

Børn, Unge og Mad 2024



Indhold

Om rapporten	5
Metodebeskrivelse	5
Dataindsamling	5
Spørgeramme	5
Besvarelser	5
Børn, unge og mad 2024 i et forskningsperspektiv	6
Resultater	9
Spørgsmål 1. Hjælp du til med at tilberede aftensmaden derhjemme i går? Fx snitte grøntsager, stege kød eller grøntsager	9
Spørgsmål 2. Tænkt tilbage på de sidste syv dage. Hvilke dage har du hjulpet med at tilberede aftensmaden (eller helt selv lavet den)?	9
Spørgsmål 3. Har du hjulpet med at lave mad eller selv lavet mad derhjemme i løbet af de seneste 30 dage?	9
Spørgsmål 4. Hvordan hjælper du med madlavning derhjemme?	9
Spørgsmål 5. Hvad hjalp du med, sidste gang du var med til at lave aftensmad? Du må gerne sætte flere krydser	10
Spørgsmål 6. Når du hjælper til med at lave mad derhjemme, hvordan sker det så oftest?	10
Spørgsmål 7. Har du fået nej til at hjælpe med at lave mad derhjemme, selvom du gerne ville? Fx fordi dine forældre ikke havde tid	11
Spørgsmål 8. Når du er med til at lave aftensmad, er der så bestemte retter, du godt kan lide at lave?	11
Spørgsmål 9. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? At planlægge, hvilke retter vi skal spise: ..	11
Spørgsmål 10. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?: At bestemme, hvilke madvarer vi køber	11
Spørgsmål 11. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?: At købe ind	12
Spørgsmål 12. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? At dække bord	12
Spørgsmål 13. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? At lave maden	13
Spørgsmål 14. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? At tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op	13
Spørgsmål 15. Hvorfor hjælper du med at lave mad derhjemme?	13
Spørgsmål 16. Kan du lide at lave mad?	14
Spørgsmål 17. Kan du lide at lave mad?	14
Spørgsmål 18. Hvad skulle der til for at få dig til at lave mere mad?	14
Spørgsmål 19. Hvad er årsagen til, at du ikke oftere hjælper til med at lave mad derhjemme?	15
Spørgsmål 20. Hvor vigtigt er det for dig, at du lærer at lave mad??	15
Spørgsmål 21. Hvorfor er det vigtigt for dig, at du lærer at lave mad?	15

Spørgsmål 22.	Hjælpe med at lave mad:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?	16
Spørgsmål 23.	Hjælpe med at købe ind:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?	16
Spørgsmål 24.	Hjælpe med at rydde op:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?	16
Spørgsmål 25.	Hjælpe med at vaske tøj eller lægge tøj sammen:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?	17
Spørgsmål 26.	Hjælpe med at tømme opvaskemaskine: Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?	17
Spørgsmål 27.	Hjælpe med rengøring - fx støvsuge: Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?	17
Spørgsmål 28.	Hvor god synes du selv, at du er til at lave mad?	18
Spørgsmål 29.	Vil du gerne blive bedre til at lave mad?	18
Spørgsmål 30.	Hvad kunne du godt tænke dig at blive bedre til? <i>Kun børn der gerne vil blive bedre til at lave mad, har modtaget dette spørgsmål</i>	18
Spørgsmål 31.	Hvad kunne hjælpe dig med at blive bedre til at lave mad? <i>Kun børn der gerne vil blive bedre til at lave mad, har modtaget dette spørgsmål</i>	19
Spørgsmål 32.	Hvilke af følgende ting kan du selv lave uden hjælp fra dine forældre?	19
Spørgsmål 33.	Oplever du nogle af følgende ting, når du laver mad? <i>Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål</i>	20
Spørgsmål 34.	Kan du lide at lave mad sammen med dine venner?	20
Spørgsmål 35.	Hvorfor kan du godt lide at lave mad med dine venner?.....	20
Spørgsmål 36.	Hvor enig eller uenig er du i dette udsagn: "Jeg kan godt lide at smage mad, som jeg ikke har smagt før?"	21
Spørgsmål 37.	Kunne du tænke dig at smage mere ny mad derhjemme?	21
Spørgsmål 38.	Hvad får dig til at smage på noget mad, som du ikke har smagt før?	21
Spørgsmål 39.	Hvad kan gøre, at du ikke har lyst til at smage på mad, du ikke har smagt før?.....	21
Spørgsmål 40.	Er du nogensinde blevet kaldt kræsen?	22
Spørgsmål 41.	Hvornår er du sidst blevet kaldt kræsen?	22
Spørgsmål 42.	Synes du selv, at du er kræsen?	22
Spørgsmål 43.	Forestil dig, at du bliver kaldt kræsen af dine forældre, fordi du ikke kan lide noget mad, som de serverer. Hvad gør du? <i>Kun personer, der er blevet kaldt kræsen, har modtaget dette spørgsmål</i>	23
Spørgsmål 44.	Hvis du tænker på de seneste tre dage, hvor mange dage har du så ikke spist aftensmad?	23
Spørgsmål 45.	Kan du lide sund mad? <i>Kun børn der ikke har spist aftensmad alle de tre seneste dage, har modtaget dette spørgsmål</i>	23

