandemicznych obostrzeń i niekiedy także problemów zaopatrzeniowych. Starano się prześledzić strategie dostosowania się osób badanych do nowych realiów w postaci modyfikacji dotychczas stosowanych praktyk zaopatrzeniowych. Wnioski z tego etapu badania przedstawiono w oddzielnym artykule.

W tym artykule zajmę się przede wszystkim omówieniem wyników drugiej tury wywiadów, zrealizowanych w lipcu 2022 roku. Ich celem była próba ustalenia, czy któreś z modyfikacji wprowadzonych podczas pandemii w zakresie takich czynności jak kupowanie żywności, zarządzanie zapasami żywności, sposób organizacji spiżarni badani nadal stosowali już po zniesieniu obostrzeń.

## **Praktyki zaopatrzenia w żywność jako element praktyk jedzeniowych i pandemia jako sytuacja kryzysowa. Perspektywa teoretyczna**

Pisząc o „sposobach zaopatrzenia w żywność” mam na myśli wszelkie praktyki służące dostarczaniu żywności przeciętnemu gospodarstwu domowemu, a więc takie działania jak na przykład kupowanie jedzenia, zamawianie jedzenia (zakupów spożywczych bądź gotowych potraw), gospodarowanie posiadanymi zasobami jedzenia (np. robienie przetworów, organizacja spiżarni). Działania te można, ujmując je z perspektywy socjologii życia codziennego, zaliczyć do tzw. praktyk odtwarzania domu (Mateja-Jaworska, Zawodna-Stephan 2019: 114).

Wymienione powyżej praktyki zaopatrzenia w żywność rozumiane są w tym artykule jako praktyki społeczne, element praktyk jedzeniowych (zob. Kopczyńska 2021). Ewa Kopczyńska pisze o praktykach jedzeniowych, że są to „sposoby

robienia rzeczy razem: jedzenia, biesiadowania, wybierania, gotowania” (Kopczyńska 2021: 28). Definiując praktyki jedzeniowe Kopczyńska odwołuje się do definicji praktyk społecznych takich autorów jak Andreas Reckwitz (2002) czy Theodore Schatzki (2002) – są to zrutyinizowane sposoby zachowania się, które obejmują użycie wiedzy praktycznej. Istnieją pakiety praktyk, na przykład kulinarnych (tamże).

Wydaje się, że zaopatrywanie się w żywność można uznać za część praktyk jedzeniowych, ponieważ przygotowywanie posiłków obejmuje również dbałość o zasoby niezbędne do ich wytworzenia. Niektórzy autorzy zwracają uwagę na rutynowy charakter praktyk związanych z przygotowaniem posiłku czy zaopatrzeniem w żywność – czynności te wykonujemy bezrefleksyjnie, dopóki nie pojawi się czynnik zaburzający lub uniemożliwiający wykonywanie rutyny w ustalony dotąd sposób (Kaufmann 2004: 245–249). Jak pisał Filip Schmidt: „zaburzenie rytmu rodzi refleksyjność” (Schmidt 2010: 68).

Pandemia z pewnością stanowiła czynnik zaburzający rutynę codziennego zaopatrzenia w żywność i spowodowała konieczność zbudowania nowego zestawu praktyk, uwzględniającego nowe okoliczności.

Można ująć zjawisko pandemii jako pewien rodzaj kryzysu, dotykającego całe społeczeństwa. Tego rodzaju ujęcia często pojawiają się w opracowaniach socjologicznych poświęconych pandemii i jej możliwym następstwom z ostatnich dwóch lat.

Na przykład Krzysztof Malec pisząc o pandemii używa definicji pojęcia kryzysu skonstruowanej przez Gerarda Caplana (1964), zgodnie z którą kryzys to „sytuacja, w której człowiek realizując ważne cele życiowe napotyka na trudności i nie jest w stanie ich rozwiązać posługując się znanymi sobie sposobami” (Malec 2021: 211). Zdaniem tego autora, pandemia spełnia wszystkie kryteria sytuacji kryzysowej: „jest nagła i niespodziewana. Dezorganizuje funkcjonowanie jednostek i ich otoczenia. Jest definiowana przez pojedyncze osoby i zbiorowości jako niebezpieczeństwo, zagrożenie. Z jednej strony, jednostki postrzegają dyskomfort jej towarzyszący jako szansę na zmianę. Z drugiej strony, narzuca konieczność zmian” (zob. Malec 2021: 211).

Z kolei Małgorzata Bogunia-Borowska (2021) odwołuje się do pojęcia „sytuacji granicznej”, zdefiniowanego przez Karla Jaspersa (zob. Rudziński 1978). Pandemia spełnia kryteria w szczególności jednego rodzaju sytuacji granicznej, jakim jest „przypadek”. Odnosi się on do zjawisk, których wystąpienia nie można przewidzieć. Zdaniem autorki, niezwykłość czasu pandemii polega na tym, że naruszona zostaje ciągłość ram poznawczych wytworzonych w danym czasie i miejscu (zob. Bogunia-Borowska 2021: 63). Jak pisze: „sytuacja jednostek całkowicie ulega zmianie, kiedy ramy oraz struktura zostają nietypowo naruszone. Kiedy pojawia się zdarzenie, które trudno wcisnąć, uplasować czy zmieścić

w danych schematach codzienności, a dotychczasowe doświadczenia i znane interpretacje, okazują się niewystarczające, aby zrozumieć przebieg zdarzeń oraz nowość i inność sytuacji” (tamże, s. 62). Pandemia jest zjawiskiem wielowymiarowym. Zmienia funkcjonowanie ludzi jednocześnie w wielu obszarach, dotyka zarówno całych społeczeństw, jak i pojedynczych jednostek, na przykład przez to, że wymusza zmiany w zasadzie w każdym obszarze funkcjonowania człowieka, chociażby czynności związanych z rutyną (tamże, s. 78).

Długosz analizuje zjawisko pandemii z perspektywy pojęcia traumy społeczno-kulturowej Piotra Sztompki (Długosz 2021: 16). Jego zdaniem teoria ta pozwala na uchwycenie negatywnych skutków pandemii w szerszej perspektywie, daje też możliwość snucia refleksji nad skutkami pandemii w przyszłości (Długosz 2021: 32–33). Pandemia niesie ze sobą zmianę społeczną na wielu płaszczyznach, zaburza dotychczasowe sposoby postępowania, może przyczynić się do „utruty zasobów”, na przykład utraty pracy, straty kogoś bliskiego. Doświadczenia okresu pandemii, takie jak: strach, poczucie zagrożenia życia, niemożność realizacji dotychczasowych nawyków i rytuałów, izolacja społeczna, kryzys ekonomiczny, mogą powodować tzw. traumę wtórną, tj. nakładać się na wcześniejsze traumy jednostek. Z tego powodu długofalowe skutki pandemii są trudne do przewidzenia i wymagają zbadania. „Z jednej strony, na powstawanie traumy, jej siłę i reakcje na nią wpływ będą mieć jednostkowe i kolektywne doświadczenia sytuacji trudnych, traum rodzinnych bądź kulturowych. Z drugiej strony, o tym, jak będzie przebiegać proces traumy, decydować też będą konsekwencje aktualnych zachowań i strategii jednostek i grup społecznych oraz przebieg procesów parametrycznych, np. sytuacja gospodarcza na świecie, skuteczność walki z pandemią bądź fiasko polityki zdrowotnej, zaufanie obywateli do władzy etc.” (Długosz 2021: 32–33).

Długosz proponuje też dwie inne perspektywy teoretyczne pomocne w zbadaniu społecznych skutków pandemii: perspektywę socjologii ryzyka i niepewności oraz paradygmat socjologii pozytywnej. W ujęciu socjologii ryzyka i niepewności pojmuje się nowe choroby jako czynnik, który może przyczynić się do niestabilności, niepewności, a nawet kryzysów, we współczesnych społeczeństwach (Długosz 2021: 21). Druga ze wspomnianych perspektyw teoretycznych, socjologia pozytywna, stawia natomiast pytanie o to, jak ludzie radzą sobie w pandemii, skąd czerpią siłę do walki z przeciwnościami, jaką rolę odgrywa tzw. rezyliencja – odporność i zdolność adaptacji w radzeniu sobie z przeciwnościami (tamże).

Przytoczone powyżej próby uchwycenia specyfiki pandemii przez różnych autorów, choć wykorzystujące nieco odmienne pojęcia, mają wspólne elementy. Wskazują, że pandemia niesie ze sobą załamanie się dotychczas skutecznych sposobów działania i konieczność wypracowania nowych oraz zmiany,

których skutki i kierunki są trudne do uchwycenia, bo występują naraz w wielu obszarach.

Omawiane w tym artykule zmiany w obszarze codziennych, rutynowych praktyk zaopatrzeniowych można interpretować jako sposób adaptowania się do nowych warunków w nietypowej sytuacji. Paradoksalnie, pandemia stwarza też okoliczności nadające nowe kierunki działaniom jednostek.

### **Pandemia i jej wpływ na praktyki zakupowe w świetle dostępnych wyników badań**

Wpływ pandemii na praktyki zaopatrzenia w żywność można dostrzec analizując wyniki badań dotyczących praktyk zakupowych w tamtym czasie.

