



**BØRN, UNGE
OG MAD 2024**

Indholdsfortegnelse

Velkommen til Børn, Unge og Mad 2024	3
Kapitel 1: Madlavning	4
Kapitel 2: Mod på mad	12
Kapitel 3: Måltidsmønstre	21
Kapitel 4: Klima	31
Om Børn, Unge og Mad	38

Velkommen til Børn, Unge og Mad 2024

Børn og unges deltagelse i madlavningen styrtdykker. På bare fire år er antallet af børn og unge, der har været med til at lave aftensmad, faldet fra syv ud af 10 til fem ud af 10.

Samtidig er den traditionelle måltidsstruktur med tre hovedmåltider i opbrud. Børn og unge snacker i løbet af dagen, og overraskende mange af dem ender med at springe frokost og aftensmad over.

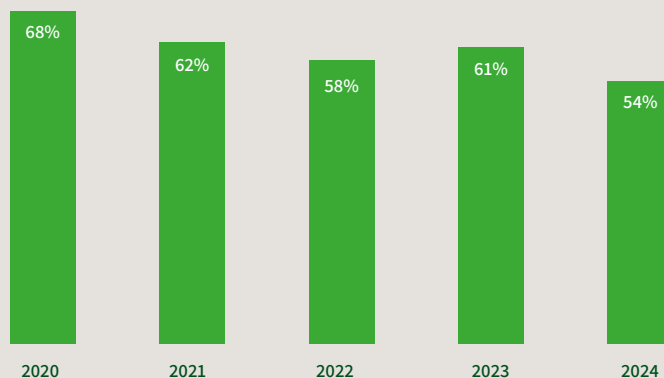
Det er et par af de unikke indsigter, som Arla Fondens Børn, Unge og Mad-rapport løfter frem i årets udgave. Rapporten er den femte i rækken, siden Arla Fonden udgav den første i 2020.

Det er Fondens ambition, at rapporten skal give nye indsigter til arbejdet med børn og unge. Indsigterne skal bidrage til, at Arla Fonden, og andre interesserede, kan blive inspirerede af børnenes tanker og klogere på deres madkundskaber.

Kapitel 1: Madlavning

Børnene laver mindre og mindre mad – selvom de elsker det

Andelen af børn, der har hjulpet med aftensmaden den foregående uge, er den laveste nogensinde



Børn og unge laver markant mindre mad end for bare fire år siden.

Det viser årets Børn, Unge og Mad-rapport, hvor Arla Fonden for femte gang spørger ind til danske børns og unges madvaner. Og aldrig før har der været målt så lav deltagelse i tilberedelsen af aftensmaden.

For fire år siden var godt syv ud af 10 børn med til at lave aftensmad i løbet af ugen. På bare fire år er det tal dykket så meget, at det nu kun er godt fem ud af 10.

”Det er jo et styrtdyk. Det er voldsomt at bruge ordet ‘forfærdeligt’, men det er fristende,” siger Sanne Vinther, direktør i Arla Fonden gennem 12 år.

Fortsætter faldet med samme hastighed, er der stort set ingen børn overhovedet, der laver mad om bare 16 år.

I Madkulturens befolkningsundersøgelse af danskernes mad- og måltidsvaner fra 2022 fremgår det, at andelen af hjemmelavede aftensmåltider i Danmark falder støt. Det gælder ikke mindst de måltider, hvor alt er lavet fra bunden.

“

Hvad hjalp du med, sidste gang du var med til at lave aftensmad?

Jeg puttede frysepizzaen i ovnen

– Dreng, 13 år

”Der er ingen tvivl om, at børnenes madkultur følger samme tendens som de voksnes, men tempoet her er endnu voldsommere i den forkerte retning. Det er meget markant,” siger Sanne Vinther.

Ifølge hende kommer de unge dermed til at mangle en grundlæggende livskompetence.

”De skal blive i stand til at tage bæredygtige og sunde valg for sig selv og deres familier. Hvis de kun kender gulerødder, tomater og agurk, bliver det svært. Sat på spidsen, skal de i det mindste kunne vælge mellem god og dårlig take away,” siger Sanne Vinther.

Men de kompetencer kommer en lang række unge til at mangle.

”De flytter jo hjemmefra på et tidspunkt, så grundlæggende madkompetencer er vigtige for alle. Uden dem har de et dårligere udgangspunkt for at få større madmod og prøve nye retter af. For at blive bevidste om bæredygtighed. Om madspild. Om den glæde, det er at lave mad sammen, og de samtaler, som man har imens, der er med til at understøtte fællesskab i familierne. Der er så mange vigtige ting i livet, som de nu får mindre af,” siger Sanne Vinther og tilføjer:

”Det er altså meget bekymrende.”

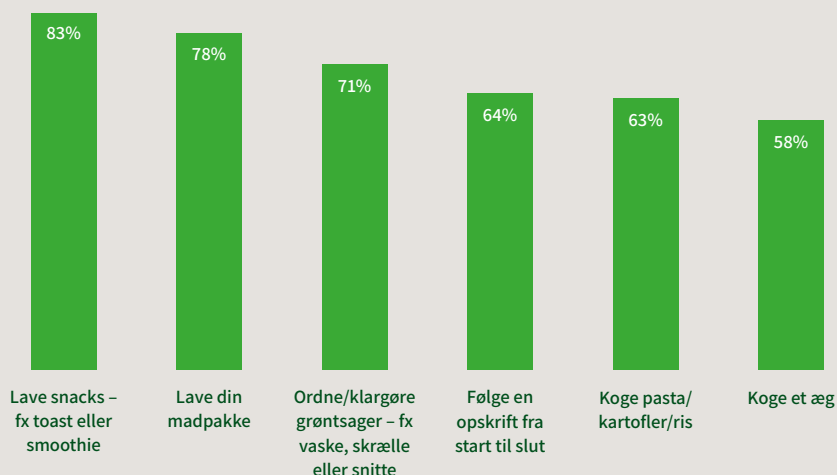
Ikke noget nyt – og dog

Generation for generation er der gået madkompetencer tabt gennem de seneste årtier, mens danskerne bruger mindre og mindre tid på madlavning. På den måde er det ikke en ny tendens.

Alligevel synes Sanne Vinther, at det her er anderledes.

”De her unge mangler helt basale kundskaber inden for madlavning. Der må vi voksne træde mere til, end vi gør i dag, for at lære fra os. Det er os, der sidder med en af nøglerne til børns sundhed og trivsel i fremtiden. Derfor viser disse tal et problem,” siger hun. At de unge ikke kun er mindre i køkkenet, men også mangler kompetencer, bekræfter andre tal i årets rapport også.

Hvilke af følgende ting kan du selv lave uden hjælp fra dine forældre?



Kun seks ud af 10 mener selv, at de kan koge pasta.

”Pasta med ketchup er ellers ikke en svær ret. Det er godt nok overraskende,” siger Sanne Vinther.

Kun seks ud af 10 mener, at de kan koge et æg. Tre ud af 10 mener ikke selv, at de kan gøre grøntsager klar, som for eksempel at skrælle en gulerod.

”Det er jo ikke små børn, det her. De er 12-15 år og mange kan ikke klare begynderopgaver i køkkenet. Det bekræfter i hvert fald, at de børn ikke er naturligt med i køkkenet i hverdagen,” siger Sanne Vinther, der undrer sig over at børnene ikke i højere grad er blevet udfordret på området. Hverken hjemme, på fritidshjemmet eller i skolen.

Hun mener, at alle børn har lysten, nysgerrigheden og viljen til at lære. Det oplever Arla Fonden, uanset om det er på workshops eller madlejrskoler, hvor de møder de unge.

”Børnene synes, det er spændende og hyggeligt. Derfor tyder det på, at når så få laver aftensmad, så er det fordi, de ikke bliver inviteret med i køkkenet. Det er altså ikke altid børnenes fravalg,” siger hun.

Noget tyder på, at den tese er rigtig. I hvert fald svarer godt hvert andet barn, 46 procent, at de gerne vil lave mere mad derhjemme.

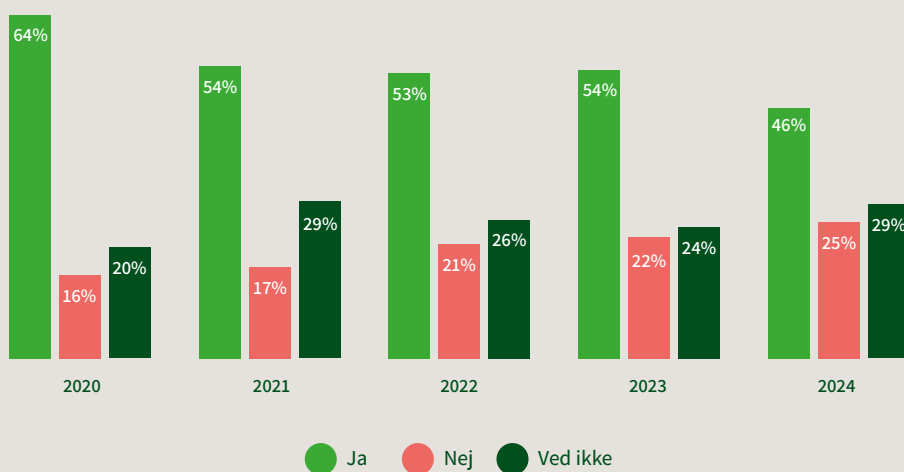
Det lyder af mange. Men der er faktisk også tale om et markant fald. For bare fire år siden ville 64 procent gerne lave mere mad.

”Hvis børnene ikke bliver inviteret med i køkkenet, og ikke er tæt på processen, så ved de jo groft sagt ikke, hvad de går glip af,” siger Sanne Vinther.