Spørgsmål 46.	Hvis du tænker på de seneste tre dage, hvor mange dage har du så ikke spist frokost/madpakke?	24
Spørgsmål 47.	Hvad var årsagen til, at du ikke spiste frokost/madpakke?	24
Spørgsmål 48.	Hvad spiser du oftest, når du får en snack eller et mellemmåltid i løbet af hverdagen?	24
Spørgsmål 49.	Hvor mange mellemmåltider spiser du typisk i løbet af en almindelig hverdag?	25
Spørgsmål 50.	Laver du nogle gange selv dine snacks/mellemmåltider?	25
Spørgsmål 51.	Er du nogle af følgende?	25
Spørgsmål 52.	Hvis du tænker på alt det, du spiste i går, hvilke af disse ting spiste du så?	26
Spørgsmål 53.	Er der nogle typer af mad, som du prøver at spise mindre af eller helt prøver at undgå?	26
Spørgsmål 54.	Hvilken mad prøver du at spise mindre af eller helt undgå? <i>Kun børn der prøver at spise mindre eller undgå nogle typer af mad, har modtaget dette spørgsmål</i>	26
Spørgsmål 55.	Hvorfor undgår du at spise mad med mange kulhydrater i? <i>Kun børn der undgår kulhydrater, har modtaget dette spørgsmål</i>	27
Spørgsmål 56.	Hvorfor undgår du at spise mad med meget salt i?	27
Spørgsmål 57.	Hvorfor undgår du at spise mad med meget sukker i?	27
Spørgsmål 58.	Hvorfor undgår du at spise mad med kalorier i?	28
Spørgsmål 59.	Hvorfor undgår du at spise mad med gluten?	28
Spørgsmål 60.	Hvorfor undgår du at spise mad med kød?	28
Spørgsmål 61.	Hvorfor undgår du at spise fastfood/takeaway?	29
Spørgsmål 62.	Hvorfor undgår du at spise specifikke madvarer - fx nødder, mælk eller fisk?	29
Spørgsmål 63.	Kan du lide sund mad?	29
Spørgsmål 64.	Hvad betyder det ifølge dig at spise sundt?	29
Spørgsmål 65.	Hvor meget tænker du over, om den mad, du spiser, er sund	30
Spørgsmål 66.	Hvor vigtigt er det for dig, at du og din familie gør noget for at leve miljø- og klimavenligt?	30
Spørgsmål 67.	Vil du gerne have, at I gør mere derhjemme for at passe på miljøet og klimaet, end I gør i dag?	30
Spørgsmål 68.	Vil du gerne have, at I gør mere derhjemme for at passe på miljøet og klimaet, end I gør i dag?	31

Om rapporten

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.

Rapporten er gennemgået af lektor Jacob Højgaard Christensen fra Aarhus Universitet.

Metodebeskrivelse

Dataindsamling

Dataindsamlingen er gennemført som en online spørgeskemaanalyse blandt 6.-7. klasser. Nogle af eleverne har svaret ifm. med deres deltagelse på Arla Fondens MADLejr, mens andre elever ikke har deltaget i MADLejr.

De elever, der har besvaret spørgeskemaet ifm. MADLejr, har besvaret spørgeskemaet et godt stykke tid inden, at de tog afsted på MADLejr, så eleverne ikke bliver påvirket af den forberedende undervisning op til MADLejr.

Helt konkret har eleverne fået adgang til spørgeskemaet via et link eller en QR-kode, som de fik udleveret af deres lærer. I løbet af dataindsamlingen er der løbende holdt øje med andelen af besvarelser fra de enkelte skoler. Der er sendt en påmindelse til de skoler, hvor meget få eller ingen af eleverne har besvaret skemaet.

Dataen er indsamlet i perioden 1. november 2023 til 19. januar 2024.

Spørgeramme

Spørgerammen til rapporten er udarbejdet i samarbejde med Jacob Højgaard Christensen fra Aarhus Universitet, for at sikre at spørgsmålsformuleringerne passede til målgruppen.

Besvarelser

Der er indsamlet 782 besvarelser fordelt på 27 skoler over hele landet. Fordelingerne på køn, alder og region ser således ud:

<i>Alle</i>	<i>Antal</i>	<i>Procent</i>
<i>Pige</i>	389	50%
<i>Dreng</i>	359	46%
<i>Andet</i>	34	4%
<i>10-11 år</i>	26	3%
<i>12 år</i>	318	41%
<i>13-15 år</i>	438	56%
<i>Jylland</i>	318	41%
<i>Fyn</i>	112	14%
<i>Sjælland</i>	332	43%

Som det ses ovenfor, er der en lidt flere piger end drenge som har besvaret spørgeskemaet. Desuden er der en smule flere respondenter blandt de 13-15-årige sammenlignet 10-12-årige.

Børn, unge og mad 2024 i et forskningsperspektiv

Af Jacob Højgaard Christensen, Postdoc, Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU), Aarhus Universitet

Igennem flere år er danskernes relation til mad og måltider blevet undersøgt via forskellige forskningsprojekter, hver med deres specifikke fokusområder. Et særligt fremtrædende fokusområde er kostvaner og fysisk sundhed samt motivation og barrierer for at spise sundt (DTU, 2016, 2020; Fagt et al., 2020; Rosendahl et al., 2022). Altså i høj grad studier, der omhandler næringsstofindtag, og i hvilken grad sundhedspolitiske mål bliver opfyldt. Dette er typisk undersøgelser af, hvad der spises, og hvordan kosten påvirker sundheden på tværs af befolkningsgrupper og mennesker med forskellige sociale baggrunde. Danskernes mad- og måltidsvaner er yderligere blevet undersøgt de seneste år gennem eksempelvis *Coops Mad-O-Meter* (Roland et al., 2016; Aarup, 2022), og *Madkulturens årlige befolkningsundersøgelse* (Hoff et al., 2021; Kvist et al., 2022; Strømsted et al., 2023).