Na przykład badania przeprowadzone przez Dominikę Maison we współpracy z Forum Konsumentów pokazują, że zachowania zakupowe Polaków podczas pandemii koronawirusa zależały od osobistego poczucia zagrożenia wirusem: osoby, które bardziej obawiały się zakażenia, robiły większe zakupy. Jak tłumaczą autorzy tych badań, robienie zapasów było swego rodzaju sposobem na uzyskanie kontroli nad tym, co nieznanne<sup>2</sup>.

Wzrost wydatków na zakupy spożywcze odnotowano również w innych badaniach. Według opracowania „Konsumpcja w pandemii” Polskiego Instytutu Ekonomicznego, „o ile wiele sektorów gospodarki straciło w czasie pandemii, między innymi ze względu na ograniczenia swobodnego dokonywania zakupów w centrach handlowych czy też brak możliwości odwiedzania restauracji czy hoteli, (...) to przede wszystkim sektor spożywczy (...) notował regularne wzrosty sprzedaży w trakcie pandemii. Wartość transakcji w samych sklepach spożywczych zwiększyła się z 28,3 do 33,8 proc. między 2019 r. a pierwszym kwartałem 2021 r.” (Mniszewski i in. 2021).

W badaniach zachowań konsumentkich dotyczących 2020 i 2021 roku, odnotowano również wzrost zainteresowania dokonywaniem zakupów spożywczych online. Według raportu KPMG pt. „Czy pandemia COVID-19 trwale zmieni zwyczaje zakupowe Polaków?”, opublikowanego we wrześniu 2020 roku, 29% badanych wskazało, że produkty spożywcze kupowało za pośrednictwem stron internetowych<sup>3</sup>. Według raportu: „Jak zmienił się rynek zakupów spożywczych

---

<sup>2</sup> Zob. Informacja prasowa o wynikach badań na stronie Business Insider z dnia 23 marca 2020 roku, pt. „Makaron, mąka i papier toaletowy. Jak Polacy robią zapasy”, dostęp: 7.12.2022 <https://businessinsider.com.pl/finanse/handel/koronawirus-w-polsce-zakupy-i-zapasy-wedlug-forum-konsumentow/mfz4dvz>

<sup>3</sup> Raport KPMG: *Czy pandemia COVID-19 trwale zmieni zwyczaje zakupowe Polaków?*, dostęp: 15.02.2023, <https://home.kpmg/pl/pl/home/media/press-releases/2020/09/media-press-czy-pandemia-covid-19-trwale-zmieni-zwyczaje-zakupowe-polakow.html>

w pandemii<sup>4</sup>, restrykcje wprowadzone w czasie lockdownu wpłynęły na wybór miejsc robienia zakupów. Zauważalna stała się rezygnacja części klientów z robienia zakupów spożywczych w hipermarketach, na rzecz supermarketów i dyskontów. Wzrosło także znaczenie zdrowej, ekologicznej żywności.

Z kolei raport firmy Fintech Stocard, oparty na danych dotyczących transakcji dokonywanych kartami płatniczymi, wskazuje na zmiany najczęstszych pór i dni, w których dokonywano zakupów artykułów spożywczych. Między styczniem 2020 a lipcem 2021 roku zmniejszyła się liczba osób, które kupowały w godzinach 16–18, a zwiększyła liczba osób robiących zakupy w godzinach wieczornych. Zmniejszyła się także tygodniowa częstotliwość zakupów. Mniej popularne niż przed pandemią stało się dokonywanie zakupów w soboty, wzrosła zaś popularność zakupów w poniedziałki, środy i niedziele<sup>5</sup>.

Zarówno w Polsce, jak i innych krajach w Europie czy na świecie, zaobserwowano podobne strategie radzenia sobie z realiami funkcjonowania w sytuacji pandemii. Należy tu wymienić między innymi: rzadsze robienie zakupów spożywczych, kupowanie większej liczby produktów na raz (Bakalis i in. 2020; Aday, Aday 2020; Cranfield 2020; Janssen i in. 2021), zmiany dotychczas preferowanych godzin dokonywania zakupów na takie, w których w sklepach panuje mniejszy ruch (godziny poranne i dni powszednie) lub częstsze wybieranie małych, lokalnych sklepów zamiast dużych (np. Bracale, Vaccaro 2020), gromadzenie zapasów, wykorzystanie wcześniej zgromadzonych zapasów (np. Ben Hassen i in. 2021), unikanie chodzenia do restauracji, a zamiast tego – zamawianie jedzenia online (raport Deloitte Consumer Tracker, 2020), zmiany w asortymencie wcześniej kupowanych produktów, np. zakup większej ilości produktów o długim okresie przydatności do spożycia (Janssen i in. 2021), częstsze niż wcześniej gotowanie w domu, w tym pieczenie chleba w domu (Bakalis i in. 2020; Bracale, Vaccaro 2020), włączenie do menu większej ilości zdrowych produktów, zgodnie z rozumowaniem, że zdrowa dieta pomoże stymulować układ odpornościowy (Aday, Aday 2020; Rodríguez-Pérez i in. 2020; Romeo-Arroyo, Mora, Vázquez-Araújo 2020; Janssen i in. 2021).

<sup>4</sup> Raport Mc Kinsey „Jak zmienił się rynek zakupów spożywczych w pandemii?”, dostęp: 15.02.2023, <https://www.mckinsey.com/pl/our-insights/state-of-grocery-retail>

<sup>5</sup> Zob. informacja prasowa zamieszczona w portalu branży spożywczej „Hurt i detal” z dnia 21. 10. 2021, [https://hurtidet.pl/article/art\\_id,34504-107/jak-zmienily-sie-zwyczajne-zakupowe-polakow-po-lockdownach/](https://hurtidet.pl/article/art_id,34504-107/jak-zmienily-sie-zwyczajne-zakupowe-polakow-po-lockdownach/), dostęp: 25.09.2022. Dane pozyskano za pomocą aplikacji Stocard, z której korzystają 2 miliony Polaków w stacjonarnych sklepach i punktach sprzedaży takich sieci handlowych jak: Carrefour, Biedronka, Kaufland, Auchan, Lidl oraz na stacjach paliwowych Total, BP, Lotos, Moya, Circle K.

## Pandemia a robienie zapasów

Z dostępnych wyników badań można także wnioskować, że robienie zapasów stało się w czasie pandemii jedną z ważnych praktyk zaopatrzeniowych. Na przykład autorzy badania „Życie codzienne w czasach pandemii”, realizowanego za pomocą kwestionariusza umieszczonego na platformie Google Forms, odnotowali wśród uczestników swoich badań takie zachowania, jak: zmiany rutyn dnia codziennego, np. planowanie posiłków, rzadsze niż wcześniej robienie zakupów<sup>6</sup> oraz zmiany dotyczące zakupów – planowanie zakupów, robienie zapasów). O powszechności i istotnym znaczeniu robienia zapasów w czasie pandemii świadczy również informacja zamieszczona na stronie Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej. Jest to podstrona zatytułowana: „Jak planować rozsądne zakupy spożywcze oraz zdrowe posiłki w okresie pandemii koronawirusa”, na której znajdują się informacje, jak dobrze zaplanować zakupy spożywcze oraz jak najlepiej wykorzystać zgromadzoną żywność. Informacja ta ma być odpowiedzią na „zaobserwowany w wielu krajach nadmierny zakup produktów spożywczych. W przypadku nieprawidłowego przechowywania produktów lub nieumiejętnego planowania posiłków zjawisko to może przyczynić się do marnowania dużych ilości żywności”<sup>7</sup>. Zalecenia zawarte na cytowanej stronie internetowej obejmują między innymi porady dotyczące najefektywniejszych sposobów planowania zakupów, przechowywania i wykorzystywania różnego rodzaju produktów, planowania posiłków na bazie produktów, które już mamy w domu, zasad zdrowego odżywiania oraz komponowania zdrowych posiłków.

Autorzy artykułu zatytułowanego: „Przemiany praktyk konsumpcyjnych w gospodarstwach domowych w pierwszych miesiącach pandemii COVID-19” (Olcoń-Kubicka i in. 2021), w którym opublikowano wyniki badań opartych na metodach jakościowych (analiza pamiętników z okresu pandemii), piszą wprost o mającej miejsce, szczególnie tuż po wprowadzeniu lockdownu wiosną 2020 roku, „panice zakupowej”, polegającej na nadmiernym kupowaniu jedzenia, co miało chronić przed ewentualnymi niedoborami produktów spożywczych w sklepach. Badacze określili to zjawisko mianem „zbrojenia się”: „Określiśmy to zjawisko zbrojeniem się, ponieważ praktyce tej towarzyszyła narracja i wyobrażenia odwołujące się do wojny, obawa związana z paraliżem państwa, poczucie walki o przetrwanie itd. Panika zakupowa odświeżyła nie tylko

<sup>6</sup> Raport: Życie codzienne w czasach pandemii. Raport z drugiego etapu badań. Wersja pełna. Wydział Socjologii Uniwersytet Adama Mickiewicza w Poznaniu, s. 96, dostęp: 14.12.2023, [https://socjologia.amu.edu.pl/images/pliki/Zycie\\_codzienne\\_w\\_czasach\\_pandemii\\_Raport\\_z\\_drugiego\\_etapu\\_badan\\_wersja\\_pe%C5%82na.pdf](https://socjologia.amu.edu.pl/images/pliki/Zycie_codzienne_w_czasach_pandemii_Raport_z_drugiego_etapu_badan_wersja_pe%C5%82na.pdf)

<sup>7</sup> Zob. strona Narodowego Centrum Edukacji Żywnościowej, dostęp: 3.03.2023, <https://necz.pzh.gov.pl/abc-zywienia/zasady-zdrowego-zywienia/jak-planowac-rozsadne-zakupy-spozywcze-oraz-zdrowe-posilki-w-okresie-pandemii-koronawirusa/>



wspomnienia wojenne, ale też zapisane w zbiorowej pamięci kolejki, kupowanie tego, co jest dostępne i robienie zapasów rodem z PRL-u” (Olcoń-Kubicka i in. 2021: 319).