Hun mener, at børne- og ungdomslivet nu er fyldt med så mange ting og aktiviteter, at de føler sig pressede og har mindre tid. Venner, sport, lektier. Bare at spørge om de kan komme med i køkkenet, bliver ved tanken.

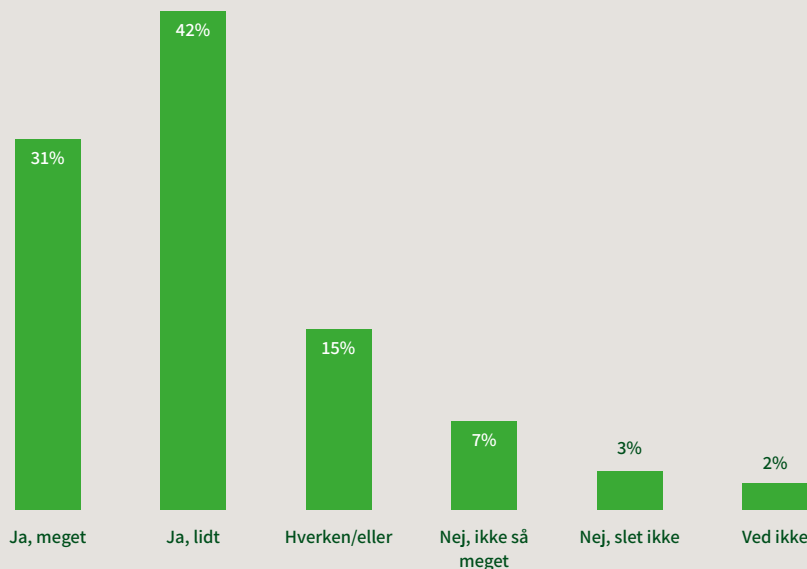
”Det er en nedadgående spiral, fordi de har færre succesoplevelser, hvor de oplever, hvor sjovt det er. Der er en risiko for, at de så i højere grad vil opleve det som en tvangsopgave,” siger Sanne Vinther.

Andelen af børn, der gerne vil mere med i køkkenet, er faldet markant på fire år, men er stadig højt



Børnene elsker stadig at lave mad – men ikke så meget som tidligere

Kan du lide at lave mad?



Der er dog stadig virkelig mange børn, der godt kan lide at lave mad. Hele syv ud af 10 svarer, at de godt kan lide det meget eller lidt.

”Det er et højt tal og et super godt udgangspunkt,” siger Sanne Vinther.

Igen er der dog tale om en vigende tendens.

For fire år siden hed tallet 83 procent. Nu hedder det 73 procent.

”Mon ikke, at det kan hænge sammen med, at børnenes forældre laver mindre mad. Så bliver det at have børnene med i køkkenet en større mundfuld. Vi ved fra Madkulturens undersøgelse, at vi bruger mindre tid i køkkenet, så der er måske ikke tid til at snitte grøntsager langsomt,” siger Sanne Vinther.

Hun oplever igen og igen gennem 10 år med Madlejr®, at børnene har en kæmpe entusiasme og glæde ved at lave mad. Hvis de altså får lov.

I rapporten fremgår det, at de børn, der hjælper til med madlavningen, primært har to årsager til at hjælpe.

54 procent laver mad, fordi de gerne vil hjælpe deres forældre – og 55 procent, fordi de godt kan lide at lave mad.

”Der bliver skabt et billede af en generation af vrangvillige unge. Her ser vi jo, at de gerne vil hjælpe. De får så også den bonus, at de får en rolle og et ansvar derhjemme,” siger Sanne Vinther.

“

Jeg laver mad, når jeg selv har lyst. Det plejer at være så hyggeligt.

– Dreng, 13 år

Af alle huslige pligter derhjemme er der heller ingen tvivl om, hvad børnene helst vil lave: Mad.

Det gælder både i forhold til køkkentjanserne, hvor det vinder over indkøb og planlægning blandt andet. Og især i forhold til de andre opgaver i hjemmet, som at tømme opvaske-maskine eller støvsuge, der rangerer lavest af alle opgaver.

Sanne Vinther mener, at madlavning er vinderen af flere grunde.

Det appellerer til alle sanser. Og der er en belønning i enden, når familien sætter sig til bords og nyder maden, som ikke på samme måde kommer af for eksempel at lægge tøj sammen.

”At lave mad er at tage råvarer, tilberede dem med krydderier og så sker der noget magisk. Der bliver skabt velsmagende mad,” siger Sanne Vinther.

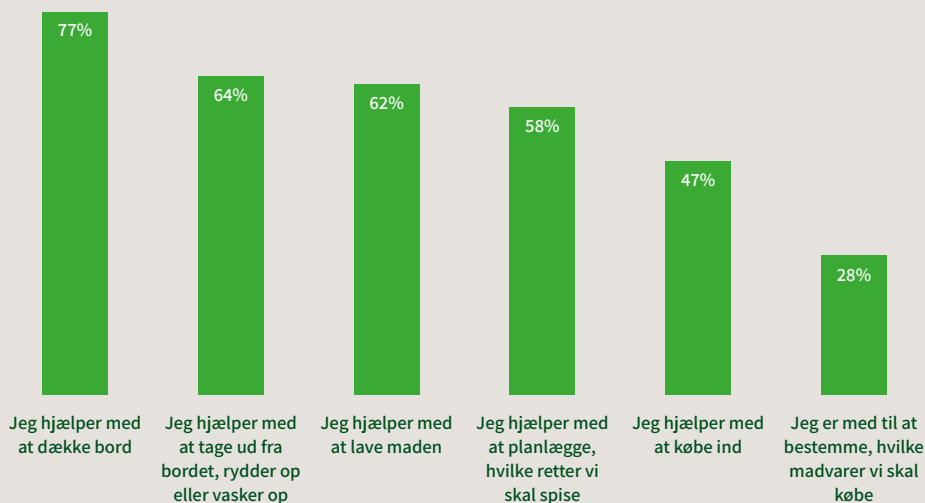
Madlavning er favoritten derhjemme

Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?

- | | | | |
|---|---|---|--|
| 1 | At lave maden | 4 | At dække bord |
| 2 | At planlægge, hvilke retter vi skal spise | 5 | At bestemme, hvilke madvarer vi køber |
| 3 | At købe ind | 6 | At tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op |

Børnene dækker mest bord

Hvordan hjælper du med madlavning derhjemme?



Paradokset er, at madlavning ikke er det, børnene laver mest af. Faktisk er det et af de mest stabile tal gennem fem års rapporter af børnenes deltagelse omkring aftensmaden. I alle fem år har mængden af børn, der dækker bord ligget på 77 eller 78 procent.

”Det er jo bare ikke spor magisk. 77 procent kan være udtryk for travle forældre, og at vi snart skal spise og så videre til sport. Og madlavning skal foregå på den hurtigste og nemmeste måde og må ikke gå galt. Men det er skidt af mange årsager. Ikke mindst fordi vi fastholder børnene i, at det, de kan finde ud af, er at dække bord. Vi giver dem ikke kompetencer til deres vej videre i livet,” siger Sanne Vinther.

Forældre sender stadig børn væk fra gryderne

Hvert femte barn, 20 procent, har oplevet at tilbyde sin hjælp med madlavningen, men har fået nej.

”Det kan være forståeligt i en travl hverdag, men en teenager skal ikke have nej mange gange, før de holder op med at spørge. Husk at man godt kan få en mindre rolle i selve madlavningen, og at det også kan være med til at børnene tilegner sig kompetencer,” siger Sanne Vinther.

Hvordan hiver vi dem i køkkenet?

De børn, der ikke er så meget for at lave mad, kan motiveres på forskellige måder. Det fortæller de selv. 45 procent vil gerne have, at det er hyggeligt, når der skal laves mad, og 43 procent vil gerne selv vælge, hvad der skal laves. 35 procent motiveres af, at de så slipper for at rydde op og vaske op.

”Når børnene vælger ’hygge’, tror jeg, de mener, at de bliver lyttet til og at samtalen er anderledes. At der bliver givet plads og hersker en rolig fornemmelse af god tid. Det er fornemmelsen af tid og nærvær, som børnene vælger til. De elsker den måde at være sammen på,” siger Sanne Vinther.

“

Jeg ville lave mere mad, hvis jeg kunne lave det med min far (og resten af familien) og vi hører musik og kender retten.

– Pige 13 år

Samtidig vil de gerne have indflydelse på, hvad der foregår. Et barn, der har været med til at bestemme, at aftensmaden i dag er lasagne, er også mere engageret i madlavningen, mener Sanne Vinther.

Hvert tredje barn synes også, at det ville være motiverende at få en belønning for hjælpen – f.eks. lommepenge.

”Ha, ja. Det kan måske være et sted at begynde, når det hele skal kickstartes,” siger Sanne Vinther.

Smuldrer med kæmpe fart

Sanne Vinther fortæller, at hun oplevede en far på en af Arla Fondens Madspildsskoler, der fortalte, at han havde lært, at hans børn sagtens kunne selv, når de fik lov.

”Det kan de nemlig godt. Og derfor er jeg så ked af årets tal, der viser styrtdykket i børnenes deltagelse i madlavningen. Vi giver børnene et fattigere liv, og en dårligere mulighed for et godt voksenliv med sundhed og bæredygtighed. Det kan ikke løses i morgen, men vi skal prøve,” siger Sanne Vinther.

Arla Fondens fundats sikrer, at fonden arbejder mod at skabe madglæde og bæredygtige madvaner til den næste generation.

”Alle mennesker kommer i situationer, hvor de skal lave mad. Alle har ret til at få de kompetencer. Vi kommer aldrig til at lære alle børn det, men det eneste rigtige er at have ambitionen,” siger hun.