Undersøgelsen *Børn, Unge og Mad* (BUM) bidrager til det ovenstående vidensgrundlag, men adskiller sig også, ved at være en af de få undersøgelser, som prioriterer at give plads til børnenes stemmer. I modsætning til mange andre undersøgelser, spørges der i BUM ikke kun til, hvad og hvordan børnene spiser; der spørges også til, hvad børn og unge selv foretrækker, og hvordan de oplever mad- og måltidssituationer. Dette er vigtig indsigt, fordi forskning peger på, at børns oplevelse af deltagelse og medbestemmelse i forhold til mad og måltider er afgørende, hvis intentionen er at engagere dem og skabe forandringer i deres hverdagsliv (Christensen, 2017 & 2019; Christensen & Wistoft, 2022). Et eksempel på vigtig indsigt fra BUM 2024 er, at andelen af børn, der hjælper til med aftensmaden, er den laveste, der er målt i de fem år, hvor undersøgelsen er gennemført. Endvidere oplever mange børn og unge, at de kun inddrages i mere kedelige opgaver såsom oprydning og opvask, samtidig med at de i lav grad får muligheden for at deltage i selve madlavningen, selvom børnene gerne vil deltage heri.

Det er også tankevækkende, at 33 procent af respondenterne i BUM 2024 har sprunget frokosten over mindst en af de seneste tre dage, og generelt har de tendens til ofte at springe et hovedmåltid over. Vi ved fra forskningsprojekter som TIMSS (*Trends in International Mathematics and Science Study*) og PIRLS (*Progress in International Reading Literacy Study*), at ca. en tredjedel af elever på fjerde klassetrin i den danske grundskole ofte føler sig sultne i skolen (Fougt et al., 2023; Kjeldsen et al., 2020) – altså et resultat der i høj grad konvergerer med BUM's resultater omhandlende børns måltidsmønstre. Samtidig viser eksisterende forskning, at selv når der tages højde for baggrundsvariabler såsom elevernes socioøkonomiske status, er der en statistisk signifikant sammenhæng mellem elevens faglige præstationer og deres oplevelse af sult i skolen (Canbolat et al., 2023), hvilket understreger vigtigheden af dette emne.

Metodisk er BUM baseret på surveys, hvor der er udsendt spørgeskemaer til elever før de deltager på Arla fondens MADlejr. Survey som metode er velegnet til at undersøge vaner, oplevelser, holdninger og værdier (Frederiksen et al., 2017; Krosnick, 2018), hvilket, når det kombineres med mad og måltider, udgør genstandsfeltet for BUM. Endvidere muliggør undersøgelsens longitudinelle design observation af forandringer over tid. Det betyder også, at dette års BUM er gennemført med udgangspunkt i tidligere

velafprøvede surveydesigns og validerede spørgsmålsformuleringer, som løbende er blevet finjusteret. Dog har survey-metoden den begrænsning, at det ikke er muligt at udlede entydige årsagssammenhænge baseret på de fremkomne resultater (Christensen & Qvortrup, 2022), og dette bør læseren være opmærksom på. Derimod inddrager BUM kvalitative udsagn fra både børn og eksperter, som giver sandsynlige forklaringer på, hvorfor resultaterne ser ud som de gør, samt saglige diskussioner af, hvad der kan gøres for at skabe forandringer. Et godt eksempel herpå er resultatet fra BUM 2024, der viser, at børn og unges interesse for klima og miljø er faldet til det laveste niveau i de fem år undersøgelsen er gennemført. Her inddrages en forsker med ekspertise i børns politiske engagement og dannelse samt børncitater, som tilsammen belyser emnet med forklaringsmodeller.

Min vurdering er, at BUM 2024 leverer nye, spændende og opsigtsvækkende resultater, baseret på et grundigt overvejet undersøgelsesdesign, med de forbehold der naturligt følger af den anvendte metode. Særligt det longitudinale aspekt afslører nogle tendenser i børn og unges relation til mad og madlavning, som bør give stof til eftertanke. Jeg har kun adresseret nogle få af resultaterne her, men jeg opfordrer enhver med interesse i emnet til at dykke ned i undersøgelsen selv. BUM 2024 tilbyder værdifuld indsigt for børn, unge, forældre, pædagoger, lærere, forskere og andre interessenter i feltet.

Disclaimer:

Jacob Højgaard Christensen er ansat som Postdoc ved Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse (DPU), Aarhus Universitet. Hans forskningsfelt omhandler bl.a. børn, trivsel, mad, måltider og faget madkundskab i grundskolen. Jacob har fungeret som ekstern konsulent i forhold til at gennemføre undersøgelsen *Børn, Unge og Mad*, og han har modtaget betaling for dette arbejde.

Referencer

- Aarup, L. (2022). *Coops Mad-o-meter 2021/22*. Hentet fra:
<https://cooanalyse.dk/media/2077/coop-mad-o-meter-2022-long.pdf>
- Canbolat, Y., Rutkowski, D., & Rutkowski, L. (2023). Global pattern in hunger and educational opportunity: a multilevel analysis of child hunger and TIMSS mathematics achievement. *Large-scale Assessments in Education*, 11(1), 13.
- Christensen, H. J. (2017). *Et videnskabeligt didaktisk perspektiv på madkundskab i skolen med projekt Madkamp som genstandsfelt*. DPU, Aarhus Universitet.
- Christensen, J. H. (2019). Taste as a constitutive element of meaning in food education. *International Journal of Home Economics*, 12(1), 9-19.
- Christensen, J. H., & Wistoft, K. (2022). Children's cookbooks – Learning by using recipes, cooking experiments and taste competence. *Health Education Journal*, 81(4), 375-386.
- Christensen, J. H., & Qvortrup, L. (Red.). (2022). *Kausalitet og effektivitet: i pædagogisk forskning og praksis*. Aarhus Universitetsforlag.
- DTU. (2016). Output from DANSDA (the Danish National Survey of Diet and Physical Activity). *Division of Risk Assessment and Nutrition, National Food Institute*, Technical University of Denmark.
- DTU. (2020). Publikationer fra DTU Fødevarerinstitutionen. Hentet fra:
<https://www.food.dtu.dk/publikationer>