Przytoczone powyżej odwołania do dostępnych wyników badań ilościowych i jakościowych, które w swojej tematyce odnosiły się do kwestii związanych z zaopatrzeniem w żywność w pandemii wskazują, że praktyki te uległy w tamtym czasie znaczącym modyfikacjom, oraz że wśród strategii zaopatrzeniowych duże znaczenie miało robienie zapasów żywności. W dalszej części artykułu chciałabym szerzej zająć się tym zagadnieniem prezentując wyniki analiz własnych badań jakościowych prowadzonych w 2021 i 2022 roku.

### **Badania własne**

Badanie to opierało się na dwóch turach wywiadów pogłębionych – przeprowadzonych w maju i czerwcu 2021 roku oraz w lipcu 2022 roku. Podstawową metodą badawczą stosowaną w obu turach wywiadów był wywiad jakościowy, ustrukturyzowany. Jak zauważa Uwe Flick (2012: 35), wywiad częściowo ustrukturyzowany jest narzędziem przydatnym w badaniach, w których chcemy dowiedzieć się czegoś na dany temat z punktu widzenia badanych, na przykład w sytuacji, kiedy obiektywne okoliczności życiowe stają się ważne w ich świecie życia (tamże, s. 47). Można przyjąć, że doświadczenia związane z funkcjonowaniem w pandemii miały wpływ na dotychczasowe sposoby działania jednostek. Interesowało mnie to, jak ludzie przeżywają to doświadczenie (Flick 2012: 47).

W pierwszej turze wywiadów, prowadzonej w maju 2021 roku, respondenci zostali zapytani, czy (a jeśli tak, to w jaki sposób?) ich sposoby zaopatrzenia w żywność i praktyki kulinarne zmieniły się w stosunku do tych sprzed pandemii. Chodziło o zidentyfikowanie i opisanie ewentualnych modyfikacji praktyk zaopatrzeniowych i kulinarnych badanych w ramach dostosowywania się do realiów życia w pandemii. Szczegółowo wyniki pierwszej tury wywiadów zostały szerzej opisane w oddzielnym artykule<sup>8</sup>.

---

<sup>8</sup> Zob. Maj 2023. Modyfikacje praktyk zaopatrzenia w żywność odnotowane w pierwszej turze wywiadów obejmowały między innymi: zmianę pór i dni robienia zakupów, ograniczanie częstości wizyt w sklepach oraz czasu przebywania w nich, chodzenie na zakupy z wcześniej przygotowaną listą. Badani stosowali też szereg praktyk mających ograniczyć ryzyko zakażenia się wirusem. Należały do nich m.in. mycie produktów spożywczych po przyniesieniu ich do domu czy dezynfekowanie toreb na zakupy. Zmiany dotyczyły też asortymentu kupowanych produktów. Na liście zakupów częściej niż przed pandemią pojawiały się produkty trwałe. Powszechną praktyką było gromadzenie zapasów żywności. Jako próbę dostosowania się do nowych realiów można też odczytywać praktykę samodzielnego pieczenia chleba przez

Po tym, jak obostrzenia związane z pandemią zostały zniesione, ciekawiło mnie, czy doświadczenia okresu pandemii miały wpływ na obecne sposoby gospodarowania posiadanymi zasobami jedzenia. Czy któreś z modyfikacji wprowadzonych podczas pandemii w zakresie takich czynności jak kupowanie żywności, zarządzanie zapasami żywności, sposób organizacji spiżarni badani nadal stosowali już po zniesieniu obostrzeń? Zniesienie większości obostrzeń wprowadzonych w związku ze stanem pandemii weszło w życie 28 marca 2022 roku. Można było w związku z tym powrócić do stałych przyzwyczajzeń i zakupowych rytuałów, ale jednocześnie uczestnicy wywiadów byli w stanie zauważyć, które ze zmodyfikowanych w czasie pandemii praktyk zaopatrzeniowych nadal im towarzyszą.

W przygotowaniu listy pytań do drugiej tury wywiadów uwzględniono wiedzę zdobytą w pierwszej turze badań. Poruszono temat robienia zapasów oraz zamawiania produktów spożywczych i gotowych dań do domu (z restauracji i supermarketów), ponieważ w analizie wywiadów realizowanych w pierwszej turze badań okazało się, że stanowiły one jeden z najczęściej wymienianych sposobów radzenia sobie przez badanych z niepewnością, ograniczeniami, okresowymi problemami zaopatrzeniowymi.

Jako technikę doboru próby zastosowano metodę kuli śnieżnej: po zrekrutowaniu pierwszych kilku uczestników poproszono ich o wskazanie kolejnych osób. Przystępując do badania nie zakładano z góry jakiejś określonej struktury doboru przypadków, ale decyzje o tym podejmowano na bieżąco. Według Flicka, „w większości badań zajmuje nas przede wszystkim różnorodność poglądów i doświadczeń, dlatego dążymy nie tylko do uchwycenia przeciętnych czy kluczowych przypadków, ale także zmienności w obrębie całego pola badawczego oraz różnic w sposobie odnoszenia się badanych do danego zjawiska. Wymaga to poszukiwania przypadków na skraju badanego obszaru, przypadków ekstremalnych, najbardziej intensywnych. Te cele trudno ze sobą pogodzić i zrealizować jednocześnie – na przykład definiując strukturę próby na początku badań, a potem po prostu ją realizując. Dużo łatwiej osiągać różne cele kolejno, podejmując decyzje dotyczące doboru próby „krok po kroku” najpierw szukając przypadków kluczowych, a potem starając się uchwycić zmienność całego obszaru” (Flick 2012: 61). Tak też postąpiono, dobierając kolejnych uczestników wywiadów.

---

badanych, co miało pomóc ograniczyć liczbę wizyt w sklepach. Innym ze sposobów radzenia sobie z zaopatrzeniem się w żywność było częstsze niż przed pandemią zamawianie jedzenia z dowozem (z restauracji i supermarketów). Interpretacji wyników pierwszej tury wywiadów dokonano w oparciu o pojęcie nawyku/przyzwyczajenia opisane między innymi przez Petera L. Bergera i Thomasa Luckmanna (1983), Jean-Claude’a Kaufmanna (2004) czy Marka Krajewskiego (2009). Zastosowanie tych kategorii jako swego rodzaju klucza interpretacyjnego pozwoliło zauważyć, że dostosowanie się do realiów życia w pandemii wymagało od uczestników badań całkowitego zrewidowania swoich wcześniejszych przyzwyczajzeń.

W doborze uczestników badania kierowano się dążeniem do maksymalnego zróżnicowania badanych, co pozwala rozpoznać pewne istotne wspólne wzory (Miles, Huberman 2000: 29). Wśród uczestników wywiadów były osoby o różnym wykształceniu (podstawowe, średnie i wyższe), zamieszkałe w mieście i na wsi, kobiety i mężczyźni, osoby w różnym wieku. Taka metoda próbkowania jest przydatna, gdy szuka się wspólnych wzorców zjawiska w zróżnicowanych przypadkach (zob. Glinka, Czakon 2021: 82).

Uczestników było 18. Najmłodszy uczestnik miał 26 lat, najstarszy – 73 lata. Jeśli chodzi o płeć, przeważały kobiety, ponieważ mężczyźni mniej chętnie angażowali się w wywiady na tematy związane z robieniem zakupów spożywczych czy gotowaniem. Większość uczestników to mieszkańcy miasta, pięć osób to mieszkańcy wsi. Połowa uczestników miała wykształcenie wyższe, pozostali – średnie i zawodowe.

Flick pisze, że dobór przypadków powinien mieć na celu uchwycenie jak największej różnorodności pola badawczego oraz umożliwienie jak największej liczby porównań (2012: 62). Zauważa też, że dobieranie ludzi ze względu na pewne cechy, takie jak płeć, wiek czy zawód, prowadzi do powstania grup w obrębie próby, które umożliwiają przeprowadzanie wstępnych porównań – pomiędzy osobami różnej płci, różnych zawodów albo młodszymi i starszymi. Przy tego rodzaju doborze pojedynczy uczestnicy badania są również postrzegani jako członkowie którejs z grup (młodzi/starsi itd.) (tamże, s. 65). Ta strategia okazała się przydatna na przykład w analizie fragmentów wypowiedzi dotyczących zamawiania jedzenia przez Internet z dowozem do domu, gdzie po porównaniu ze sobą wypowiedzi osób w różnym wieku okazało się, że na co dzień korzystali z nich głównie najmłodszy uczestnicy badania.