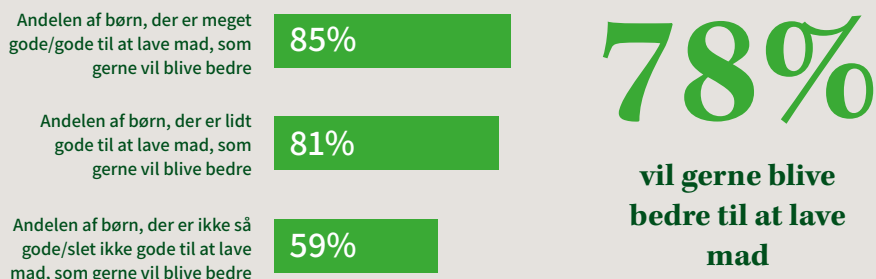
”Vi skal støtte forældrene i at turde at tage deres børn med ind i køkkenet. Alle, der har indflydelse på børns madvaner, skal arbejde sammen. Forældre, institutioner, myndigheder, styrelser, fritidslivet. 360 grader rundt. For det er tydeligt, at ingen kan ændre den her tendens alene,” siger Sanne Vinther.

”

Kapitel 2: Mod på mad

Otte ud af 10 børn ønsker at blive bedre til at lave mad

Jo mere børnene kan, jo mere ønsker de at lære



Otte ud af 10 danske børn vil gerne blive bedre til at lave mad. Det er et af de positive tal i årets Børn, Unge og Mad-rapport, der vidner om et stort engagement og ønske fra børnene om at blive dygtigere i køkkenet.

Og noget tyder på, at mere vil have mere. For tallene viser også, at jo mere børnene i forvejen kan i køkkenet, jo mere vil de gerne lære. For det er de dygtigste børn, der allermest ønsker at blive bedre til at jonglere pletter og pander.

Hele 85 procent af de børn, der vurderer, at de er 'meget gode' eller 'gode' til at lave mad, vil gerne blive bedre.

Ifølge Sanne Vinther, direktør i Arla Fonden, er det ikke så overraskende, som det måske umiddelbart lyder, at de bedste vil blive endnu bedre.

"Hvis du har prøvet at lave mad, så har du fundet ud af, hvor fedt det er. Og så har du sikkert også oplevet succes med det," siger Sanne Vinther.

Blandt de børn, der vurderer sig selv til at være 'ikke så gode' eller 'slet ikke gode', er det kun 59 procent, der ønsker at blive bedre.

“

*Det er vigtigt for mig at lære at lave mad, fordi jeg elsker mad.
Det er det bedste*

– Dreng, 12 år

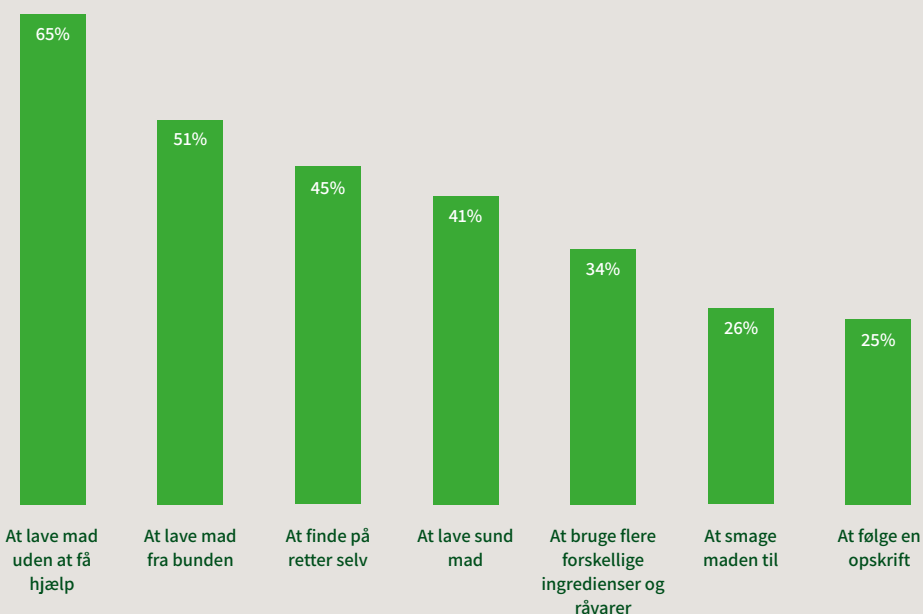
”59 procent er også højt. Børn synes, det er sejt og positivt at kunne lave mad. Uanset om de selv kan eller ej,” siger Sanne Vinther.

En af grundene kan være, at præmien ved at lave mad kommer så hurtigt efter indsatsen. Præmien får du, når du sætter dig og spiser maden. Så hurtig en ’præmie’ får du sjældent i skolen, på fodboldbanen eller andre steder, hvor der skal arbejdes hårdt for at nå et mål.

At 85 procent af børnene gerne vil blive bedre til at lave mad, er et markant tal. For ingen andre steder i rapporten, ser vi børnene være så enige om noget som helst.

Børnene vil især gerne blive bedre til at være mere selvstændige i køkkenet

Hvad kunne du godt tænke dig at blive bedre til?



Madlavning er et frirum

Af årets undersøgelse fremgår også, at 65 procent af børnene godt kunne tænke sig at blive mere selvstændige i køkkenet.

Det vidner ifølge Sanne Vinther om, at børnene godt ved, at det kan give dem stolthed og selvstændighed at lave mad.

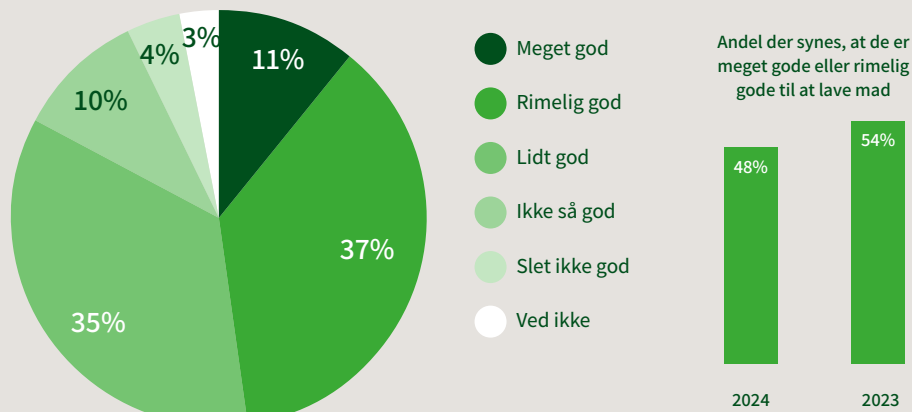
Hun mener også, at madlavningen appellerer på andre områder.

”Udover at de synes, det er sjovt, så tror jeg, at de får et frirum, hvor andet bliver lukket ude. Madlavning er så konkret. Det tiltaler børn, ligesom det tiltaler mange voksne,” siger Sanne Vinther.

”Alle sanser aktiveres, når du lugter, smager, mærker og producerer noget fysisk. Med en konkret belønning i sidste ende,” siger hun.

Børnenes madlavningsselvtilid er høj, men er faldet

Hvor god synes du selv, at du er til at lave mad?



Selvom børnene gerne vil blive endnu bedre, så ligger de ifølge dem selv ret lunt i svinget i forhold til vurderingen af egne evner. 48 procent synes, at de er 'meget gode' eller 'rimelig gode' til at lave mad.

Det er et fald fra 54 procent sidste år, men dog stadig højt i forhold til, at færre og færre børn laver mad.

"Det er 2024-rapportens mest positive resultater, vi har her," siger Sanne Vinther. Hun mener, at det er altafgørende, at børn forbinder det med positive oplevelser at lave mad, så de ikke er bange for at kaste sig ud i det. Madlavningsselvtilid genererer mere lyst til madlavning.

"Der er måske lidt Pippi Langstrømpe over det, fordi alle børnene næppe vil kunne stege et stykke fisk til perfektion eller knække asparges korrekt. Men de tror på, de kan, og det er med til at skabe positiv forandring. Der er så mange tal at være foruroliget over i årets undersøgelse, så jeg tillader mig at være endog rigtig glad for dette. For det giver os håb for fremtiden," siger Sanne Vinther.

Familien kan få børn i køkkenet

Men en ting er selvtillid. Noget andet er at konvertere det til kompetencer.

I årets rapport er børnene også blevet spurgt, hvad der kunne hjælpe dem til at blive bedre til at lave mad.

Som det er set i tidligere års rapporter, så er familien helt central i den forbindelse. 52 procent svarer, at de gerne vil lave mere mad med familien.

41 procent svarer, at de gerne vil lave mere mad i skolen. Og 36 procent tror, at de vil blive bedre til at lave mad, hvis de lavede mere mad sammen med venner.