- Fagt, S., Bilotft-Jensen, A. P., Sørensen, M. R., Trolle, E., Nordman, M., Christensen, T., . . . Christensen, C. (2020). Bag om danskernes kost og fysiske aktivitet i 2020-2021. *Diætisten*, 28(167), 10-13.
- Fougt, S. S., Neubert, K., Kristensen, R. M., Gabrielsson, R., Molbæk, L., & Kjeldsen, C. C. (2023). *Danske elevers læsekompetence i 4. klasse: Resultater af PIRLS-undersøgelsen 2021*. Aarhus Universitetsforlag.
- Frederiksen, M. f., Gundelach, P., & Skovgaard Nielsen, R. (Eds.). (2017). *Survey: design, stikprøve, spørgeskema, analyse* (1. udgave ed.). Kbh.: Hans Reitzel.
- Hoff, H., Stamer, N. B., Madsen, S. N., Strømsted, K. I., & Liebst, L. (2021). *Madkultur 21*. Hentet fra: <https://www.madkulturen.dk/viden/madkultur22/>
- Kjeldsen, C. C., Kristensen, R. M., & Christensen, A. A. (2020). *Matematik og natur/teknologi i 4. klasse: resultater af TIMSS-undersøgelsen 2019*. Aarhus Universitetsforlag.
- Krosnick, J. A. (2018). Questionnaire design *The Palgrave handbook of survey research* s. 439-455: Springer.
- Kvist, R. L., Strømsted, K. I., Hoff, H., Madsen, S. N., Strømsted, K. I., & Liebst, L. (2022). *Madkultur 22*. Hentet fra: <https://www.madkulturen.dk/wpcontent/uploads/2021/11/Madkultur21.pdf>
- Roland, T., Poulsen, D., & Steenberg, M. (2016). *Danskernes madvaner*. Hentet fra: https://om.coop.dk/Upload/om.coop.dk/Publikationer/analyser/Danskernes%20Madvaner%202016_Coop%20Analyse.pdf
- Rosendahl, H., Davidsen, M., Møller, S. R., Román, J. E. I., Kragelund, K., Christensen, A. I., & Ekholm, O. (2022). *Danskernes sundhed: Den nationale sundhedsprofil 2021*. Hentet fra: <https://sst.dk/da/Udgivelser/2022/Danskernes-sundhed>
- Strømsted, K. I., Liebst, L., Madsen, S. N., Thomsen, L. B., & Hoff, H. (2023). *Madkultur 23*. Hentet fra: <https://www.madkulturen.dk/wp-content/uploads/2023/12/MADKULTUR-2023-web-1.pdf>

Resultater

Spørgsmål 1. Hjalp du til med at tilberede aftensmaden derhjemme i går? Fx snitte grøntsager, stege kød eller grøntsager

Hjalp du til med at tilberede aftensmaden derhjemme i går? Fx snitte grøntsager, stege kød eller grøntsager	
Ja	38%
Nej	62%
Total	782

Spørgsmål 2. Tænk tilbage på de sidste syv dage. Hvilke dage har du hjulpet med at tilberede aftensmaden (eller helt selv lavet den)?

Tænk tilbage på de seneste syv dage. Hvilke dage har du hjulpet med at tilberede aftensmaden (eller helt selv lavet den)? Sæt kryds ved alle de dage, hvor du har hjulpet med at tilberede aftensmaden (eller selv lavet den)	
Mandag	25%
Tirsdag	24%
Onsdag	22%
Torsdag	17%
Fredag	16%
Lørdag	21%
Søndag	20%
Ingen af dagene	22%
Ved ikke	24%
Total	782

Spørgsmål 3. Har du hjulpet med at lave mad eller selv lavet mad derhjemme i løbet af de seneste 30 dage?

Kun personer, der ikke har hjulpet med at lave mad eller ikke ved om de har hjulpet med at lave mad de sidste syv dage, har modtaget dette spørgsmål.

Har du hjulpet med at lave mad eller selv lavet mad derhjemme i løbet af de seneste 30 dage?	
Ja	57%
Nej	26%
Ved ikke	16%
Total	171

Spørgsmål 4. Hvordan hjælper du med madlavning derhjemme?

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

Hvordan hjælper du med madlavning derhjemme? Du må gerne sætte flere krydser	
Jeg hjælper med at dække bord	77%
Jeg hjælper med at tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op	64%
Jeg hjælper med at lave maden	62%
Jeg hjælper med at planlægge, hvilke retter vi skal spise	58%
Jeg hjælper med at købe ind	47%
Jeg er med til at bestemme, hvilke madvarer vi skal købe	28%
Andet	10%
Ved ikke	1%
Total	519

Spørgsmål 5. Hvad hjalp du med, sidste gang du var med til at lave aftensmad? Du må gerne sætte flere krydser

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

Hvad hjalp du med, sidste gang du var med til at lave aftensmad? Du må gerne sætte flere krydser	
Jeg dækkede bord	66%
Jeg gjorde ingredienserne klar - fx vaske, hakke eller snitte grøntsager	47%
Jeg stegte, kogte eller rørte i gryderne	39%
Jeg ryddede op eller vaskede op	48%
Jeg smagte maden til	35%
Jeg lavede selv hele måltidet fra start til slut	20%
Jeg anrettede maden	15%
Andet	7%
Ved ikke	4%
Total	519

Spørgsmål 6. ? Når du hjælper til med at lave mad derhjemme, hvordan sker det så oftest? Du må gerne sætte flere krydser

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

Når du hjælper til med at lave mad derhjemme, hvordan sker det så oftest? Du må gerne sætte flere krydser	
Mine forældre spørger, om jeg har lyst til at hjælpe	56%
Jeg spørger selv, om jeg må hjælpe	47%
Mine forældre siger, at jeg skal hjælpe	34%
Jeg har en fast maddag	11%
Andet	8%

Ved ikke	4%
Total	519

Spørgsmål 7. Har du fået nej til at hjælpe med at lave mad derhjemme, selvom du gerne ville? Fx fordi dine forældre ikke havde tid

Har du fået nej til at hjælpe med at lave mad derhjemme, selvom du gerne ville? Fx fordi dine forældre ikke havde tid	
Ja	20%
Nej	68%
Ved ikke	12%
Total	782

Spørgsmål 8. Når du er med til at lave aftensmad, er der så bestemte retter, du godt kan lide at lave?

