

Abstract for projekt 'Fars køkkenskole'

Titel: Fars køkkenskole – Så bli'r familien grydeklar

Præsentation: Mundtlig, evt. med deltagelse af fædre og børn fra Aalborg Kommune.

Tema: Forebyggelse/sundhedsfremme i nærmiljøet.

Forfattere: Mette Jørgensen og Jonas Vigkilde, Center for Sundhed og Forebyggelse, Vallensbæk Kommune, mbj@vallensbaek.dk.

Stikordsliste: Borgernær sundhedsfremme, madlavning for far/barn, maddannelse, mental sundhed, mænds sundhed, positive og langtidssikrede effekter.

Særlig læring/succes: Siden marts 2015 er Fars køkkenskole (FK) blevet udbredt til andre kommuner. Målet var at få 8 kommuner med, men interessen har været så stor, at 30 kommuner er i gang med FK. Konceptet skaber begejstring blandt fædre/børn/kommuner og opbygger kapaciteten i kommunerne i forhold til sundhedsfremmende madlavningstilbud. Projektet opfylder kommuners mål om at styrke mænds sundhed og fremme børns sundhedsvaner.

Baggrund: Mange mænd lever mere usundt end kvinder og mangler madlavningskompetencer. Mange forældre finder det svært at inddrage børn i madlavningen.

Centrale aktiviteter/Målgrupper: FK er Danmarks første madlavnings-, samværs- og læringskoncept for børn i 2.- 4. klasse og deres fædre. På køkkenskolen mødes 10-12 fædre og deres børn 5 gange på 5 måneder. 1-2 undervisere introducerer til simple opskrifter, råvarer og køkkentricks, som deltagerne får erfaringer med at bruge på køkkenskolen/hjemme.

Forventninger til resultater: Vi forventer, at mindst 1000 fædre og børn deltager på en køkkenskole uden for Vallensbæk i 2015-2017, og 80 % af deltagerne skal være tilfredse.

Resultater: Siden 2014 har 1800 fædre og børn deltaget. Vi har skabt et tilbud, som tiltrækker mænd. Effektmålingerne¹ fra de første 190 deltagere i 2012 viser, at fædre spiser sundere, får kendskab til nye madlavningsteknikker, nye råvarer og nye retter. Resultater fra spørgeskemaundersøgelse efter ½ år viser derudover:

- 80 % har fået styrket relationen til deres børn.
- 82 % er blevet bedre til at lave mad med deres børn.
- 69 % har oftere børn med i køkkenet.
- 9 % af fædre var uden arbejde, og 31 % havde en kort eller ingen uddannelse.

Video med fædres/børns udtalelser: <https://www.youtube.com/watch?v=39Xh3rs-ViA>

Proces: Vi samarbejder med kommunerne om at løse udfordringer i forhold til forankring.

Hjemmeside: www.farskoekkenscole.dk

NORDEA
FONDEN



¹ I 2017 forventes effektmålinger fra alle deltagende kommuner.