“

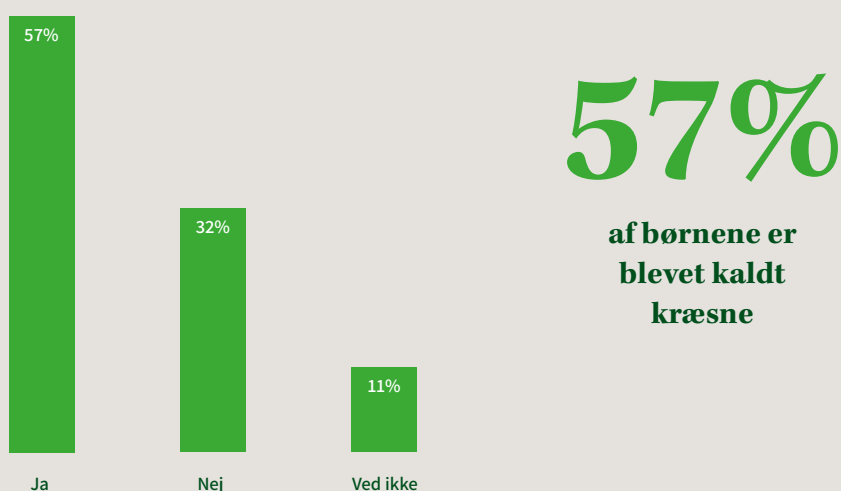
*Jeg hjælper med at lave mad,
fordi jeg så er sammen med mine
forældre*

– Dreng, 13 år

”Madlavning handler om andet og mere end det, der er i gryden. Når du laver mad med andre, så opstår der ofte samtaler. Også om svære ting. Det er nærvær. Mange børn og unge slås med deres trivsel, men de oplever, at her skabes et rum for noget, som vi går og savner i hverdagen, og som deres mobil ikke kan give dem,” siger Sanne Vinther.

Seks ud af 10 er blevet kaldt kræsne

Er du nogensinde blevet kaldt kræsen?



”Du er kræsen!”

De ord er blevet brugt titusindvis af gange i de danske hjem. I hvert fald hvis vi spørger børn og unge.

57 procent af dem er blevet kaldt kræsne. Det svarer til knap seks ud 10.

Tallet har gennem de fem rapporter, som Arla Fonden har lavet gennem de sidste fem år, ligget stabilt på 55-58 procent.

Men giver det mening, at seks ud af 10 børn er så vrangvillige overfor mad?

”Nej,” siger Sanne Vinther.

Hun mener, at der er blevet skabt en uheldig kultur, hvor voksne mener, de har lov til at kommentere på børnenes madvaner, når der er noget, børnene ikke kan lide.

At den tolkning er rigtig, kan understøttes af en tidligere rapport. Tilbage i 2022 spurgte Arla Fonden danske forældre, om de mente, at deres barn var kræsnet. 31 procent af dem svarede ”Ja”.

Tallet 31 procent er altså markant lavere end de 57 procent af børn og unge, der rent faktisk er blevet kaldt kræsne. Men det er dog stadig et højt tal.

”Hverken 57 procent eller 31 procent af børnene er kræsne. Det handler om noget andet,” siger Sanne Vinther.

Hun har talt med mange forældre, der er blevet skuffede, hvis de har brugt tid på indkøb og madlavning for så at møde et barn, der ikke vil smage på retten.

“

Hvis jeg bliver kaldt kræsne, så driller jeg mine forældre ved ikke at spise maden. Så kan de se, at det er mit liv og ikke deres

– Pige, 13 år

”Her bør forældrene i stedet tage en dyb indånding. Når barnet ikke reagerer positivt på nye smage og ny mad, er det ikke udtryk for, at det er kræsnet. Det er naturligt at være forbeholden over for ny mad. Det ligger i arven fra tiden på savannen, hvor mennesket skulle være forsigtigt med at spise ukendte råvarer,” siger Sanne Vinther.

Et mindre fokus på, hvad børnene spiser eller ikke spiser, vil få dem til at spise mere, mener Sanne Vinther.

En af de drenge, der har svaret på årets undersøgelse, giver hende ret og skriver direkte i besvarelsen:

’Hvis mine forældre siger, at jeg skal, så smager jeg ikke!’.

Sanne Vinther er stadig forundret over det høje antal, der kalder deres børn for kræsne. For hvad vil forældrene opnå?

”Hvis du tror, at barnet bliver motiveret til at spise mere broccoli på den måde, så tager du fejl,” siger hun.

45 procent kaldt kræsne den seneste måned

Mange børn bliver jævnlige kaldt kræsne. I hvert fald fortæller 21 procent af de unge, at de er blevet kaldt kræsne den seneste uge. Yderligere 24 procent, at det er sket indenfor den seneste måned.

”Jo mere vi siger ’SPIS’, jo mere skubber vi i den modsatte retning. Hvis vi vil have, at børnene er mere åbne, så hjælper det ikke at blive kaldt kræsne. Vi giver børnene et billede af deres eget madmod, som ikke stemmer overens med, hvad de selv oplever,” siger Sanne Vinther.

Børn synes ikke selv, at de er kræsne

Ifølge børnene selv, så tager forældrene fejl. Børnene mener nemlig ikke selv, at de er så vrangvillige, som deres forældre beskylder dem for.

57 procent af børnene er blevet kaldt kræsne. Men kun 23 procent af børnene ser sig selv som kræsne.

Det er langt under halvdelen af de børn, der er blevet stemplet som ’kræsne’ af de voksne.

Sanne Vinther bryder sig ikke om, at 23 procent af børn vurderer sig selv som kræsne. Hun mener, at børnene har fået det selvbillede, fordi de voksne har sat den etiket på dem. Men selv hvis vi godtager de 23 procent som mindre madmodige, er der jo kæmpe forskel på, hvordan børnene ser på sig selv, og hvordan de voksne gør det.

”Og det er virkelig ærgerligt og fremmer ikke noget som helst. Overhovedet,” siger hun.

Sanne Vinther er ærgerlig over den konflikt mellem børn og forældre.

”Forældre skal understøtte den nysgerrighed, som børnene selv siger, at de har. En nysgerrighed, som jeg også konstant oplever, når jeg besøger Madlejr®, hvor Arla Fonden har haft 11.000 elever igennem på madlejrskole. Her har børnene en naturlig nysgerrighed og kæmpe lyst til at smage ny mad,” siger Sanne Vinther.

De børn, der er blevet kaldt kræsne, er også blevet spurgt, hvordan de reagerer, når de bliver kaldt kræsne. Hver anden smager på maden for at vise, at de prøver. Men det er ifølge Sanne Vinther ikke til stor gavn.

”De smager på det meget vrangvilligt. Men i virkeligheden smager de næppe på det for alvor. Er det positivt? Det flytter i hvert fald ikke på børnenes madmod,” siger Sanne Vinther.

“

*Jeg smager gerne på ny mad.
Det kan jo være, det bliver min
nye livret.*

– Dreng, 13 år

Hun foreslår, at forældre i stedet spørger ind til, hvorfor børnene ikke vil smage. Måske har de dårlige erfaringer med 'asparges'. Måske er der blandet noget i maden, de ikke kan lide.

"Hvis de kan lide karry, kan du måske hælde karry over broccolien. Eller feta eller ketchup. Hvorfor ikke? Prøv at være nysgerrig. Hold fokus på, at de godt kan lide 80 procent af det, der er på bordet. Der er mange veje til at hjælpe børnene med at udvikle deres madmod," siger Sanne Vinther.

Forældre bliver unuancerede

Hvert andet barn siger selv, at de godt kan lide at smage ny mad. Alligevel har hver tredje forælder tidligere sagt i Børn, Unge og Mad-rapporten, at de har decideret kræsne børn.

"Jeg tror mest på børnene. Forældrenes ønsker, at deres børn skal kunne spise sundt og varieret og kunne begå sig socialt. Det kan tyde på, at forældrene tror, at udskamning medfører noget godt. Men forældrene bliver unuancerede. De glemmer alt det, som børnene rent faktisk spiser," siger Sanne Vinther.

Der er også sammenhæng mellem at kunne lide at lave mad, og så have lyst til at smage på ny mad.

Ud af børn, der godt kan lide at lave mad, svarer 64 procent, at de kan lide at smage på ny mad. Ud af børn, der ikke kan lide at lave mad, svarer kun 31 procent, at de kan lide at smage ny mad.

Især madens duft og udseende kan stå i vejen for, at børn smager

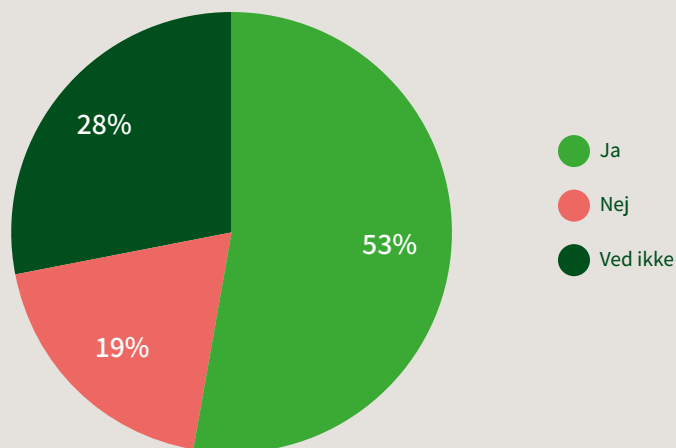
Det er især madens duft og udseende, der kan være årsag til, at børn vrænger på næsen af ny mad. Det viser årets tal.

Her er især lugten en stor gamechanger. Det svarer 58 procent af børnene. Det kan for eksempel være udfordrende for børnene med forarbejdet kål eller kogt broccoli.

"Hvis jeg bare lugtede til broccoli, så ville jeg heller ikke spise det. Men nu ved jeg jo, at jeg godt kan lide det, så jeg er over den hurdle," siger Sanne Vinther.

Broccoli kan også laves i ovn. Så lugter broccolien pludseligt helt anderledes, og måske kan det give mere lyst til at smage den.

Mere end hver anden vil gerne smage på ny mad



”Ud af børnenes svar, så ser vi alle tænkelige muligheder for at gå i dialog og finde ud af, hvordan forældre kan få børnene til at smage på mere ny mad,” siger Sanne Vinther.

49 procent af børnene svarer, at udseendet kan få dem til at undlade at smage.

At mange af børnene dog dybest set gerne vil smage, er der ingen tvivl om. I hvert fald siger 53 procent af børnene ’ja’ til, at de gerne vil smage på mere ny mad derhjemme.

Kun 19 procent siger ’nej’.

”Vi voksne skal blive bedre til at spørge ind og bedre til at sige ’pyt’, siger Sanne Vinther.

Hun mener, at vejen til at spise varieret er, at børnene bliver trygge ved flere råvarer og forskellige retter.

”Det kommer, hvis vi giver maden og smag et positivt fokus, når børnene deltager åbent og nysgerrigt,” siger Sanne Vinther.

21 procent af børnene siger, at de ikke vil smage på maden, hvis andre siger, at de skal.

”Tvang er ikke vejen frem. Det er nysgerrighed til gengæld,” siger Sanne Vinther.



Kapitel 3: Måltidsmønstre

En tredjedel af alle børn spiser mindst tre mellemmåltider dagligt

Flere snacks og færre hovedmåltider. De unges spisevaner går i en retning, der går ud over sundhed og fællesskab

Inden frokost spiser de måske et par kiks. Så er det måske et stykke pizza efter skole. Så lige et par gulerødder før sport. Og lidt yoghurt før aftensmaden, fordi de er sultne efter sport.

31 procent af danske børn spiser mindst tre mellemmåltider om dagen. Det svarer til hvert tredje barn.

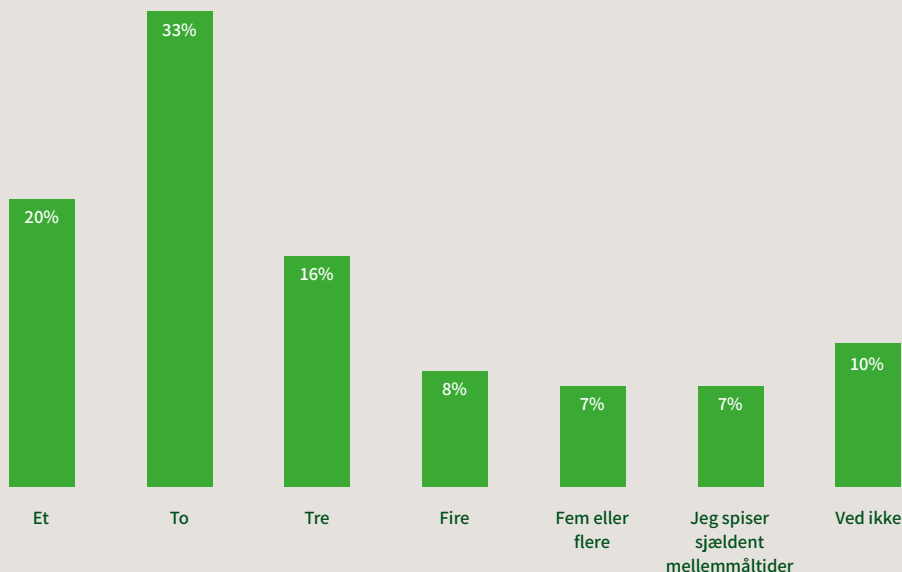
Det bliver til meget mad, og ifølge børnene selv spiser de typisk alt fra kiks til boller, gulerødder, chips, slik, pølsehorn, yoghurt, toast og meget mere. Vel at mærke uden for de tre hovedmåltider.

Det fremgår klart af årets Børn, Unge og Mad-rapport, hvor Arla Fonden for første gang har spurgt ind til mellemmåltider og børn og unges forbrug af snacks.

Af tallene fremgår det også, at knap hvert tiende barn er oppe på mindst fem gange ekstra spisning. Hver dag.

Yderligere en tredjedel af børnene, 33 procent, spiser mellemmåltider to gange dagligt.

Hvor mange mellemmåltider spiser du typisk i løbet af en almindelig hverdag? Fx kiks, yoghurt eller myslibar



Tallene viser altså, at to tredjedele af danske børn og unge spiser mindst to gange uden for hovedmåltiderne hver dag.

”Jeg vidste godt, at unge ofte snacker og nogle gange flere gange om dagen. Men det er alligevel meget overraskende at se omfanget,” siger Sanne Vinther, direktør i Arla Fonden.

Hun bliver suppleret af Natasha Selberg, der er ernæringsfaglig chefkonsulent hos Hjerteforeningen.

Hun er ansvarlig for Hjerteforeningens indsatser omkring mad og måltider og har særligt fokus på, hvordan vi beskytter børn og unge overfor et usundt madmiljø. Hun er dykket ned i, hvordan vi kan støtte op om at få etableret sunde mad- og måltidsvaner.

”Når man ser på tallene her i rapporten, så understreger det, at den traditionelle måltidsstruktur med tre hovedmåltider er i opbrud. Vi er på vej mod en kultur, hvor der er mere fokus på snacking end reelle måltider,” siger Natasha Selberg.

Det er første gang, at hun ser disse tal for den målgruppe, men er alligevel ikke så overrasket. ”Jeg tror egentlig, at tallet for hvor mange gange, børnene spiser udover hovedmåltiderne, er endnu højere end vi ser i rapporten. Børnene er blevet spurgt til mellemmåltider og tænker måske ikke på den hurtige kanelgiffel, de lige snupede fra skabet, eller myslibaren på vej til sport, som et mellemmåltid,” siger Natasha Selberg.

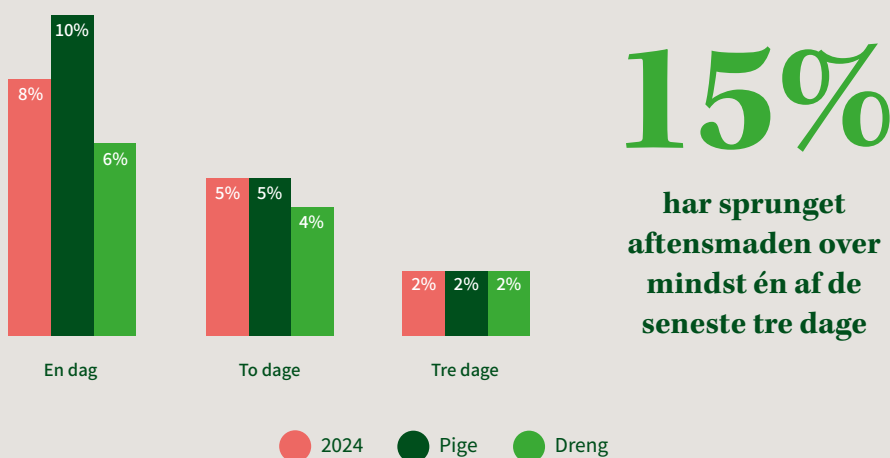
Sanne Vinther ønsker på baggrund af tallene, at der bliver sat et langt større fokus på mellemmåltidernes rolle i børnenes hverdag, fordi de er blevet så stor en del af børnenes samlede indtag og dermed også en stor del af børnenes madkultur.

En måltidskultur, der vel at mærke ikke har samme fokus på sundhed og fællesskab, som de store hovedmåltider har.

Det vender vi tilbage til.

Børn springer hovedmåltider over

Hvis du tænker på de seneste tre dage, hvor mange dage har du så ikke spist aftensmad?



I rapporten har Arla Fonden spurgt, hvor mange af de seneste tre dage, de unge ikke har spist aftensmad. 81 procent svarer, at de har spist aftensmad alle tre dage. Et højt tal. Men samtidig svarer 15 procent, at de ikke har spist aftensmad mindst én af dagene.

Det svarer til, at knapt hvert sjette barn ikke har spist aftensmad én af de foregående tre dage. "I et børne- og ungdomsliv kan du altså ikke undvære det måltid," siger Sanne Vinther.

Natasha Selberg mener også, at det er meget bekymrende, at der er flere unge, der springer hovedmåltider over.

"Det er børn helt ned til 11-årsalderen, der i stigende grad springer hovedmåltiderne over. Til gengæld spiser de hyppigere slik, kage, sodavand, pizza og pommes frites i stedet i løbet af dagen," siger Natasha Selberg.

Hun mener, at både denne og andre rapporter viser, at når børnene erstatter de traditionelle måltider, går de glip af de mere solide og næringsrige hovedmåltider hvor frugt, grønt og fuldkorn typisk fylder mere.

“

*I går spiste jeg mest slik,
fordi det er december*

– Pige, 12 år

"Hvis de måltider overtages af mindre og hyppigere mellemmåltider, der ofte er mere sukkerholdige og fede, så udfordrer det både deres sult og deres sundhed," siger Natasha Selberg. Ifølge hende indtager børn og unge op til fem gange mere af den type fødevarer end anbefalet.

Det giver både ernæringsmæssige udfordringer og udfordringer i forhold til koncentration og energi. Men det er ikke det eneste minus.

For når vi spiser mindre sammen, er der også færre muligheder for at lære madkompetencer, som vi kan tage med os videre i livet. For ikke at tale om de sociale kompetencer, der følger med, når vi laver og spiser mad sammen.

"Børnene får meget ud af fællesskabet omkring maden, hvor familien mødes om madlavningen og måltidet. De deler oplevelser og taler dagligdagen igennem. Det er alvorligt, hvis vi fjerner de muligheder, vi har for at knytte familien tættere sammen," siger Sanne Vinther.

Hvorfor springer de aftensmaden over?

Hvert andet barn, der har sprunget et aftensmåltid over, svarer at det i høj grad er manglende sult, der er årsagen. Det svarer 55 procent. Det gør manglende sult til den årsag, som suverænt flest har valgt. 26 procent svarer 'manglende tid'.

"Hvis sunde børn og unge ikke er sultne ved aftensmadstid, så er der noget galt. Alt tyder på, at mellemmåltiderne skubber til hovedmåltiderne," siger Sanne Vinther.

Der er 17 procent af de adspurgte piger, der har sprunget aftensmaden over, og 12 procent af drengene.