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

Når du er med til at lave aftensmad, er der så bestemte retter, du godt kan lide at lave?	
Ja: Skriv gerne hvilke	59%
Nej	26%
Ved ikke	15%
Total	519

Spørgsmål 9. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? At planlægge, hvilke retter vi skal spise:

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

At planlægge, hvilke retter vi skal spise: Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst Træk elementer fra listen til venstre over til listen til højre	
_1	31%
_2	27%
_3	19%
_4	10%
_5	9%
_6	5%
Total	519

Spørgsmål 10. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?: At bestemme, hvilke madvarer vi køber

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

At bestemme, hvilke madvarer vi køber:Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst Træk elementer fra listen til venstre over til listen til højre	
_1	3%
_2	16%
_3	22%
_4	26%
_5	21%
_6	12%
Total	519

Spørgsmål 11. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med?: At købe ind

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

At købe ind:Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst Træk elementer fra listen til venstre over til listen til højre	
_1	10%
_2	17%
_3	21%
_4	24%
_5	15%
_6	12%
Total	519

Spørgsmål 12. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? At dække bord

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

At dække bord:Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst Træk elementer fra listen til venstre over til listen til højre	
_1	11%
_2	14%
_3	19%
_4	18%
_5	33%
_6	6%
Total	519

Spørgsmål 13. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? At lave maden

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

At lave maden:Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst Træk elementer fra listen til venstre over til listen til højre	
_1	44%
_2	21%
_3	13%
_4	10%
_5	8%
_6	4%
Total	519

Spørgsmål 14. Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? At tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

At tage ud fra bordet, rydde op eller vaske op:Hvad kan du bedst lide at hjælpe til med? Rangér mulighederne med det, du bedst kan lide øverst, og det du mindst kan lide nederst Træk elementer fra listen til venstre over til listen til højre	
_1	1%
_2	5%
_3	7%
_4	12%
_5	14%
_6	61%
Total	519

Spørgsmål 15. Hvorfor hjælper du med at lave mad derhjemme?

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor hjælper du med at lave mad derhjemme? Du må gerne sætte flere krydser	
Fordi jeg gerne vil hjælpe mine forældre	54%
Fordi jeg godt kan lide at lave mad	55%
Fordi jeg så kan bestemme, hvad vi skal spise	36%
Fordi mine forældre siger, at jeg skal	32%
Fordi jeg får en belønning for det - fx lommepenge	13%

Andre årsager	8%
Ved ikke	4%
Total	519

Spørgsmål 16. Kan du lide at lave mad?

Kan du lide at lave mad?	
Ja, meget	31%
Ja, lidt	42%
Hverken/eller	15%
Nej, ikke så meget	7%
Nej, slet ikke	3%
Ved ikke	2%
Total	782

Spørgsmål 17. Kan du lide at lave mad?

Vil du gerne være mere med til at lave mad derhjemme?	
Ja	46%
Nej	25%
Ved ikke	29%
Total	782

Spørgsmål 18. Hvad skulle der til for at få dig til at lave mere mad?

Hvad skulle der til for at få dig til at lave mere mad? Du må gerne sætte flere krydser	
At jeg selv får lov til at vælge, hvad vi skal lave	43%
At det er hyggeligt, når vi laver mad	45%
At jeg kun skal lave mad og ikke også skal hjælpe med oprydning og opvask	35%
At jeg bliver bedre til at lave mad	32%
At jeg får en belønning for det - fx flere lommepenge	29%
At jeg kan gøre det sammen med mine venner	28%
At jeg selv får lov til at tilberede maden	17%
At jeg havde bedre tid til at lave mad	21%
At mine forældre beder mig om det	17%
Andre årsager	9%
Ved ikke	8%
Total	782

Spørgsmål 19. Hvad er årsagen til, at du ikke oftere hjælper til med at lave mad derhjemme?
Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

Hvor får du idéer til, hvilken ret du skal lave, når du laver mad? Du må gerne sætte flere krydser	
Fra sociale medier – fx Instagram, TikTok eller YouTube	57%
Fra mine forældre/noget mine forældre har lavet før	52%
Fra kogebøger	28%
Fra skolen (madkundskab)	25%
Fra restaurantbesøg eller ferier	19%
Fra mine venner	16%
Andre steder	12%
Ved ikke	9%
Total	519

Spørgsmål 20. Hvor vigtigt er det for dig, at du lærer at lave mad??

Hvor vigtigt er det for dig, at du lærer at lave mad?	
Meget vigtigt	20%
Rimelig vigtigt	42%
Kun lidt vigtigt	22%
Ikke så vigtigt	11%
Slet ikke vigtigt	3%
Ved ikke	3%
Total	782

Spørgsmål 21. Hvorfor er det vigtigt for dig, at du lærer at lave mad?

Kun børn der mener det er vigtigt at lære at lave mad, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor er det vigtigt for dig, at du lærer at lave mad? Du må gerne sætte flere krydser	
Så jeg kan lave mad til mig selv og min familie, når jeg bliver voksen	77%
Så jeg kan lave meget forskellig mad	57%
Så jeg selv kan lave mine favoritter	53%
Så jeg kan hjælpe mine forældre derhjemme	42%
Så jeg ved, hvordan man laver sund mad	41%
Så jeg kan være med til at bestemme, hvad vi får at spise derhjemme	30%
Så jeg ved, hvad der er i min mad	29%
Andet	5%

Ved ikke	3%
Total	649

Spørgsmål 22. Hjælpe med at lave mad:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?

Hjælpe med at lave mad:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme? Træk i mulighederne, så dem du bedst kan lide at lave står øverst, og dem du mindst kan lide at lave står nederst	
_1	59%
_2	20%
_3	8%
_4	6%
_5	5%
_6	3%
Total	782

Spørgsmål 23. Hjælpe med at købe ind:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?

Hjælpe med at købe ind:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme? Træk i mulighederne, så dem du bedst kan lide at lave står øverst, og dem du mindst kan lide at lave står nederst	
_1	22%
_2	46%
_3	12%
_4	7%
_5	6%
_6	7%
Total	782

Spørgsmål 24. Hjælpe med at rydde op:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?

Hjælpe med at rydde op:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme? Træk i mulighederne, så dem du bedst kan lide at lave står øverst, og dem du mindst kan lide at lave står nederst	
_1	5%
_2	10%
_3	29%
_4	25%
_5	19%

_6	13%
Total	782

Spørgsmål 25. Hjælpe med at vaske tøj eller lægge tøj sammen:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?

Hjælpe med at vaske tøj eller lægge tøj sammen:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme? Træk i mulighederne, så dem du bedst kan lide at lave står øverst, og dem du mindst kan lide at lave står nederst	
_1	2%
_2	6%
_3	18%
_4	22%
_5	26%
_6	27%
Total	782

Spørgsmål 26. Hjælpe med at tømme opvaskemaskine:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?

Hjælpe med at tømme opvaskemaskine:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme? Træk i mulighederne, så dem du bedst kan lide at lave står øverst, og dem du mindst kan lide at lave står nederst	
_1	8%
_2	12%
_3	22%
_4	23%
_5	21%
_6	15%
Total	782

Spørgsmål 27. Hjælpe med rengøring - fx støvsuge:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme?

Hjælpe med rengøring - fx støvsuge:Hvilke af følgende praktiske ting kan du bedst lide at hjælpe med derhjemme? Træk i mulighederne, så dem du bedst kan lide at lave står øverst, og dem du mindst kan lide at lave står nederst	
_1	5%
_2	7%
_3	12%
_4	18%
_5	24%

_6	35%
Total	782

Spørgsmål 28. Hvor god synes du selv, at du er til at lave mad?

Hvor god synes du selv, at du er til at lave mad?	
Meget god	11%
Rimelig god	37%
Lidt god	35%
Ikke så god	10%
Slet ikke god	4%
Ved ikke	3%
Total	782

Spørgsmål 29. Vil du gerne blive bedre til at lave mad?

Vil du gerne blive bedre til at lave mad?	
Ja	78%
Nej	10%
Ved ikke	12%
Total	782

Spørgsmål 30. Hvad kunne du godt tænke dig at blive bedre til?

Kun børn der gerne vil blive bedre til at lave mad, har modtaget dette spørgsmål

Hvad kunne du godt tænke dig at blive bedre til? Du må gerne sætte flere krydser	
At lave mad uden at få hjælp	65%
At lave mad fra bunden	51%
At finde på retter selv	45%
At lave sund mad	41%
At bruge flere forskellige ingredienser og råvarer	34%
At smage maden til	26%
At følge en opskrift	25%
Andet	3%
Ved ikke	4%
Total	609

Spørgsmål 31. Hvad kunne hjælpe dig med at blive bedre til at lave mad?

Kun børn der gerne vil blive bedre til at lave mad, har modtaget dette spørgsmål

Hvad kunne hjælpe dig med at blive bedre til at lave mad? Du må gerne sætte flere krydser	
At lave mere mad med min familie	52%
At have mere madlavning i skolen	41%
At lave mere mad sammen med mine venner	36%
At lave mere mad alene	33%
At se videoer og billeder af mad og madlavning på sociale medier og apps	30%
At få hjælp til madlavning	25%
At kigge i/læse kogebøger	25%
At se programmer om mad og madlavning i tv	19%
At gå til madlavning i fritiden – fx i klub, madsskole eller ungdomsskole	8%
Andet	3%
Ved ikke	10%
Total	609

Spørgsmål 32. Hvilke af følgende ting kan du selv lave uden hjælp fra dine forældre?

Hvilke af følgende ting kan du selv lave uden hjælp fra dine forældre? Du må gerne sætte flere krydser	
Lave snacks - fx toast eller smoothie	83%
Lave din madpakke	78%
Ordne/klargøre grøntsager - fx vaske, skrælle eller snitte	71%
Bage en kage	65%
Følge en opskrift fra start til slut	64%
Koge pasta/kartofler/ris	63%
Koge et æg	58%
Smage en ret til	57%
Stege kød/kylling/fisk	50%
Tilberede en hel ret fra start til slut - fx spaghetti med kødsovs eller chili con carne	38%
Jeg kan ikke nogen af tingene uden hjælp fra mine forældre	2%
Total	782

Spørgsmål 33. Oplever du nogle af følgende ting, når du laver mad?

Kun børn der har hjulpet til med at lave mad den seneste måned, har modtaget dette spørgsmål

Oplever du nogle af følgende ting, når du laver mad? Du må gerne sætte flere krydser	
Jeg bliver bedre til at lave mad	58%
Jeg hygger mig med en eller flere af mine forældre	56%
Jeg har det sjovt	43%
Jeg bliver glad	42%
Jeg har gode samtaler med mine forældre/søskende	39%
Jeg slapper af	27%
Jeg får mulighed for at være kreativ	24%
Jeg får ro i hovedet	23%
Jeg bliver utilpas/stresset	6%
Jeg bliver uvenner med mine forældre	4%
Jeg oplever ikke nogen af disse ting, når jeg laver mad	6%
Ved ikke	11%
Total	519

Spørgsmål 34. Kan du lide at lave mad sammen med dine venner?

Kan du lide at lave mad sammen med dine venner?	
Ja	75%
Nej	7%
Ved ikke	18%
Total	782

Spørgsmål 35. Hvorfor kan du godt lide at lave mad med dine venner?

Kun børn der godt kan lide at lave mad med sine venner, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor kan du godt lide at lave mad med dine venner? Du må gerne sætte flere krydser	
Vi har det sjovt	84%
Vi hygger os sammen	83%
Vi taler godt sammen, imens vi laver mad	62%
Vi får selv lov til at lave mad, uden at vores forældre er med	50%
Vi er fælles om noget	48%
Vi lærer af hinanden	26%
Andet	4%
Ved ikke	2%
Total	583

Spørgsmål 36. Hvor enig eller uenig er du i dette udsagn: "Jeg kan godt lide at smage mad, som jeg ikke har smagt før"?

Hvor enig eller uenig er du i dette udsagn: "Jeg kan godt lide at smage mad, som jeg ikke har smagt før"?	
Helt enig	25%
Delvist enig	31%
Hverken enig eller uenig	26%
Delvist uenig	8%
Helt uenig	5%
Ved ikke	5%
Total	782

Spørgsmål 37. Kunne du tænke dig at smage mere ny mad derhjemme?

Kunne du tænke dig at smage mere ny mad derhjemme?	
Ja	53%
Nej	19%
Ved ikke	28%
Total	782

Spørgsmål 38. Hvad får dig til at smage på noget mad, som du ikke har smagt før?

Hvad får dig til at smage på noget mad, som du ikke har smagt før? Angiv gerne flere svar	
Hvis jeg kan se, hvad der er i	33%
Hvis jeg selv har været med til at lave det	32%
Hvis mine forældre siger, jeg skal	24%
Hvis jeg gør det sammen med mine venner	23%
Hvis jeg får lov at spise dypelse til – fx ketchup	12%
Hvis jeg får en belønning for det – fx lommepege	10%
Jeg smager normalt altid på mad, jeg ikke kender	21%
Jeg smager normalt ikke på mad, jeg ikke kender	4%
Andet	7%
Ved ikke	10%
Total	782

Spørgsmål 39. Hvad kan gøre, at du ikke har lyst til at smage på mad, du ikke har smagt før?

Hvad kan gøre, at du ikke har lyst til at smage på mad, du ikke har smagt før? Du må gerne sætte flere krydser	
Hvis det lugter dårligt	58%
Hvis det ser underligt ud	49%
Hvis det har en særlig konsistens - fx meget blødt, klumpet eller hårdt	42%
Hvis der er særlig type madvare i - fx fisk, ost eller særlige grøntsager	33%
Hvis jeg ikke kan se, hvad der er i	28%

Hvis andre vil bestemme, at jeg skal smage	21%
Hvis det er stærkt	20%
Hvis jeg ikke har smagt det før	16%
Jeg er altid klar på at smage ny mad	10%
Andet	5%
Ved ikke	8%
Total	782

Spørgsmål 40. Er du nogensinde blevet kaldt kræsen?

Er du nogensinde blevet kaldt kræsen?	
Ja	57%
Nej	32%
Ved ikke	12%
Total	782

Spørgsmål 41. Hvornår er du sidst blevet kaldt kræsen?

Kun personer, der er blevet kaldt kræsen, har modtaget dette spørgsmål.

Hvornår er du sidst blevet kaldt kræsen?	
Inden for den seneste uge	21%
Inden for den seneste måned	24%
Inden for det seneste år	27%
Længere tid siden end et år	17%
Ved ikke	12%
Total	442

Spørgsmål 42. Synes du selv, at du er kræsen?

Synes du selv, at du er kræsen?	
Ja	23%
Nej	58%
Ved ikke	19%
Total	782

Spørgsmål 43. Forestil dig, at du bliver kaldt kræsen af dine forældre, fordi du ikke kan lide noget mad, som de serverer. Hvad gør du?

Kun personer, der er blevet kaldt kræsen, har modtaget dette spørgsmål

Forestil dig, at du bliver kaldt kræsen af dine forældre, fordi du ikke kan lide noget mad, som de serverer. Hvad gør du?	
Jeg smager på maden for at vise, at jeg prøver	46%
Jeg lader være med at spise maden	20%
Jeg spiser maden, selvom jeg ikke kan lide den for at bevise, at jeg ikke er kræsen	11%
Andet: Skriv gerne, hvad du gør	16%
Ved ikke	8%
Total	442

Spørgsmål 44. Hvis du tænker på de seneste tre dage, hvor mange dage har du så ikke spist aftensmad?

Hvis du tænker på de seneste tre dage, hvor mange dage har du så ikke spist aftensmad?	
En dag	8%
To dage	5%
Tre dage	2%
Jeg har spist aftensmad alle tre dage	81%
Ved ikke	5%
Total	782

Spørgsmål 45. Kan du lide sund mad?

Kun børn der ikke har spist aftensmad alle de tre seneste dage, har modtaget dette spørgsmål

Hvad var årsagen til, at du ikke spiste aftensmad? Du må gerne sætte flere krydser	
Jeg var ikke sulten eller havde ikke lyst	55%
Jeg havde ikke tid	26%
Der blev ikke lavet aftensmad	12%
Jeg kunne ikke lide den mad, der blev serveret	9%
Mine forældre ville gerne spare penge	7%
Andet	17%
Ved ikke	5%
Total	113

Spørgsmål 46. Hvis du tænker på de seneste tre dage, hvor mange dage har du så ikke spist frokost/madpakke?

Hvis du tænker på de seneste tre dage, hvor mange dage har du så ikke spist frokost/madpakke?	
En dag	17%
To dage	10%
Tre dage	6%
Jeg har fået frokost/madpakke alle tre dage	61%
Ved ikke	7%
Total	782

Spørgsmål 47. Hvad var årsagen til, at du ikke spiste frokost/madpakke?

Kun børn der ikke har spist frokost alle de tre seneste dage, har modtaget dette spørgsmål

Hvad var årsagen til, at du ikke spiste frokost/madpakke? Du må gerne sætte flere krydser	
Jeg var ikke sulten eller havde ikke lyst	57%
Jeg havde ikke tid til at spise frokost/madpakke	26%
Jeg kunne ikke lide min madpakke	10%
Jeg fik ikke selv lavet madpakke	9%
Jeg havde glemt min madpakke	8%
Der var ikke nogen, der lavede madpakke til mig	6%
Mine forældre ville gerne spare penge	3%
Andet	16%
Ved ikke	3%
Total	255

Spørgsmål 48. Hvad spiser du oftest, når du får en snack eller et mellemmåltid i løbet af hverdagen?

Hvad spiser du oftest, når du får en snack eller et mellemmåltid i løbet af hverdagen? Du må gerne sætte flere krydser	
Grøntsager eller frisk frugt	43%
Toast, pizza eller pølsehorn	38%
Brød med eller uden pålæg	35%
Slik, kage eller chips	34%
Energibar eller myslibar	28%
Smoothie eller drikkeyoghurt	24%
Nødder eller tørret frugt	19%
Yoghurt eller skyr	18%
Andet	13%
Jeg spiser aldrig mellemmåltider	2%
Ved ikke	8%
Total	782

Spørgsmål 49. Hvor mange mellemmåltider spiser du typisk i løbet af en almindelig hverdag?

Kun børn der spiser mellemmåltider, har modtaget dette spørgsmål

Hvor mange mellemmåltider spiser du typisk i løbet af en almindelig hverdag? Fx kiks, yoghurt eller myslibar	
Ét	20%
To	33%
Tre	16%
Fire	8%
Fem eller flere	7%
Jeg spiser sjældent mellemmåltider	7%
Ved ikke	10%
Total	767

Spørgsmål 50. Laver du nogle gange selv dine snacks/mellemmåltider?

Kun børn der spiser mellemmåltider, har modtaget dette spørgsmål

Laver du nogle gange selv dine snacks/mellemmåltider? Fx pizzasnegl, smoothie eller toast	
Ja: Skriv gerne, hvad du oftest laver	71%
Nej	15%
Ved ikke	13%
Total	767

Spørgsmål 51. Er du nogle af følgende?

Er du nogle af følgende?	
Flexitar (spiser mest grønt og kun lidt kød)	5%
Vegetar	1%
Pescetar (spiser fisk, men ikke andet kød)	1%
Veganer	1%
Jeg er ingen af delene	93%
Total	782

Spørgsmål 52. Hvis du tænker på alt det, du spiste i går, hvilke af disse ting spiste du så?

Hvis du tænker på alt det, du spiste i går, hvilke af disse ting spiste du så? Du må gerne sætte flere krydser	
Kød - fx oksekød eller kylling	60%
Grøntsager	54%
Brød	54%
Ris, pasta eller kartofler	46%
Mejeriprodukter - fx mælk, ost eller yoghurt	42%
Frugt	39%
Slik, kage eller chips	35%
Fastfood eller takeaway	11%
Quinoa, linser, bulgur, bønner eller lign	8%
Fisk	7%
Andet	17%
Ved ikke	8%
Total	782

Spørgsmål 53. Er der nogle typer af mad, som du prøver at spise mindre af eller helt prøver at undgå?

Er der nogle typer af mad, som du prøver at spise mindre af eller helt prøver at undgå?	
Ja	59%
Nej	41%
Total	782

Spørgsmål 54. Hvilken mad prøver du at spise mindre af eller helt undgå?

Kun børn der prøver at spise mindre eller undgå nogle typer af mad, har modtaget dette spørgsmål

Hvilken mad prøver du at spise mindre af eller helt undgå? Sæt gerne flere krydser	
Mad med meget sukker i	36%
Fastfood/takeaway	29%
Mad med mange kalorier i	24%
Specifikke madvarer - fx nødder, mælk eller fisk	14%
Mad med kød	11%
Mad med meget salt i	9%
Mad med mange kulhydrater i	7%
Mad med gluten	3%
Andet	25%
Ved ikke	14%
Total	459

Spørgsmål 55. Hvorfor undgår du at spise mad med mange kulhydrater i?

Kun børn der undgår kulhydrater, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor undgår du at spise mad med mange kulhydrater i?	
Fordi det er usundt	66%
Fordi jeg gerne vil tabe mig eller undgå at tage på	59%
Fordi det er dårligt for klimaet	16%
Fordi jeg ikke kan lide det	3%
Andet	3%
Ved ikke	3%
Total	32

Spørgsmål 56. Hvorfor undgår du at spise mad med meget salt i?

Kun børn der undgår salt, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor undgår du at spise mad med meget salt i?	
Fordi det er usundt	50%
Fordi jeg ikke kan lide det	43%
Fordi jeg gerne vil tabe mig eller undgå at tage på	25%
Fordi det er dårligt for klimaet	5%
Fordi jeg er allergisk over for det/ikke kan tåle det	3%
Andet	15%
Total	40

Spørgsmål 57. Hvorfor undgår du at spise mad med meget sukker i?

Kun børn der undgår sukker, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor undgår du at spise mad med meget sukker i?	
Fordi det er usundt	86%
Fordi jeg gerne vil tabe mig eller undgå at tage på	47%
Fordi jeg ikke kan lide det	4%
Fordi jeg er allergisk over for det/ikke kan tåle det	1%
Fordi det er dårligt for klimaet	1%
Andet	6%
Ved ikke	2%
Total	165

Spørgsmål 58. Hvorfor undgår du at spise mad med kalorier i?

Kun børn der undgår kalorier, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor undgår du at spise mad med mange kalorier i?	
Fordi det er usundt	65%
Fordi jeg gerne vil tabe mig eller undgå at tage på	65%
Fordi jeg ikke kan lide det	6%
Fordi det er dårligt for klimaet	3%
Andet	5%
Ved ikke	4%
Total	108

Spørgsmål 59. