



Pressemeddelelse, 1. oktober 2018

MADKLUBBER FOR BØRN HITTER OVER HELE DANMARK

Lokale madsjæle har nu opstartet 53 lokale MIT kokkeri Madklubber, så børn og unge også kan gå til madlavning i fritiden. Målet var egentlig 40 madklubber, men lokale initiativtagere er vilde med at integrere maden i allerede eksisterende fritidstilbud som SFO'er, klubber, spejdertropper, boligsociale områder, ungdomsskoler og sportsforeninger, så langt flere børn og unge får lyst til at gå i køkkenet derhjemme.

Kan madklubber i fritidstilbud for børn og unge give dem mere lyst til at lave mad derhjemme? Det er der meget, der tyder på erfarer maduniverset MIT kokkeri, som arbejder for at give børn og unge inspiration, lyst og viden til at lave god og sund mad i hverdagen.

På landsplan er interessen vokset for at sætte madlavningen ind i nye sammenhænge. Blandt andet i Fjølstervang Idrætsforening:

“Vi har fået positiv feedback fra forældrene, for børnene har vist stor interesse for madlavningen derhjemme. Efter børnene har deltaget i Madklubben, vil de meget gerne hjælpe til med at lave mad. Så alt i alt har det været positivt hele vejen igennem,” fortæller Dorte Møller Sørensen, som på frivilligt initiativ har startet en MIT kokkeri Madklub i Fjølstervang Idrætsforening ved Herning. Dorte oplever stor interesse fra lokalsamfundet, og flere børn står på venteliste til at deltage.

“Børn, som har taget del i Madklubberne, fremhæver, at det er forskelligt fra at lave mad derhjemme, og påpeger, at fællesskabet omkring madlavning og måltidet er sjovt, spændende og hyggeligt. Det tyder på, at fritiden er et godt tidsrum for fordybelse og engagement, fordi børnenes motivation til at lave mad her er påvirket af lyst og nysgerrighed,” siger Karen Wistoft, professor ved DPU Aarhus Universitet, der i samarbejde med Komiteen for Sundhedsoplysning og Haver til Maver står bag maduniverset MIT kokkeri, der er støttet af Nordea-fonden med 8,8 millioner kroner over tre år.

Bygger bro mellem skole og hjem

MIT kokkeri Madklubber adskiller sig fra andre madlavningstilbud til børn ved at samarbejde med allerede eksisterende fritidstilbud efter deres præmisser, ressourcer og ambitioner. Målet er netop at styrke madlavningsglæde og -evner gennem fællesskab og samvær.

“Det er vigtigt for Nordea-fonden at støtte op om at forbedre mad- og måltidskulturen i Danmark; både i skole, hjem og fritid. Madvaner bliver grundlagt fra barnsben, og madlavning giver mulighed for at lege, være kreativ og få sanselige oplevelser. Derfor vil vi i Nordea-fonden gerne bidrage til, at børn får viden, gode madvaner og oplevelser med både at lave og spise sund mad” siger Henrik Lehmann Andersen, direktør i Nordea-fonden.

Støtten fra Nordea-fonden har gjort det muligt for MIT kokkeri at gennemføre gratis inspirationskurser i København, Aarhus, Odense, Ikast, Roskilde og på Bornholm for omkring 100 initiativtagere i alt. Her har spejderledere, klub- og SFO-pædagoger m.fl. fået inspiration



tips, værktøjer og MIT kokkeri-startpakker til at kunne skabe motiverende forløb i egne rammer.

Fra succes med sovs til den politiske dagsorden

“Lad os sætte fokus på den mad, vi laver derhjemme” lyder anbefalingen fra regeringens advisory board for mad, måltider og sundhed. De fremhæver, at udviklingen af bl.a. madklubber styrker danskernes madlavningsevner og generelle sundhed til gavn for både den enkelte og for samfundet.

Den vurdering bakkes op af Søren Ejlersen, kok og stifter af foreningen Haver til Maver, der arbejder for at styrke børn og unges engagement i bæredygtighed, madkultur og sundhed.

“At påvirke børns sundhed i en positiv retning handler om sanselighed, livskompetencer, livskvalitet, social sammenhængskraft og menneskelig sundhed. Børnene har faktisk lyst til at opdage universet af gastronomiske glæder. De bliver stolte, føler sig seje, er sammen og går til opgaven med en livskraft, som de ender med at få glæde af resten af livet”, fortæller han.

