

Abstract for projektet 'Fars køkkenskole – så bli'r familien grydeklar'

**Titel:**

Fars køkkenskole – så bli'r familien Grydeklar

**Forfatter:**

Mette Bøgebjerg Jørgensen og Jonas Vigkilde, Center for Sundhed og Forebyggelse, Vallensbæk Kommune, Danmark, e-mail: mbj@vallensbaek.dk

**Stikordsliste:**

Borgernær sundhedsfremme, madlavningskoncept målrettet fædre og børn til kommuner, madglæde, samvær, sundere vaner, mænds sundhed, positive og langtidssikrede effekter

**Hvad gjorde vi og på hvilken måde?**

Vi har udviklet og afprøvet konceptet 'Fars køkkenskole' på 262 fædre og 300 børn, som har deltaget med stor gejst, fordi de har oplevet køkkenskolen som en meningsfuld aktivitet for far og barn. Fokus i Fars køkkenskole er madglæde, samvær og sjove oplevelser i køkkenet. Det bygger på et pædagogisk set-up, hvor fædre og børn bliver introduceret til nye råvarer og tricks, som de efterfølgende får erfaringer med at bruge. Fædre og børn får således en fælles referenceramme for mad, som de kan bruge derhjemme. På køkkenskolen mødes 10-12 fædre og deres børn en gang om måneden i fem måneder.

**Hvem var deltagerne?**

Fædre og deres børn, der går i 2.-4. klasse.

**Var der nogle problemer undervejs og hvordan løste vi disse?**

Det er en udfordring forankre tilbuddet og skabe sammenhæng til faget hjemmekundskab, men vi forventer, at den nye skolereform og det nye fag madkundskab kan være med til at hjælpe dette på vej.

### **Hvad var det, som gik specielt godt?**

Vi har formået at skabe et sundhedsfremmende tilbud, som tiltrækker mænd.

### **Hvordan ved vi, at projektet er vellykket?**

Fars køkkenskole har fra starten skabt gode resultater. Effektmålingerne fra de første 190 deltagere viser, at fædre spiser sundere, får kendskab til nye madlavningsteknikker, nye råvarer og nye retter. Derudover er der en række supplerende, positive resultater målt efter et ½ år:

- 99 % oplever, at de har fået hyggelige stunder sammen med børnene.
- 82 % angiver, at de har fået et bedre forhold til deres børn.
- 82 % synes, at de er blevet bedre til at lave mad med deres børn.
- 69 % angiver, at de oftere har børn med i køkkenet.
- 35 % af fædre angiver, at de har tabt sig
- 29 % angiver, at deres børn har tabt sig.

### **Dokumentation:**

[www.farskoekkenskole.dk](http://www.farskoekkenskole.dk)

[www.farsvideokogebog.dk](http://www.farsvideokogebog.dk)