Natasha Selberg genkender tendensen.

”Et regelmæssigt måltidsmønster er med til at sikre, at børnene lettere undgår hyppig snacking. Hvis de går og småspiser hele dagen, så når den naturlige sult aldrig at indfinde sig. Det bliver en ond cirkel, hvor de hurtigere, kalorierige og næringsfattige snacks overtager de rigtige og sundere måltider,” siger hun.

Men det er ikke kun aftensmaden, der bliver sprunget over af de unge.

Endnu værre ser det ud med frokosten.

Dobbelt så mange har sprunget en frokost over som en aftensmad. Hver tredje har sprunget frokosten over mindst én af de seneste tre dage.

”Det kan siges kort: Det er alt for mange,” siger Sanne Vinther.

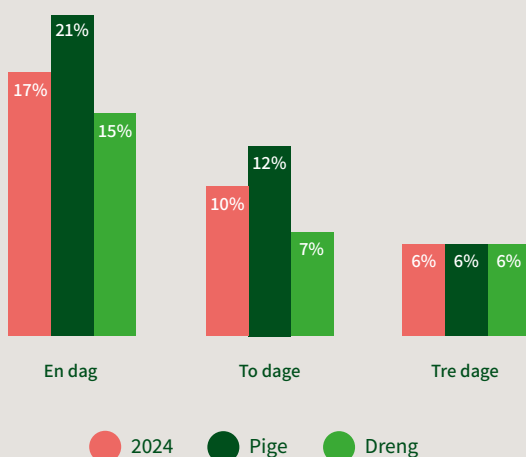
Natasha Selberg er enig.

”Det er virkelig et højt tal. Hold da op. Det ser ud til at udviklingen går den helt forkerte vej, når vi sammenligner med tidligere undersøgelser,” siger hun.

Hverken Sanne Vinther eller Natasha Selberg er overraskede over tendensen, selvom de begge ærgres sig. Det peger nemlig ind i en bekymring, som allerede eksisterer omkring måltiderne i skolerne, hvor der er udfordringer med at prioritere frokosttiden.

Flere end tre ud af 10 har sprunget frokost over en af de seneste tre dage

Hvis du tænker på de seneste tre dage, hvor mange dage har du så ikke spist frokost/madpakke?



33%

har sprunget frokosten over mindst en af de seneste tre dage

“

Hvad var årsagen til, at du ikke spiste frokost?

Jeg er kommet ind i en dårlig vane og ja ved ik hvorfor

– Pige, 13 år

Ifølge Sanne Vinther er der ingen tvivl om, at mellemmåltider spiller ind på den lave interesse for frokosten.

Hvis eleven allerede har spist lidt inden frokosten, er hun måske ikke så sulten. Så hvis kammeraterne spørger, om hun vil spille fodbold i frikvarteret, opleves madpakken pludselig som mindre vigtig.

”Vi ved, at ro og plads til frokosten i skoletiden er udfordret. Langt de fleste steder er der ingen voksen til stede, og det sender et signal til børnene om, at det ikke er en prioriteret aktivitet at spise frokost – at det ikke er vigtigt,” siger Sanne Vinther.

Hun mener, det er ødelæggende i forhold til at få en god tradition omkring frokost, og det har ifølge Sanne Vinther også indvirkning på evnen til at koncentrere sig, hvis man er sulten.

Derudover betyder det, at mange børn kommer sultne hjem, og så er det oplagt at tage et mellemmåltid. Hvilket så igen betyder, at sulten måske ikke er til stede til aftensmaden.

Natasha Selberg understreger, at det er en uheldig udvikling.

”Vi skubber et måltid ud, som ofte har fx rugbrød og grønt som omdrejningspunkt. Det giver en masse fuldkorn og er med til at holde dem mætte over dagen og giver vigtige vitaminer og næringsstoffer. Så enten får de unge så ikke noget at spise eller spiser ofte usunde alternativer,” siger hun.

Og så betyder det, at der bliver flyttet rundt på de unges sult. Det ændrer så tidspunktet for, hvornår de unge spiser, og så bliver de sultne igen om aftenen, hvor de måske spiser noget usundt igen.

“

Hvad var årsagen til,
at du ikke spiste frokost?

Jeg magtede det ikke

– Pige, 12 år

”Tendensen er, at vi får et skift fra måltider med tradition for variation til en lang række mindre måltider med stor fare for dårligere løsninger. Det skubber den samlede ernæring i en gal retning,” siger Sanne Vinther.

Seks procent af børnene har slet ikke spist frokost de seneste tre dage.

”De børn går rundt og er sultne, og de indgår ikke i et fællesskab omkring maden. De spiser sig enten mætte i snacks eller går rundt og er sultne bagefter. Det betyder noget for indlæringen, mens fællesskabet omkring maden også langsomt forsvinder,” siger Sanne Vinther.

De mange mellemmåltider får Sanne Vinther til at overveje om mellemmåltiderne også handler om en manglende evne til at behovsudsætte.

Populære snacks, som børnene selv laver



”Der er altid en figenstang og en riskiks med chokolade inden for en kort radius. Det er svært at nå at opleve en egentlig sult, hvis du snacker hele tiden. Det er ikke ernæringsmæssigt vigtigt at spise konstant. Du må godt være lidt sulten. Man kan prøve at drikke et glas vand i stedet for at spise,” siger Sanne Vinther.

Natasha Selberg er enig.

”Det er altså ikke farligt at være sulten,” siger hun.

Hun mener, at når så mange børn og unge spiser så mange mellemmåltider, er det virkelig vigtigt at få mere sundhed ind i de mellemmåltider, de unge spiser. Og samtidig undgå, at de får for meget mad, der er ’åbenlyst usundt’ og som de ikke har behov for.

”For mange pølsehorn gavner ikke folkesundheden,” siger hun.

Nogle af de små måltider er bare kulhydrater med for meget fedt, sukker og salt.

”Nogle spiser selvfølgelig en grøntsagsstav, men de færreste går hjem fra skole og spiser broccoli,” siger Sanne Vinther.

I spørgeskemaet har godt 450 børn svaret på, hvad de spiser, når de selv laver mellemmåltider. Variationen er stor, men flere end 150 af dem har svaret 'toast'. En pige på 12 år opsummerer:

'Kage, toast, blendet frugt, slik og is'.

Syv ud af 10 laver selv mellemmåltider

71 procent af de unge laver selv mellemmåltider. Og 43 procent af de unge spiser frugt og grønt, når de kaster sig over mad uden for hovedmåltiderne. Ganske positive tal.

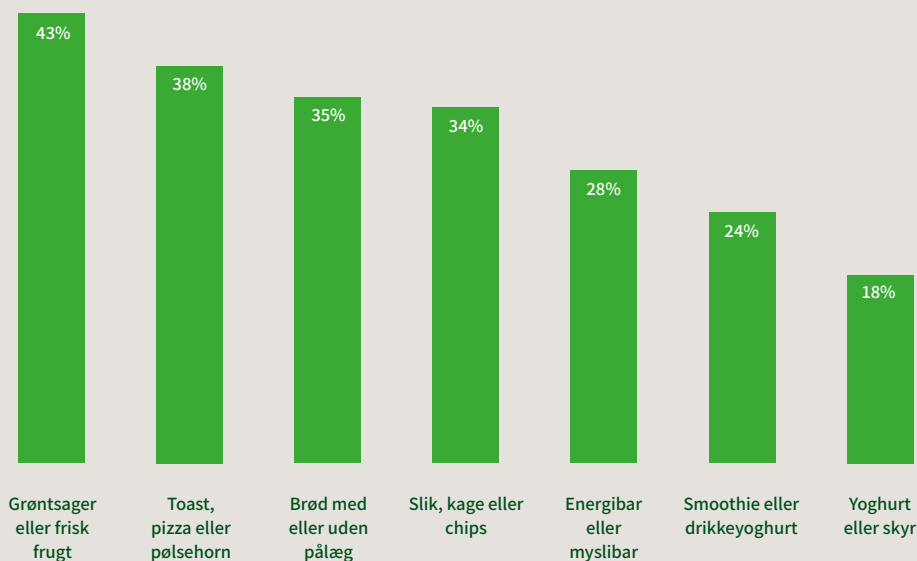
Men læser vi videre i tallene, så viser det sig også, at 34 procent spiser chips, slik eller kage.

”Det er jo nemmere at spise slik, kager og chips. Du skal ikke forarbejde maden selv. Bare åbne emballagen. Jeg synes, at der ligger en opgave for os i at hjælpe dem i køkkenet med at vende snacking til noget positivt. Få dem til at lave en sundere toast, en wrap eller en smoothie,” siger Sanne Vinther.

Drengene halter bagefter i forhold til sundhed i mellemmåltider. 56 procent af pigerne spiser frugt og grønt som snack. Det gør kun 32 procent af drengene.

Mere end hvert tredje barn spiser slik, kage og chips som mellemmåltid i hverdagen

Hvad spiser du oftest, når du får en snack eller et mellemmåltid i løbet af hverdagen?



Hvert andet barn får ingen frugt og grønt til daglig

Børnene spiser i det hele taget for lidt frugt og grønt. Kun 54 procent svarer, at de har spist frugt og grønt dagen før. I Skolebørnsundersøgelsen 2022 fremgik det, at 54 procent af de 11-15 årige ikke spiser frugt eller grønt hver dag.

Hvert andet barn spiser altså ikke frugt og grønt til daglig.

”Så er der langt til de anbefalede mængder af frugt og grønt,” siger Sanne Vinther.

Det er første gang, at Arla Fonden dykker ned i området omkring mellemmåltider. Det har fået Sanne Vinther til at beslutte, at det er et område, som både hun og Arla Fonden skal have opmærksomhed på fremover.

”Da vi danskere grundlæggende får det meste frugt og grønt via hovedmåltider, så det er sandsynligvis en del af forklaringen på, at halvdelen af de unge slet ikke spiser frugt og grønt,” siger Sanne Vinther.

Hun mener derfor, at der generelt skal være et større fokus på mellemmåltiderne og på de unge, der spiser mange mellemmåltider.

”Vi skal hjælpe med sunde vaner. Når de udfordres, må vi forsøge at påvirke de unge i en bedre retning, så de tager sunde vaner med sig ind i voksenlivet,” siger Sanne Vinther.

Natasha Selberg mener, at når den faste måltidsstruktur, vi har haft i Danmark i årtier, er under pres, betyder det også, at vi i Danmark skal have fokus på sundere løsninger i de mindre måltider for at gøre det nemmere at tage de sunde madvalg.

”Vi har indrettet et samfund, der gør det svært at spise sundt og ikke overspise – også for vores børn og unge. Vi har i højere grad adgang til de hurtige løsninger, som vi lige kan fange i butikken rundt om hjørnet. De usunde fødevarer fylder generelt meget i børn og unges madmiljø,” siger hun.

Og det går ikke kun ud over koncentrationsevnen, fællesskabet omkring maden og læring om gode madvaner. Det går også ud over ernæringen og sundheden.

Tal fra Den Nationale Sundhedsprofil 2021 viser, at 52,6 % af den voksne befolkning i Danmark er overvægtige. For børn og unge gælder det mellem 10 og 25 procent af alle mellem fire og 18 år.

”Hvis udviklingen forsætter som nu, så viser fremskrivninger, at det tal stiger stejlt fremover,” siger Natasha Selberg.

“

Hvad laver du oftest til mellemmåltid?

Tjah, jeg fylder en chipsskål

– Dreng, 13 år

Det skal være nemt og billigt at købe sunde fødevarer

Natasha Selberg ønsker, at vi i Danmark ser på det overordnede madmiljø.

”Vi skal have et samfund, der støtter op om de sunde mad- og måltidvaner og ikke det modsatte. Det skal være nemt og billigt at købe de sunde fødevarer. Den slags betyder meget i forhold til at springe en frokost over. De unge henter noget på tanken og påvirkes også, når de for eksempel ser en snack-reklame på Instagram og får lyst til det,” siger hun.

Det er ikke en enkel opgave at gøre op med. Der skal mange initiativer til over lang tid. Men vaner kan ændres i hjemmene. En af måderne er at holde fast i rammerne for måltiderne. Og at give nem adgang til de sunde madvarer i hjemmet, mener hun.

”Vi som forældre har ansvar for, at der bliver tilbudt gode måltider derhjemme og sikre, at der bliver tilbudt en god madpakke. Der skal også være nem adgang til sunde madvarer i hjemmet til mellemmåltiderne,” siger Natasha Selberg.

Så mener hun, at der er mindre sandsynlighed for, at ens børn falder i de usunde fælder, når sulten melder sig. Strukturer og rammer omkring måltiderne ændrer sig, men i hjemmet kan man godt holde fast i sundheden.

”Det handler jo meget om at få etableret de sunde mad- og måltidvaner hos børn og unge. De sunde vaner grundlægges nemlig i barndommen og tages med videre i voksenlivet. Det har derfor stor betydning for deres sundhed senere i livet,” siger hun.

Sanne Vinther bakker op. Arla Fonden arbejder på at give børn og unge sunde madvaner.

”Vi understøtter, at de unge selv kan lave sunde alternativer til chips og hapsdogs. Måske er det ikke børnenes drøm at få fuldkornsmel i pølsehornet, men det er et skridt i den rigtige retning. Lav grøntsagsstave klar, så de står i køleskabet, når de kommer hjem fra skole, og hjælp i det hele taget børnene, så det er nemmere at være sunde. Resultaterne her i rapporten understreger, at vi er nødt til at handle. Første skridt er at handle derhjemme,” siger Sanne Vinther.



Kapitel 4: Klima

Klimainteressen styrtdykker

Klima og miljø fylder mindre i børnenes bevidsthed for fjerde år i træk

Først var tallet 43. Så faldt det til 34. Så 31, 25 og i dette års Børn, Unge og Mad-rapport slår det en ny bundrekord. 20 procent af børn og unge svarer, at det er 'meget vigtigt' eller 'vigtigt', at de og deres familie gør noget for at leve miljø- og klimavenligt. Det er mere end en halvering på fire år.

Samtidig er andelen af unge, der 'slet ikke' synes, det er vigtigt, eller svarer 'ikke så vigtigt', også mere end fordoblet fra 14 procent til 31 procent.

Sagt med andre ord er klimainteressen styrtdykket siden Arla Fonden stod bag den første Børn, Unge og Mad-rapport for fire år siden.

"Vi kan godt aflyse et ungdomsoprør baseret på klimakrisen," siger Jonas Lieberkind.

Han er forsker i unges politiske engagement og er lektor og ph.d. fra Aarhus Universitet. Han har i sin forskning haft særligt fokus på unges bekymringer over klimaforandringer og har netop været medudgiver på en rapport om unges demokratiske dannelse og politiske engagement med blandt andet fokus på unges syn på klimaforandringer.

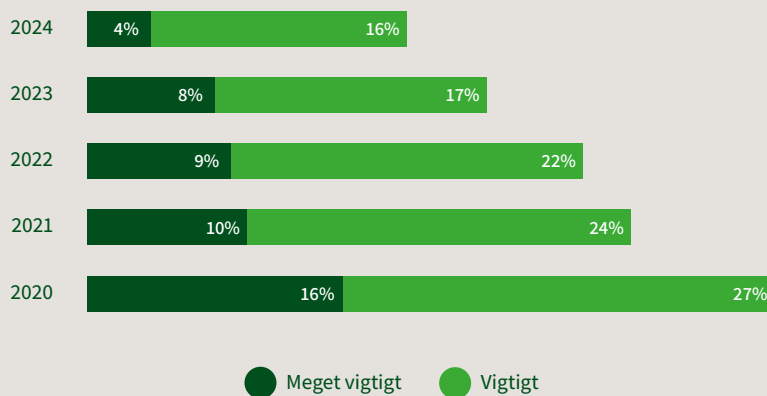
Han har derfor en stærk indsigt i udviklingen og er klar i spytet.

"Det er nok mere i medierne, end i virkeligheden, at klimarevolutionen har eksisteret," siger han.

Og så uddyber han.

Han mener, at emnet bestemt optager de unge. Måske bare ikke så meget mere end psykisk mistrivsel, økonomi, Ukraine-krig og meget andet.

Hvor vigtigt er det for dig, at du og din familie gør noget for at leve miljø- og klimavenligt?



Faktisk mener han, at normal-tilstanden i unges klimainteresse skal findes tilbage før 2018, hvor Greta Thunberg dukkede op i medier, sociale medier og diskussioner overalt i verden. Det fik interessen for klima til at stige eksplosivt. Siden er den faldet stødt og roligt.

”Det er ikke usædvanligt, at unges interesse på den måde er eventbaseret. Jeg vil faktisk sige, at klima er en trend, der har holdt længe. I dag ligger det stadig højere i målingerne, end hvis vi går tilbage til 2017,” siger Jonas Lieberkind.

Han minder om, at unge også tilbage i 1960’erne var meget optaget af miljø og forurening. Så på den måde er det ikke nyt, at unge har fokus på det grønne område.

“

Plzz prøv at lade være med at få folk til at blive vegetarer. Altså kød er bare dejligt

– Dreng, 13 år

Jonas Lieberkind vurderer, at vi blandt unge fortsat kommer til at se en vigende interesse for klimaet. Nogle grupper vil bevare interessen, mens andre vil miste den.

”Der foregår så meget andet, der er meget konkret og nemmere at forholde sig til. Så lad os se næste år,” siger han.

Unge handler i det private

I årets Børn, Unge og Mad-tal får Jonas Lieberkind bekræftet en anden tese, som han er kommet frem til i arbejdet med unges interesse i klima.

De unge er bekymrede, men handler ikke nødvendigvis så meget på det.

”Bekymringen kan godt have lidt mere enkeltsagsmæssig karakter. Klimaforandringer vedrører hele menneskeheden overlevelse, men det kan være lidt svært at forholde sig til. Så den ferie til Sydeuropa, vil de altså stadig gerne på, selvom de godt har bemærket, at vejret udenfor er vådt og varmt for årstiden,” siger han.

Han mener, at den nuværende unge-generation er pragmatisk og realistisk, hvor 1970’erne for eksempel bar mere præg af idealisme og utopi.

”Jeg vil næsten sige, at de er en smule kedelige,” siger Jonas Lieberkind.

Generationen går ifølge Jonas Lieberkind mindre på barrikaderne, end deres europæiske pendanter. Der er færre læserbreve, demonstrationer og blokader.

”På den måde har de unge i Danmark ændret deres politiske karakter. De flytter det hellere over i det private rum,” siger Jonas Lieberkind. Og han synes, at det egentlig er ganske pragmatisk.

”For hvor meget klima redder du ved at klistre dig til asfalten eller blokere et trafiklys i morgentrafikken,” spørger han.

Til gengæld har de unge tendens til at handle i det private og nære. Og det kan også rykke noget.

”Hvis 20.000 børnefamilier spiser mindre kød, fordi deres teenager påvirker forældrene, så ændrer det jo virkelig forbruget,” siger Jonas Lieberkind.

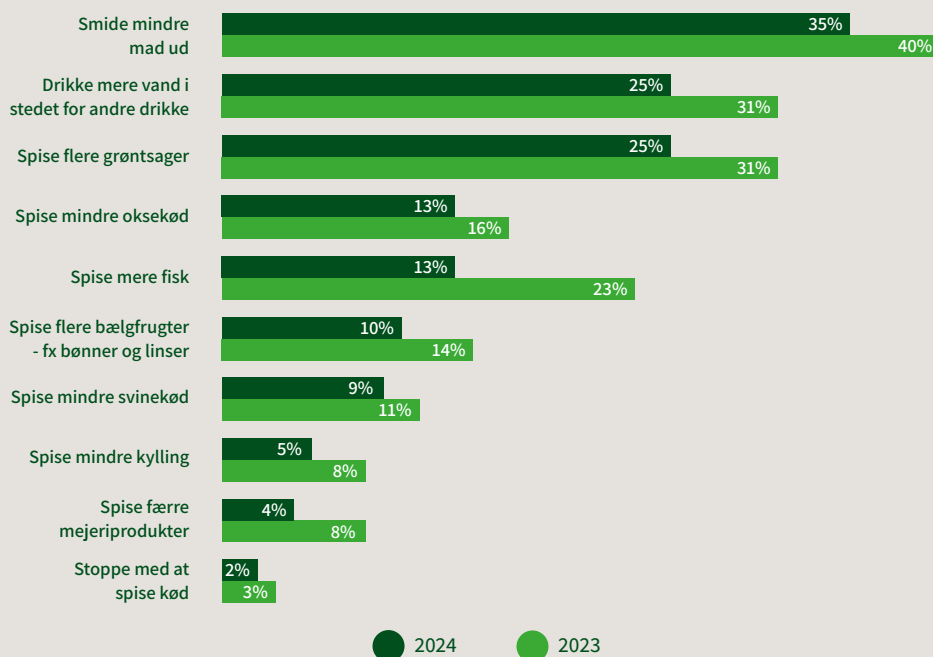
Her er udfordringen så bare, at de unge over hele linjen også har en faldende interesse på det område.

Færre unge ønsker at spise mindre kød, færre vil spise mere fisk, færre vil spise flere grøntsager.

”Ja, vi falder tilbage til et lavere niveau. Men der er stadig 35 procent af de unge, der vil smide mindre mad ud og 25 procent, der vil spise flere grøntsager. Og hvis de påvirker familien, så rykker det,” siger Jonas Lieberkind.

Børnene har færre ønsker til, hvad deres familier skal gøre for klimaet og miljøet

Vil du gerne have, at du og din familie gør nogle af følgende ting for at leve miljø- og klimavenligt?



Stor kønsforskel

I Børn, Unge og Mad-rapporten er der mange emner med tydelige forskelle mellem kønnene. Det er særlig tydeligt omkring deres holdning til klimaet.

31 procent af pigerne vil gerne have, at der bliver gjort mere hjemme for at passe på miljø og klima. 19 procent af drengene siger det samme.

43 procent af pigerne vil gerne have, at der bliver gjort mere hjemme for at smide mindre mad ud. 26 procent af drengene siger det samme.

Lignende fordeling er gennemgående i alle spørgsmål om klima.

”Det er et udtryk for en markant splittelse og måske også et udtryk for en stigende polarisering mellem kønnene,” siger Jonas Lieberkind.

“

Vil du gerne have, at du og din familie
gør mere for at leve miljø- og klimavenligt?

*Vi tænkte bare
at donere penge*

– Pige, 12 år

Han mener, at det er en spejling af, at der også foregår en polarisering mellem kønnene i ældre aldersgrupper – både dem der er få år ældre og i de voksne aldersgrupper. Her reagerer nogle mod woke-bevægelsen, MeToo med mere.

”Jeg oplever, at nogle unge drenge er trætte af MeToo, trætte af klima og lignende politiske sager,” siger Jonas Lieberkind.

Han mener, at reaktionen derfor handler mere om at skulle definere manderollen end det egentlig handler om klima. Jonas Lieberkind dækkede skolevalget, hvor 71.000 skoleelever i hele Danmark havde mulighed for at stemme. Her fik Liberal Alliance markant tilslutning. Især blandt drenge.

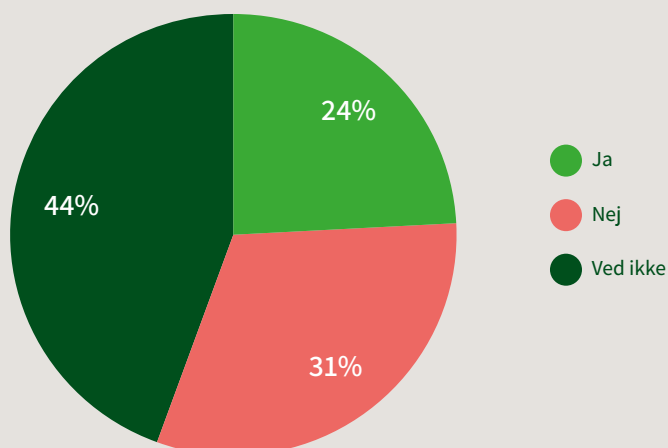
”Tidligere var de mest politisk markante unge røde. Nu er der kommet nye grupper af unge til, som markerer sig markant på højrefløjen, og som reagerer mod nogle af tidens tendenser. Det handler blandt andet om klima,” siger Jonas Lieberkind.

Færre synes, at det er meget vigtigt at leve miljø- og klimavenligt

I årets Børn, Unge og Mad-rapport fremgår det, at det kun er fire procent af de unge, der har sagt 'meget vigtigt' til, at de selv og familien gør noget for at leve miljø- og klimavenligt.

For fire år siden var det tal 16 procent.

Vil du gerne have, at I gør mere derhjemme for at passe på miljøet og klimaet, end I gør i dag?



Samtidig fremgår det, at hele 31 procent siger decideret 'nej' til, om de gerne vil have, at de derhjemme skal gøre mere for at passe på miljø og klima, end de gør i dag.

"Det er mange. Men det viser jo også polariseringen. Der vil være en gruppe af unge, der i stigende grad gerne vil kæmpe for klimaet, og samtidig en gruppe, der ikke vil være med i den klub," siger Jonas Lieberkind.

Det bekræftes også et andet sted i rapporten. Her svarer 50 procent af de unge, der undgår at spise kød, at de gør det af hensyn til klimaet. Så den engagerede gruppe findes.

Mad kan vise vej

Jonas Lieberkind er overrasket over Børn, Unge og Mad-tallenes store kønsforskelle.

Men han tænker, at der er veje til at udligne dem. Han tror på, at de vil mindskes, når børnene bliver ældre, og så tror han på, at 'mad' er et område, hvorigennem både piger og drenge kan få øget fokus på klima-problematikker.

“

Vil du gerne have, at du og din familie
gør mere for at leve miljø- og klimavenligt?

*Vi er for klima-venlige allerede.
Vi spiser kun kød 2-3 gange
om ugen*

- Dreng, 13 år

Og den idé deler Sanne Vinther.

Som direktør i Arla Fonden, der arrangerer madlejrskoler, madspildsworkshops med mere, oplever hun ingen forskelle mellem kønnene, når de unge står i køkkenet.

”Vi har meget fokus på bæredygtighed og sundhed, mens vi laver mad. Og drengene er lige så optagede af at bruge grøntsager og rester, som pigerne er,” siger Sanne Vinther.

“

Vil du gerne have, at du og din familie
gør mere for at leve miljø- og klimavenligt?

Nej

– Dreng, 12 år

Hun mener dog, at pigerne er mere optagede af at tale om, hvad effekten er af at spise flere grøntsager, eller hvor nemt det er at spise mindre kød.

Sanne Vinther mener, at med en faldende klimainteresse blandt unge, er det blevet endnu vigtigere at hjælpe dem til grundlæggende gode madkompetencer.

”De unge bliver en del af en generation, der skal spise anderledes og mere planterigt. Vi er nødt til at klæde dem på til det. At lære at se efter det, der er produceret lokalt, råvarer i sæson, bruge madrester for at begrænse madspild og lignende,” siger Sanne Vinther.

Det bliver de unge ikke klædt på til, hvis de ikke får erfaringer og udvikler madkompetencer.

Arla Fonden arbejder på at give den viden videre til børn og unge. Men Arla Fonden kan ikke gøre det alene. Sanne Vinther mener, at hvis forældre vil udfordre sig selv og børnene ved at lave mere klimavenlig mad, så har børn fremover også en ny åbenhed, selvom initiativet ikke kom fra dem selv.

”Når vi nu tilsyneladende har en generation, der ikke laver klimarevolution alligevel, så påhviler der os voksne et endnu større ansvar. Vi skal ikke tale dunder eller skælde ud over en kødlasagne, men skal inspirere dem ved at give dem positive oplevelser med at bekæmpe madspild og bruge flere grøntsager,” siger Sanne Vinther.

A

Om Børn, Unge og Mad

Det er Arla Fondens ambition at være med til at skabe viden om børns og unges maddannelse og madkompetencer. Derfor udgiver Arla Fonden hvert år rapporten Børn, Unge og Mad, hvor op mod 1000 børn spørges ind til deres erfaringer med og tanker om blandt madlavning, madmod og måltider. Ved at kigge dybt ind i børnenes tanker, vaner og erfaringer, bringer rapporten nye indsigter til arbejdet med børn og unge. Indsigterne skal bidrage til, at alle interesserede kan inspireres af børnenes tanker og anbefalinger.

Jacob Højgaard Christensen, lektor ved Danmarks Universitet for Pædagogik og Uddannelse (DPU), er konsulent på rapporten.

”Min vurdering er, at Børn, Unge og Mad 2024 leverer nye, spændende og opsigtsvækkende resultater, baseret på et grundigt overvejet undersøgelsesdesign, med de forbehold der naturligt følger af den anvendte metode,” lyder det fra Jacob.