Mere om MIT kokkeri

- MIT kokkeri er et samarbejde mellem Haver til Maver, Komiteen for Sundhedsoplysning og Aarhus Universitet. Det støttes af Nordea-fonden i perioden 2016-2018.
- MIT Kokkeri Madklubberne er etableret rundt i hele Danmark, herunder Vestjylland, Midtjylland, Østjylland, Fyn, Nordsjælland, Hovedstaden og på Bornholm. Se alle madklubberne på mitkokkeri.dk
- MIT kokkeri er et madunivers for børn og unge på 10-15 år. Det vil inspirere børn og unge til selv at lave mad derhjemme og i fællesskab med kammerater i fritidstilbud.
- Idéen bag Madklubberne udspringer af den populære børnekogebog MIT kokkeri, som er delt gratis ud til 300.000 børn i madkundskab. Madklubberne skal være med til at bygge bro mellem skole, fritid og hjem og er udviklet i samarbejde mellem pædagoger, ledere og frivillige i allerede eksisterende fritidstilbud. Madklubberne integreres fx som en del af en pædagogisk aktivitet eller som løftestang for madlavning under åben himmel.
- På mitkokkeri.dk kan man gå på opdagelse i det digitale madunivers, hvor alle opskrifter ligger gratis tilgængeligt. Opskrifterne understøttes af instruktionsvideoer i tv-køkkenstil med børn, der viser, hvordan retterne skal tilberedes step by step. Dertil findes der videoer med tips og tricks til basale køkkenfærdigheder, som at ælte en dej, skære grøntsager i tern osv.
- På mitkokkeri.dk/madklubber kan man få gode råd og inspiration til at starte sin egen madklub for børn.



Lokale erfaringer med MIT kokkeri Madklubber

Tetriz i Helsingør

“Det er jo en succes i sig selv, at de interesserer sig for det, at de brænder for det. De brænder ikke bare for at spise det, men også for selv at skulle lave det og være kreatørerne bag,” siger Baha, som arbejder på værestedet Tetriz i Helsingør, og som kan se og mærke de positive effekter af at børn og unge laver mad sammen i fritiden. Han har pt. otte hold på venteliste og har oplevet, hvordan madlavning også er et pædagogisk værktøj til at nå de unge.

Halmhuset i Odense

“Vi oplever, at børnene på forhånd siger, at de tror, det bliver en kedelig dag i køkkenet, men de ender med at synes, at det har været verdens bedste dag, når de er færdige. Det er megafedt at kunne give dem et forklæde og madklub-tatoveringer, og så se, at de i løbet af dagen vokser med ansvaret, og at de faktisk selv finder ud af, at det er deres ansvar, at maden bliver serveret. Det er de ikke vant til,” siger initiativtager Susan Dam Andersen, som arbejder i det bæredygtige Halmhuset, hvor børn fra Odense laver mad under åben himmel.

Ungdomsskolen i Klemensker på Bornholm

“Der er en efterspørgsel fra de unge, så holdet gik hurtigt fra fem til over 20 deltagere. Det er bare en positiv oplevelse at se, at de hygger sig og faktisk gerne lave mad sammen. De har en masse idéer og vælger selv hvilke retter, der skal laves. De har også taget godt imod MIT kokkeri-kogebogen, som de har fået med hjem, så kan de tage den med sig, også når de flytter hjemmefra, og det er bare super fedt,” siger Henning Kristensen fra Ungdomsskolen i Klemensker på Bornholm.

KFUM-spejderne i Roskilde

“Det er vigtigt, at spejderne lærer at lave mad i stedet for at gå på McDonalds, og det er vigtigt at give dem en fornemmelse for råvarer og madlavning. Vi ser det som en vigtig opgave at kunne skubbe dem i den rigtige retning. Vi sætter ungerne til at fordele roller, læse en opskrift, lægge en plan og lave bål. Det er gode ledelsesøvelser, som får børnene til at påtage sig ansvar og løfte opgaven i fællesskab,” siger Bo Møller, som har etableret en madklub i Roskilde Gruppe - KFUM-Spejderne i Danmark, som han er spejderleder for. Madklubbens aktiviteter er en del af “eat out” spejdermærket, hvor spejderne gennem et år skal lave mad en gang om måneden under åben himmel.

Helhedsplanerne i Tingbjerg og Utterslevhuse

“Børnene har taget positivt imod det. De har været åbne og vist stor glæde. De har engageret sig og vist interesse i madlavningen. Ikke kun i at spise, men også i at tilberede og forberede retterne til middagen. De har været koncentrerede og har selv været gode til at fordele opgaverne imellem sig,” Siger Güler Yagci, som har etableret en Madklub under helhedsplanerne i Tingbjerg og Utterslevhuse. Hun mener, at maden er katalysator for gode



fællesskaber. “At lave mad sammen er en god måde at møde hinanden på. Alle har noget at bidrage med, og alle kan være med,” siger hun.

Aarhus

“Det var meget lærerigt for os spejderledere at deltage i inspirationskurset og få inspiration til, hvordan kreativiteten i madlavningen kan styrke børnene madlavningsglæde. Det er fedt at opleve at når børnene får lov til at være kreative, så føler de virkelig ejerskab og stolthed over for den ret som de er i gang med”, siger Dorit Weisbjerg som har etableret en MIT kokkeri Madklub i spejdertroppen Valhalla gruppe i Brabrand, Aarhus.