Celem wywiadów było uzyskanie wglądu w społeczny świat badanych, opis i interpretacja tematów ważnych w ich świecie przeżywanym (Kvale 2004: 191–194).

W wywiadach badani zwykle dokonywali swego rodzaju retrospekcji, odwołując się do swoich doświadczeń z początku pandemii. Opisywali uczucia, jakie wówczas odczuwali: strach, niepewność, poczucie zagrożenia, a także sposoby radzenia sobie z codziennymi sytuacjami, między innymi – z zaopatrzeniem w żywność. Następnie odnosili się do bieżącego sposobu zaopatrywania się w żywność i mówili o tym, jaki wpływ miała nań pandemia. Być może dlatego, że wywiady dotyczyły określonego zestawu czynności (praktyk jedzeniowych), badani często skupiali się w swoich wypowiedziach właśnie na czynnościach (wymiarze praktycznym), trudniej zaś było skłonić ich do refleksji nad samym doświadczeniem pandemii i tym, jakie przeżycia w nich wzbudza.

Wywiady zostały poddane transkrypcji. Następnie były analizowane przy użyciu metody „w poprzek przypadków” (Miles, Huberman 2000: 180). Analiza zebranego materiału została przeprowadzona bez z góry ustalonej listy kategorii

kodowania. Kody pojawiły się później, w trakcie dalszej analizy. Zastosowano kodowanie „zdarzenie po zdarzeniu”: w tekstach wywiadów zidentyfikowano pewne powtarzające się tematy, a każdemu z nich przypisano kod. „Umożliwia to śledzenie powtarzalności pewnych kluczowych wątków” (Glinka, Czakon 2021: 127). W dalszej części artykułu przedstawię analizę najważniejszych wątków pojawiających się w wywiadach zrealizowanych w drugiej turze badań, ich interpretację i wnioski.

### **Zakażenie koronawirusem a podejście do robienia zapasów**

Spośród wielu możliwych zdarzeń mogących być impulsem do zmiany sposobu myślenia o robieniu zapasów w wypowiedziach badanych jedno wysuwa się na pierwszy plan. To doświadczenie zachorowania na koronawirusa i konieczność przebywania na kwarantannie. Oto, jak przedstawiła je jedna z uczestniczek badania:

*Moje nawyki początkowo się nie zmieniły, ale potem zachorowałam i wyłądowniśmy wszyscy na kwarantannie i wtedy z konieczności nasze nawyki zakupowe się zmieniły, bo pierwszy raz w życiu chyba skorzystaliśmy z opcji zakupów zdalnych, w kilku takich najpopularniejszych marketach z dowozem. Marki produktów się zmieniły, ponieważ wcześniej kupowaliśmy wiele produktów w naszych ulubionych supermarketach typu Biedronka i Auchan, no to musieliśmy zrezygnować z tych ulubionych marek i poszukać sobie innych (R.8).*

Uczestniczka wywiadu z powodu zachorowania zmuszona była po raz pierwszy w życiu zorganizować dostawy jedzenia dla siebie i swojej rodziny korzystając z zakupów internetowych. Była to dla niej sytuacja nowa, niespodziewana. Doświadczenie to uświadomiło jej, że powinna mieć w domu więcej zapasów, które można wykorzystać w takich nieprzewidzianych sytuacjach. Podobne doświadczenia z okresu pandemii opisywali również inni badani. W ich wypowiedziach często pojawiała się refleksja, że pandemia „nauczyła” ich, że pewne produkty powinni starać się mieć zawsze w spiżarni i obecnie zwracają na to uwagę. Wśród produktów najczęściej kupowanych „na wszelki wypadek” wymieniano: passatę pomidorową (przecier pomidorowy), makaron, ryż, kasze, warzywa w puszkach, mrożonki, mleko, płatki zbożowe.

Co ciekawe, mówiąc spontanicznie o produktach, jakie badani po doświadczeniach z okresu pandemii „starają się zawsze mieć w domu”, żaden z respondentów nie wspomniał o mięsie czy jego przetworach, a jest ono przecież ważnym elementem jadłospisu w wielu polskich domach. Na myśl przychodzi tu jedno wyjaśnienie: być może robiąc zapasy badani skupiali się przede wszystkim na tych produktach, które są stosunkowo łatwe do przechowywania, a mięso

przechowuje się trudniej. Mięso nie jest też produktem „pierwszej potrzeby” w tym sensie, że można przetrwać obywając się bez niego.

### **„Urealnienie” zapotrzebowania na artykuły spożywcze**

Jak wynika z analizy wywiadów, w okresie obostrzeń związanych z pandemią powszechną praktyką było robienie zapasów, co pozwalało chronić się przed ewentualnymi niedoborami produktów. Ze względu na niemożność przewidzenia rozwoju sytuacji często były to bardzo duże zakupy. W miarę znoszenia obostrzeń można było zaopatrywać się na bieżąco i część badanych postanowiła „zracjonalizować” swoje zapotrzebowanie. Dobrze ilustruje to następujący cytat:

*W pierwszej fali pandemii zakupy się zdecydowanie zmieniły – były dużo rzadsze i dużo więcej się kupowało „na zaś” zakładając, że być może będzie jakiś niedobór czegoś, albo trzeba będzie dłużej w domu posiedzieć. A potem przyszło otrzeźwienie i racjonalizacja tych zakupów, być może większa, niż przed pandemią. (...) W efekcie tego nadmiernego kupowania w trakcie pandemii następuje potem na zasadzie tego przesilenia i przeciężenia odwrót w drugą stronę (R.1).*

Dwa sformułowania zwracają uwagę w tej wypowiedzi. Pierwszym jest „otrzeźwienie”, co może oznaczać spadek napięcia, przejście do „racjonalnego” myślenia, zapewne związane ze stabilizacją sytuacji. Drugie sformułowanie „odwrót w drugą stronę”, jak to określił badany, może odnosić się do refleksji nad wcześniejszym nadmiernym kupowaniem i dążeniem do jego ograniczenia. Zresztą również inni uczestnicy wywiadów wypowiadali się w podobny sposób. Badani wymieniali różne strategie mające ograniczyć niepotrzebne marnowanie żywności:

*Teraz w bardziej przemyślany sposób decyduję, co mam kupić i w jaki sposób to ma być robione, natomiast w czasie pandemii robiłam zakupy takie bardziej hurtowe, żeby mieć na dłużej i nie chodzić do sklepu, a teraz bardziej myślę o tym, nauczyłam się w czasie pandemii rozplanowywać sobie posiłki na dni tygodnia, właśnie robię bardziej określone zakupy pod kątem konkretnych posiłków. Nie kupuję tak, jak leci. Staram się przemyśleć, co mi jest potrzebne (R.2).*

O planowaniu zakupów mówi także inna uczestniczka wywiadów:

*Mniej się marnuje jedzenia, jakby zastanawiam się, co potrzebuję kupić, a nie kupuję co popadnie. Planuję sobie na cały tydzień mniej więcej (R.3).*

A to wypowiedź innego badanego:

*To kwestia tworzenia list zakupowych i planowania posiłków (R.4.)*

Potrzeba planowania zakupów, planowania posiłków, ograniczenia konsumpcji była często wyrażana przez uczestników badania. Innym, często wymienianym, sposobem „racjonalizacji zapotrzebowania” było regularne wychodzenie po zakupy, co pozwalało na bieżąco kontrolować zawartość spiżarni. Badani starali się także zużywać już posiadane zapasy aż do końca. (*Upewniam się, że kupuję tyle, żeby zużyć* (R. 5.)). Sposobem na określenie ilości potrzebnych zakupów było również planowanie konkretnych dań na cały tydzień i trzymanie się planu.

Wśród moich rozmówców pandemia wywołała potrzebę zastanowienia się nad tym, co jest im niezbędne, a bez czego mogą się obyć<sup>9</sup>. Próby racjonalizacji ilości kupowanego jedzenia przejawiały się na kilka sposobów. Na przykład część badanych deklaruwała, że mniej restrykcyjnie niż przed pandemią podchodzą obecnie do kupowania swoich ulubionych produktów spożywczych. Jeśli coś, co chcieliby zjeść, jest akurat niedostępne – można wybrać coś innego (np. płatki owsiane zamiast chleba):

*Mnie się zdaje... bardziej racjonalne korzystanie z posiadanych artykułów żywnościowych, na przykład rezygnacja z pieczywa na rzecz owsianki lub płatków śniadaniowych* (R. 6).

Respondenci deklarowali też, że obecnie częściej niż przed pandemią zdarza im się gotować spontanicznie, przygotowując posiłki z tego, co akurat mają w domu. Nie muszą wtedy specjalnie wychodzić do sklepu, ale bazują na produktach z własnej spiżarni. Dla niektórych osób istotne było poczucie, że posiadają pewnego rodzaju „zabezpieczenie” w postaci wcześniej przygotowanych przetworów. Robienie przetworów było też sposobem na zagospodarowanie resztek produktów, na przykład:

*Ja to się staram robić przemyślane zakupy, wykorzystywać resztki, więcej przetworów domowych z sezonowych warzyw i owoców np. kiszone ogórki, dżemy, soki...* (R. 7).

### **Wykorzystanie zdobyczy techniki by nie marnować żywności: sprzęt AGD i zakupy z dostawą**

Doświadczenia okresu pandemii nauczyły badanych również zwracania uwagi na przechowywanie produktów, tak aby ich zapasy wystarczyły na dłużej i nie marnowały się. Wykorzystywano w tym celu rozmaite urządzenia

<sup>9</sup> Zagadnienie niemarnowania jedzenia to oddzielny, szeroki temat badań. W tym artykule nie będę szerzej opisywać tego zagadnienia, a skoncentruję się na omówieniu podejścia do kwestii „zarządzania zapasami”, jakie przyjęli uczestnicy moich badań. Więcej na temat marnotrawstwa żywności: zob. np. Bednarczuk, Śleszyński (2019).

kuchenne, takie jak lodówki, zamrażarki, sokowirówki, roboty kuchenne. Na przykład zamrażano produkty w nadmiarze: chleb, owoce czy warzywa. Roboty kuchenne stosowano też, aby „odzyskać” produkty, które już utraciły świeżość (np. wyciskanie soków z owoców lub warzyw, które już trochę zwiędły lub przygotowywanie koktajli owocowych i warzywnych, opiekanie czerstwego pieczywa w tosterze). Korzystano również z platform internetowych dedykowanych konkretnym urządzeniom (takim jak np. Thermomix), aby dowiedzieć się, co można przygotować z produktów, które już są w spiżarni. Sprzęt AGD okazał się więc pomocny w ograniczeniu marnowania żywności.

Innym przykładem stosowania zdobyczych techniki w celu zaopatrzenia w żywność było zamawianie dostaw jedzenia online. W pierwszej turze wywiadów zamawianie produktów spożywczych i gotowych dań do domu (z restauracji i supermarketów) stanowiło ważną taktykę zaopatrzeniową, szczególnie w przypadku braku możliwości wychodzenia z domu.

Jak się okazało, również w grupie badanych w drugiej turze wywiadów znalazły się osoby, dla których zamawianie jedzenia online stanowiło istotny sposób zaopatrzenia w żywność. Były to głównie osoby korzystające z zamawiania do domu gotowych dań i, z tego, co udało się ustalić, ta strategia stosowana była przez część zamawiających również przed pandemią. Trudno więc ocenić, czy pandemia miała wpływ na utrwalenie tego rodzaju praktyki. Natomiast, co ważne, głównym argumentem za korzystaniem z dostaw gotowych dań była dla korzystających z tej usługi oszczędność czasu i pieniędzy

Praktykę tę stosowali głównie młodzi respondenci, którzy nie mieli jeszcze rodzin i mieszkali samotnie lub z partnerem. Zamówione jedzenie badani spożywali zazwyczaj w ciągu następnego kilku dni, więc to, że nie musieli codziennie gotować ani kupować potrzebnych składników, interpretowali jako oszczędność czasu i wygodę. Był to również, jak deklarowali, sposób na niemarnowanie jedzenia. Starali się zjadać posiłki do końca, mniejsza była obawa, że jakies niewykorzystane składniki zostaną w lodówce, jak to ma miejsce przy samodzielnym gotowaniu. Niektórzy korzystali również z codziennego cateringu<sup>10</sup>. Według badanych, zaletą tej usługi był brak konieczności robienia zakupów spożywczych, a tym samym – nieuleganie pokusie nadmiernego wydawania pieniędzy podczas robienia zakupów, jak również to, że respondenci byli w stanie oszacować przybliżoną kwotę, którą wydadzą na jedzenie w danym miesiącu, co ułatwiało im planowanie budżetu.

Uczestnicy badania, którzy mieli rodziny, byli w innej sytuacji – rzadko zamawiali gotowe jedzenie online, ze względu na wysoki koszt zamówienia gotowego posiłku dla kilku osób. Ponadto wskazywali, że trudno jest zapewnić

---

<sup>10</sup> Usługa oparta na zestawie zbilansowanych posiłków na cały dzień dostarczanych codziennie do domu klienta przez wybrany okres.

dzieciom zdrową dietę opartą na gotowych posiłkach, bo często są to dania typu fast food: popularne w ofercie z dostawą są np. pizza czy burgery.

Jeśli chodzi o osoby, które już wychowały dzieci – najczęściej emerytów – zamawianie gotowych posiłków było dla nich zbyt drogie, ale mieli też więcej czasu na samodzielne przygotowanie ich i robienie przetworów.

Innym powodem niezamawiania gotowych potraw był brak dobrej oferty na wynos oraz wysokie koszty dostawy, szczególnie w mniejszych miejscowościach, gdzie konkurencja między dostawcami była mniejsza niż w miastach, co przekładało się na cenę dostaw. Część respondentów nie była zadowolona z poziomu obsługi – obawiali się złej jakości żywności w wysokiej cenie.

### Uważna konsumpcja

W pierwszej turze wywiadów badani, jeśli wspominali o rozsądnym czy przemyślanym gospodarowaniu produktami spożywczymi, mieli na uwadze to, że może im czegoś zabraknąć ze względu na obostrzenia związane z pandemią (np. brak możliwości wyjścia do sklepu, braki w zaopatrzeniu). W drugiej turze badań motywacja do przemyślanego planowania zakupów zmieniła się: była to raczej chęć oszczędzania ze względu na rosnącą inflację i dynamiczną sytuację polityczną. Niektórzy uczestnicy drugiej tury wywiadów po wybuchu wojny na Ukrainie myśleli o powrocie do robienia większych zapasów, tak jak to robili w czasie *lockdownu*. Mówi o tym na przykład ten badany:

*Podczas rozpoczęcia tej wojny na Ukrainie też były takie myśli, że faktycznie trzeba jakiś zapas mieć, ale nie jest to już tak jak w pierwszej fali (R.9).*

Warto zwrócić uwagę na końcówkę ostatniego zdania: „ale nie jest to już tak, jak w pierwszej fali”. Wydaje się, że poczucie niepewności (kryzysu?) całkowicie nie minęło, a jednak badany nie myśli już o robieniu zapasów tak dużych, jak podczas pierwszej fali pandemii. Ważne słowa wypowiedza też inna uczestniczka badań:

*Ale inflacja zmienia moje podejście do zakupów bardziej niż pandemia. Bardziej uważam na to, co kupuję, naprawdę wypatruję wszelkich promocji, jak normalnie nie miałam z tym problemu, to teraz myślę dwa razy, zanim coś włożę do koszyka (R.5).*

W przypadku tej badanej to inflacja wpływa w większym stopniu na stosowane przez nią strategie zaopatrzeniowe niż pandemia. Obecnie właśnie sytuacja polityczna (trwająca wojna) czy ekonomiczna (inflacja) mogą przyczyniać się do podtrzymania przez badanych niektórych zachowań wprowadzonych w czasie pandemii: robienia zapasów, bardziej uważnego wybierania produktów spożywczych, również pod kątem ich ceny. Pojawia się tu dodatkowy aspekt,



o którym rzadko wspominali uczestnicy pierwszej tury badań, tj. gospodarowanie jedzeniem w warunkach ograniczonego budżetu. Co prawda, dla większości badanych jest to raczej obawa niż realna konieczność, jednak respondenci deklarowali ograniczenie zakupu produktów luksusowych (np. tzw. marek *premium*), sprawdzanie promocji, ofert rabatowych, dokładne sprawdzanie cen oraz chęć lepszego zarządzania pieniędzmi. Strategie te odpowiadają zjawisku, które autorzy cytowanego wcześniej artykułu (Olcoń-Kubicka i in. 2021) określają mianem „ważnej konsumpcji” (tamże, s. 310). Dotyczy ona zarówno urealnienia własnego zapotrzebowania na konkretne artykuły, ograniczenia konsumpcji, jak i zwracania baczniejszej uwagi na jej wymiar etyczny. Również we wspomnianym badaniu (Olcoń-Kubicka i in. 2021) jego uczestnicy po doświadczeniu pandemii większą niż wcześniej wagę przypisywali temu, „co jedzą i jak jedzą”, zwracali uwagę na egzystencjalno-etyczny wymiar konsumpcji oraz starali się „ustalić, co jest im potrzebne i niezbędne, a co fanaberią i przejawem konsumpcjonizmu”, co autorzy określili jako „wewnętrzzną przemianę w odniesieniu do konsumpcji” i zauważyli, że jednocześnie towarzyszy temu pragnienie, by to odkrycie i praktyka było udziałem większej liczby osób, a docelowo przyniosło zmiany na całym świecie” (tamże, s. 303).

Wśród uczestników moich wywiadów doświadczenie pandemii spowodowało refleksję nad tym, co jest im rzeczywiście potrzebne oraz nad sposobami wykorzystania przez nich żywności, co skłoniło wiele osób do zrewidowania swoich dotychczasowych praktyk zaopatrzeniowych. Jednak wybory konsumenckie uczestników drugiej tury wywiadów w większym stopniu niż pandemia kształtowało widmo kryzysu ekonomicznego, natomiast wyniesione z okresu pandemii doświadczenia pozwoliły im lepiej odnaleźć się w tej sytuacji.

### **Etyczny wymiar konsumpcji**

Wśród uczestników moich badań uruchomienie modelu ważnej konsumpcji w jej wymiarze etycznym (zwracanie uwagi na etyczny wymiar konsumpcji) dało się zauważyć w kilku kwestiach.

Po pierwsze, część badanych wspominała, jak starali się wesprzeć lokalne restauracje zamawiając dania na wynos podczas lockdownu:

*Zamawialiśmy gotowe dania tylko aby wspomóc nasze lokalne restauracje, żeby oni przetrwali. I tak siedzieliśmy w domu, można było sobie swobodnie gotować (R.9).*

Można interpretować to działanie jako pewien przejaw solidarności, działanie na korzyść lokalnej społeczności. Badani zamawiali potrawy z pobliskich restauracji, aby je wspomóc, chociaż mieli więcej czasu na gotowanie samodzielne ze względu na lockdown.

Podobnie, przejawem uważnej konsumpcji była również refleksja nad wpływem konsumpcji na środowisko naturalne. Oto wypowiedź innej osoby badanej, którą doświadczenia okresu pandemii skłoniły do zmiany stosowanych przez nią dotąd środków czyszczących:

*Przy okazji pandemii zaczęłam kupować te płyny ekologiczne na bazie naturalnych składników. Bo doszłam do wniosku, że jak tyle się czyści różnych rzeczy, wszystkie opakowania produktów myje się płynem do naczyń czy tam się czyści powierzchnie, to żeby jednak jak najmniej tej chemii mieć w otoczeniu, no więc takie drobiazgi, że zamiast płynu do toalety na bazie chloru zaczęłam kupować na bazie kwasu cytrynowego (R.10).*

I jeszcze jeden przykład. W przypadku niektórych badanych pandemia stała się też inspiracją do podjęcia znacznie dalej idących zmian w wyborach sposobu odżywiania. Jeden z respondentów zapytany o to, jak pandemia wpłynęła na sposób robienia zakupów spożywczych przez niego i jego rodzinę, odpowiedział:

*Obecnie idziemy w kierunku zero waste, weganizmu, ze względów etycznych, to się tylko nasiliło podczas pandemii (R.11.).*

Doświadczenie pandemii przyczyniło się do opowiedzenia się przez tę badaną osobę za ograniczeniem konsumpcji mięsa i produktów odzwierzęcych (weganizm) oraz niemarnowaniem produktów. To także przejaw uważnej konsumpcji w jej wymiarze etycznym. Odwołanie się przez cytowanego powyżej badanego do filozofii *zero waste* i weganizmu przywodzi na myśl opisane przez Renatę Dopierałą zjawisko upraszczania życia, świadomego ograniczania konsumpcji. Zdaniem tej autorki, obserwowana szczególnie w początkowej fazie pandemii „panika zakupowa” i kupowanie na zapas wywołała u niektórych reakcję odwrotną – dążenie do ograniczenia konsumpcji, czemu towarzyszyło właśnie przywoływanie filozofii *zero waste* czy minimalizmu (Dopierała 2022). Jednym z przejawów ograniczania konsumpcji jest przy tym dążenie do niemarnowania jedzenia. Co ciekawe, Dopierała w kontekście tej filozofii interpretuje też pieczenie chleba w domu – praktykę często stosowaną, szczególnie w czasie lockdownu, aby ograniczyć częstość kontaktów społecznych i konieczność wychodzenia po pieczywo. Ta praktyka stosowana była również przez uczestników pierwszej tury moich wywiadów. Zdaniem Dopierały, samodzielne pieczenie chleba w domu wpisuje się w filozofię upraszczania życia, ponieważ jednym z jej elementów jest samodzielne wykonywanie pewnych prac domowych, także jako przykład zaradności i dążenia do samorealizacji w czasie wolnym od pracy (Dopierała 2022: 23).

## Robienie zapasów jako reakcja na sytuację kryzysową

Ramą pozwalającą zinterpretować wypowiedzi badanych jest odniesienie się do pojęcia kryzysu. Marta Olcoń-Kubicka i inni (2021), przywołują koncepcję radzenia sobie w sytuacji trudności zaopatrzeniowych, której autorami są Rodrigo Castillhos i inni (2017), w której wyróżnia się cztery strategie przystosowawcze w sytuacji problemów zaopatrzeniowych. Pierwszą jest niedostrzeżenie problemu, albo reinterpretacja, oparta na narracji, że zawsze radziliśmy sobie w trudnych sytuacjach. Wyjaśnia to, dlaczego niektórzy z moich rozmówców deklarowali, że pandemia nie wpłynęła znacząco na ich sposoby zaopatrzenia w żywność – być może przyjęli właśnie tę strategię przystosowawczą. Inną strategią jest poleganie na pomocy rodziny, zaś jeszcze inną – smart shopping, porównywanie cen i poszukiwanie najlepszych okazji. Czwarta ze strategii to wybieranie najpotrzebniejszych produktów i nieinwestowanie w droższe w obliczu kryzysu. Wydaje się, że dwie ostatnie z wymienionych strategii radzenia sobie w sytuacji kryzysu są szczególnie widoczne wśród uczestników moich badań. Wspominali o nich nie tylko mówiąc o swoich doświadczeniach z okresu pandemii, ale również o konieczności ograniczenia konsumpcji w obecnej sytuacji spowodowanej wojną i rosnącą inflacją. Na stosowanie podobnych sposobów radzenia sobie w związku z trudną sytuacją ekonomiczną wskazują również badania ogólnopolskie. Według opublikowanego w 2022 roku raportu CBOS „Jak Polacy radzą sobie z inflacją?”, najbardziej dotkliwie są odczuwane przez gospodarstwa domowe podwyżki cen żywności, a do najczęściej wymienianych strategii walki z inflacją można zaliczyć: ograniczanie codziennych zakupów, szukanie tańszych zamienników, rezygnację z większych wydatków lub ich odkładanie na potem lub kupowanie na zapas z obawy przed wzrostem cen<sup>11</sup>.

### Podsumowanie: ku zrównoważonemu rozwojowi?

Odpowiadając na postawione we wstępnej części artykułu pytania (Czy pandemia pozostawiła swój ślad w dotychczasowych praktykach zaopatrzeniowych badanych? Jak je zmieniła?) można powiedzieć, że w wypowiedziach badanych daje się zauważyć szereg zmian dotychczas stosowanych praktyk zaopatrzenia w żywność. Po okresie pandemicznych obostrzeń, w którym dało się zauważyć dążenie do redukcji niepewności poprzez zapewnienie sobie wystarczających zapasów żywności, obecnie badani starają się zaopatrywać w żywność w sposób bardziej dostosowany do aktualnych potrzeb. Przywiązują więcej niż dotąd

<sup>11</sup> Raport CBOS „Jak Polacy radzą sobie z inflacją?” (nr 138/2022), s. 5., dostthttps://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2022/K\_138\_22.PDF

uwagi do planowania zakupów, uwzględniają stan zapasów podczas ich planowania, bardziej elastycznie niż przed pandemią starają się podchodzić do wyboru produktów spożywczych, niekiedy rezygnując z tych ulubionych. Z pewnością można tu mówić o bardziej świadomym gospodarowaniu zapasami. Część badanych podczas pandemii doświadczyła przebywania na kwarantannie i odtąd starają się mieć niektóre artykuły zawsze w swojej spiżarni.

Jak zauważyli Francesca Forno, Mikko Laamanen i Stefan Wahlen (2022) w swoich badaniach nad praktykami zaopatrzenia w żywność prowadzonymi we Włoszech w czasie lockdownu i pół roku po jego zakończeniu, pandemia dała nam możliwość ponownego rozważenia praktyk zaopatrzeniowych i dostosowania ich do nowych okoliczności. Dostosowanie to często odbywało się w formie twórczych eksperymentów i w odpowiedzi na ograniczenia (Forno, Laamanen, Wahlen 2022: 210). Miało miejsce również nadawanie starym praktykom nowych znaczeń.

W odniesieniu do moich badań przykładem tego może być odwoływanie się badanych do trendów: *zero waste*, minimalizmu, redukcji konsumpcji, co można interpretować jako próbę nazwania nowych inspiracji, którymi obecnie się kierują, dokonując zakupów żywności. Autorzy cytowanego wyżej artykułu, zauważają także, że niektóre modyfikacje praktyk zaopatrzeniowych można określić jako podążanie w kierunku zrównoważonego rozwoju (*sustainability*), ponieważ również wśród uczestników badań realizowanych we Włoszech nastąpiło urealnienie potrzeb i zwrot w kierunku lepszego gospodarowania posiadanymi zasobami żywności (Forno, Laamanen, Wahlen 2022: 201). Podobne tendencje zauważono również w badaniach dotyczących zarządzania zasobami żywności po pandemii przeprowadzonych w innych krajach, na przykład w Australii (Ananda, Karunasena, Pearson 2023), Stanach Zjednoczonych (Babbitt i in. 2021) czy Japonii (Qian i in. 2020)<sup>12</sup>.

Przykładem nowego rozumienia praktyk zaopatrzeniowych przez moich badanych może być, jak się wydaje, stosowanie sprzętów gospodarstwa domowego (sokowirówki, zamrażarki, roboty kuchenne), aby lepiej wykorzystać posiadane zapasy żywności, szczególnie te, które mogłyby się zmarnować i takie gospodarowanie, aby zapasów starczyło na dłużej.

Na uwagę zasługuje także refleksja badanych nad moralno-etycznym wymiarem konsumpcji – jej wpływem na środowisko, społeczeństwo i nas samych, co zostało opisane jako przykłady uważnej konsumpcji.

---

<sup>12</sup> W Australii badanie porównawcze danych zebranych przed i po pandemii COVID-19 wykazało częstsze niż przed pandemią korzystanie z list zakupowych podczas robienia zakupów, sprawdzanie dat przydatności do spożycia artykułów w spiżarni i przestawianie tych, których daty przydatności się zbliżają, na widoczne miejsce oraz częstsze niż przed pandemią zamrażanie produktów spożywczych.

W tym momencie trudno jeszcze przewidzieć, czy opisane powyżej zmiany praktyk zaopatrzeniowych uczestników drugiej tury wywiadów okażą się trwałą tendencją czy też tylko dostosowaniem ich praktyk zaopatrzeniowych do bieżącej sytuacji. Jednak, jak zauważył Adam Mrozowicki w odpowiedzi na pytanie o możliwe społeczne skutki pandemii, w dłuższej perspektywie należy raczej liczyć się z koniecznością „oswajania cykliczności kryzysów” (Wróblewska-Jachna 2021: 161). Wydaje się, że doświadczenia nabyte podczas pandemii badani wykorzystują obecnie, aby zoptymalizować zaopatrzenie w żywność w czasach rosnącej inflacji.

### Bibliografia

- Aday, Serpil, Mehmet Seckin Aday. 2020. The Impact of COVID-19 on the food supply chain. *Food Quality and Safety*, 4: 167–180. DOI:10.1093/fqsafe/fyaa024, <https://academic.oup.com/fqs/article/4/4/167/5896496>.
- Ananda, Jayanath, Gamithri Gayana Karunasena, David Pearson. 2023. Has the COVID-19 pandemic changed household food management and food waste behavior? A natural experiment using propensity score matching. *Journal of Environmental Management*, 328: 116887. DOI: 10.1016/j.jenvman.2022.116887.
- Babbitt, Callie W., Gregory A. Babbitt, Jessica M. Oehman. 2021. Behavioral impacts on residential food provisioning, use, and waste during the COVID-19 pandemic. *Sustainable Production and Consumption*, 28: 315–325. DOI: 10.1016/j.spc.2021.04.012.
- Bakalis, Serafim, Vasilis P. Valdramidis, Dimitros Argyropoulos, Lilia Ahrne, Jianshe Chen, P. J. Cullen, Enda Cummins, Ashim K. Datta, Christos Emmanouilidis, Tim Foster, Peter J. Fryer, Ourania Gouseti, Amuldena Hospido, Kai Knoerzer, Alain LeBail, Alejandro P. Marangoni, Pingfan Rao, Oliver K. Schlüter, Petros Taoukis, Epameinondas Xanathakis, Jan F.M. VanImpe. 2020. How COVID-19 changed our food systems and food security paradigms. *Current Research in Food Science*, 3: 167–172. DOI: 10.1016/j.crf.2020.05.003.
- Bednarczuk, Aleksandra, Jerzy Śleszyński. 2019. Marnotrawstwo żywności w Polsce. *Problemy Rolnictwa Światowego*, Tom 19 (XXXIV), 4: 19–30. DOI: 10.22630/PRS.2019.19.4.53.
- Ben Hassen, Tarek, Hamid El Bilali, Mohammad S. Allahyari, Sinissa Berjan, Oksana Fotina. 2021. Food purchase and eating behavior during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional survey of Russian adults. *Appetite*, 165, 105309. DOI: 10.1016/j.appet.2021.105309.
- Berger, Peter L., Luckmann Thomas. 1983. *Spoleczne tworzenie rzeczywistości*. Przekład Józef Niżnik. Warszawa: Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Bogunia-Borowska, Małgorzata. 2021. Doświadczenie zmiany w czasie pandemii. Perspektywa fenomenologiczna. W: W. Gumuła, red. *Dzienniki stanu pandemii*.

- Czytane z perspektywy socjologii codzienności*. Kraków: Instytut Literatury i Wydawnictwo Nomos, 205–223.
- Bracale, Renata, Vaccaro Concetta M. 2020. Changes in food choice following restrictive measures due to COVID-19. *Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases* 30: 1423–1426. DOI: 10.1016/j.numecd.2020.05.027.
- Caplan, Gerard. 1964. *Principles of preventive psychiatry*. New York: Basic Books.
- Castilhos, Rodrigo B., Marcello Jacques Fonseca, Vera Bavaresco. 2017. Consumption, crisis, and coping strategies of lowerclass families in Brazil: A sociological account. *International Journal of Consumer Studies*, 41, 4: 379–388. DOI: 10.1111/ijcs.12341.
- Cranfield, John A. L. 2020. Framing Consumer Food Demand Responses in a Viral Pandemic. *Canadian Journal of Agriculture and Economics*, 68: 151–156. DOI: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/cjag.12246>.
- Definicja pojęcia *lockdown*, Wielki Słownik Języka Polskiego, wersja online: <https://wsjp.pl/haslo/podglad/103148/lockdown>, dostęp: 19.04.2023.
- Długosz, Piotr. 2021. *Trauma pandemii COVID-19 w polskim społeczeństwie*. Warszawa: Wydawnictwo CeDeWu.
- Dopierała, Renata. 2022. Simplifying Life During the COVID-19 Pandemic. *Acta Universitatis Lodziensis, Folia Sociologica*, 82: 15–30. DOI: 10.18778/0208-600X.82.02.
- FAO Policy Brief nr 2, czerwiec 2006. [https://www.fao.org/fileadmin/templates/fa-oitally/documents/pdf/pdf\\_Food\\_Security\\_Cocept\\_Note.pdf](https://www.fao.org/fileadmin/templates/fa-oitally/documents/pdf/pdf_Food_Security_Cocept_Note.pdf), dostęp: 23.09.2022.
- Flick, Uwe. 2012. *Projektowanie badania jakościowego*. Przekład Paweł Tomanek. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Forno, Francesca, Mikko Laamanen, Stefan Wahlen. 2022. (Un-)sustainable transformations: everyday food practices in Italy during COVID-19. *Sustainability: Science, Practice and Policy*, T.18, 1: 201–214. DOI: 10.1080/15487733.2022.2037341.
- Gawęcki, Jan, red. 2022. *Żywnienie człowieka: podstawy nauki o żywieniu*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Glinka, Beata, Wojciech Czakon. 2021. *Podstawy badań jakościowych*. Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Grochowicz, Marek. 2020. Sytuacja branży gastronomicznej w pierwszych miesiącach trwania pandemii COVID-19 na przykładzie Krakowa. *Urban Development Issues*, 67: 5–16. DOI: 10.2478/udi-2020-0029.
- Informacja prasowa zamieszczona w portalu branży spożywczej „Hurt i detal” z dnia 25. 10. 2021  
[https://hurtidetel.pl/article/art\\_id,34504-107/jak-zmienily-sie-zwyczajne-zakupowe-polakow-po-lockdownach/](https://hurtidetel.pl/article/art_id,34504-107/jak-zmienily-sie-zwyczajne-zakupowe-polakow-po-lockdownach/), dostęp: 25.09.2022.
- Informacja prasowa o wynikach badań na stronie Business Insider z dnia 23 marca 2020 roku, pt. „Makaron, mąka i papier toaletowy. Jak Polacy robią zapasy”, <https://businessinsider.com.pl/finanse/handel/koronawirus-w-polsce-zakupy-i-zapasy-wedlug-forum-konsumentow/mfz4dvz>, dostęp: 7.12.2022.
- Informacja prasowa zamieszczona na stronie internetowej Strefabiznesu.pl. <https://strefabiznesu.pl/bezpieczne-zakupy-2020-handlowcy-powszechnie-nakazuja->

- klientom-robienie-zakupow-w-maseczkach-a-co-z-rekawiczkami-9092020/ar/c3-15169968 , dostęp: 1.05.2023.
- Informacja prasowa zamieszczona na stronie internetowej Money.pl na temat paniki zakupowej i produktów, na które zaobserwowano wzmożony popyt tuż po ogłoszeniu stanu epidemii w Polsce: <https://www.money.pl/gospodarka/rok-z-koronawirusem-dopiero-teraz-widac-jak-sprzedawcy-podnosili-ceny-6614419548134048a.html>, dostęp: 19.04.2023.
- Informacja dotycząca zasad kwarantanny, serwis internetowy Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia: <https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/krotsza-kwarantanna>, dostęp: 30.04.2023.
- Janssen, Meike, Betty P. I. Chang, Hristo Hristov, Igor Pravst, Adriano Profeta, Jeremy Millard. 2021. Changes in Food Consumption During the COVID-19 Pandemic: Analysis of Consumer Survey Data From the First Lockdown Period in Denmark, Germany, and Slovenia. *Frontiers in Nutrition*. t. 8–2021. DOI=10.3389/fnut.2021.635859.
- Kaufmann, Jean-Claude. 2004. *Ego. Socjologia jednostki: inna wizja człowieka i konstrukcji podmiotu*. Przekład Krzysztof Wakar. Warszawa: Oficyna Naukowa.
- Kopczyńska, Ewa. 2021. *Jedzenie i inne rzeczy*. Kraków: Wydawnictwo UJ.
- Krajewski, Marek. 2009. Dzisiaj jak wczoraj, jutro jak dziś. Codziennosc, przedmioty i reżimy podtrzymujące. W: M. Bogunia-Borowska, red. *Barwy codzienności: analiza socjologiczna*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Kvale, Steinar. 2004. *Wprowadzenie do jakościowego wywiadu badawczego*. Przekład Stanisław Zabielski. Białystok: Wydawnictwo Trans-Humana.
- Maj, Agnieszka 2023. Kulinarne strategie i praktyki czasu pandemii – sposoby radzenia sobie z niepewnością. *Kultura i Społeczeństwo*, 67(2), 81–103. DOI: 10.35757/KiS.2023.67.2.4.
- Malec, Krzysztof. 2021. Pandemia w świetle teorii kryzysu. W: W. Gumuła, red. *Dzienniki stanu pandemii. Czytane z perspektywy socjologii codzienności*. Kraków: Instytut Literatury i Wydawnictwo Nomos.
- Mateja-Jaworska, Bogumiła, Marta Zawodna-Stephan. 2019. *Badania życia codziennego w Polsce: Rozmowy (nie) codzienne*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Miles, Matthew, B., Michael A. Huberman. 2000. *Analiza danych jakościowych*. Przekład Stanisław Zabielski. Białystok: Wydawnictwo Trans Humana.
- Mniszewski, Maciej. 2021. Konsumpcja w pandemii. K. Dębkowska, M. Kolano, P. Śliwowski. Polski Instytut Ekonomiczny, Warszawa, maj 2021, <https://pie.net.pl/wp-content/uploads/2021/05/PIE-Konsumpcja-w-pandemii.pdf>, dostęp: 7.11.2022.
- Narodowe Centrum Edukacji Żywnościowej, <https://ncez.pzh.gov.pl/abc-zywienia/zasady-zdrowego-zywienia/jak-planowac-rozsadne-zakupy-spozywcze-oraz-zdrowe-posilki-w-okresie-pandemii-koronowirusa/>, dostęp: 3.03.2023.
- Olcoń-Kubicka, Marta, Joanna Felczak, Łukasz Połuszny, Paweł Kubicki. 2021. *Przemiany praktyk konsumpcyjnych w gospodarstwach domowych w pierwszych miesiącach pandemii COVID-19*. W: K. Andrejuk, I. Grabowska, M. Olcoń-Kubic-

- ka, I. Taranowicz, red. *Zmiana społeczna, pandemia, kryzys. Konteksty empiryczne i teoretyczne*. Warszawa: Wydawnictwo IFiS PAN, 287–312.
- Qian, Kun, Firouzeh Javadi, Michikazu Hiramatsu. 2020. Influence of the COVID-19 Pandemic on Household Food Behaviour in Japan. *Sustainability*, 12(23), 9942. DOI: 10.3390/su12239942.
- Raport Deloitte *Global State of Consumer Tracker*, <https://www2.deloitte.com/us/en/insights/industry/retail-distribution/consumer-behavior-trends-state-of-the-consumer-tracker.html>, dostęp: 14.11.2022.
- Raport KPMG: „Czy pandemia COVID-19 trwale zmieni zwyczaje zakupowe Polaków?”, <https://home.kpmg/pl/pl/home/media/press-releases/2020/09/media-press-czy-pandemia-covid-19-trwale-zmieni-zwyczaje-zakupowe-polakow.html>, dostęp: 15.02.2023.
- Raport KPMG: Raport KPMG: „Nowa rzeczywistość: konsument w dobie COVID-19” <https://assets.kpmg/content/dam/kpmg/pl/pdf/2020/09/pl-Raport-KPMG-Nowa-rzeczywistosc-konsument-w-dobie-COVID-19.pdf>, dostęp: 15.02.2023.
- Raport Mc Kinsey „Jak zmienił się rynek zakupów spożywczych w pandemii?”. <https://www.mckinsey.com/pl/our-insights/state-of-grocery-retail>, dostęp: 15.02.2023.
- Raport CBOS „Jak Polacy radzą sobie z inflacją?” (nr 138/2022), [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2022/K\\_138\\_22.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2022/K_138_22.PDF), dostęp: 14.03.2023.
- Raport: „Życie codzienne w czasach pandemii. Raport z drugiego etapu badań. Wersja pełna”. Wydział Socjologii Uniwersytet Adama Mickiewicza w Poznaniu. [https://socjologia.amu.edu.pl/images/pliki/Zycie\\_codzienne\\_w\\_czasach\\_pandemii\\_Raport\\_z\\_drugiego\\_etapu\\_badan\\_wersja\\_pe%C5%82na.pdf](https://socjologia.amu.edu.pl/images/pliki/Zycie_codzienne_w_czasach_pandemii_Raport_z_drugiego_etapu_badan_wersja_pe%C5%82na.pdf), dostęp: 14.02.2023.
- Raport Eurofund 2020 – Living, working and COVID-19, [https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef\\_publication/field\\_ef\\_document/ef20059en.pdf](https://www.eurofound.europa.eu/sites/default/files/ef_publication/field_ef_document/ef20059en.pdf), dostęp: 13.03.2023.
- Reckwitz, Andreas. 2002. Toward a Theory of Social Practice: A Development in Cultural Theorizing. *European Journal of Social Theory*, 5, 2: 243–263.
- Rodríguez-Pérez, Celia, Esther Molina-Montes, Vito Verardo, Reyes Artacho, Belen Garcia-Villanova, Eduardo Jesus Guerra-Hernandez, Maria Dolores Ruiz-Lopez. 2020. Changes in Dietary Behaviours during the COVID-19 Outbreak Confinement in the Spanish COVIDiet Study. *Nutrients*, 6: 1730. <https://www.mdpi.com/2072-6643/12/6/1730/htm>.
- Romeo-Arroyo, Elena, Maria Mora, Laura Vázquez-Araújo. 2020. Consumer behavior in confinement times: Food choice and cooking attitudes in Spain. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, Tom 21. 100226. DOI: 10.1016/j.ijgfs.2020.100226.
- Rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 14 października 2020, wprowadzające tzw. „godziny dla seniorów”: <https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=W-DU20200001797>, dostęp: 19.04.2023.
- Rudziński, Roman. 1978. *Jaspers*. Warszawa: Wydawnictwo Wiedza Powszechna.
- Schatzki, Theodore. 2002. *The Site of the Social: A Philosophical Account of the Constitution of Social Life and Change*. Penn State University Press.
- Schmidt, Filip. 2010. Teorie kuchenne: dialektyka przyzwyczajajeń i refleksyjności w koncepcji Jean-Claude’a Kaufmanna. *Kultura i Społeczeństwo*, 1: 49–85.



Taranowicz, Iwona. 2022. Niecodzienna codzienność/codzienna niecodziennosc. Życie codzienne w warunkach ryzyka. *Acta Universitatis Lodzensis. Folia Sociologica*, nr 82: 5–13. DOI: 10.18778/0208-600X.82.01.

Wróblewska-Jachna, Joanna, red. 2021. *Obraz pandemii COVID-19 w zapisach podmiotowej świadomości*. Zakład Wydawniczy NOMOS.

**Tabela 1.** Cechy społeczno-demograficzne cytowanych w artykule respondentów

Numer respondenta	Cechy społeczno-demograficzne respondenta
Respondent 1	Mężczyzna, 40 lat, w. wyższe, miasto powyżej 500 tys. mieszkańców
Respondent 2	Kobieta, 45l., w. wyższe, miasto powyżej 500 tys. mieszkańców
Respondent 3	Kobieta, 40 l., w. wyższe, wieś
Respondent 4	Mężczyzna, 45 l. w. wyższe, miasto powyżej 500 tys. mieszkańców
Respondent 5	Kobieta, 26l., w. wyższe, miasto powyżej 500 tys. mieszkańców
Respondent 6	Kobieta, 65 l., w. wyższe, miasto powyżej 100 tys. mieszkańców
Respondent 7	Kobieta, 67l. w. średnie, wieś
Respondent 8	Kobieta, 46l., w. wyższe, miasto powyżej 500 tys. mieszkańców
Respondent 9	Mężczyzna, 34 lata, w. wyższe, miasto powyżej 500 tys. mieszkańców
Respondent 10	Kobieta, 43 lata, w. wyższe, miasto powyżej 500 tys. mieszkańców
Respondent 11	Mężczyzna, 33 lata, w. średnie, miasto powyżej 500,000 mieszkańców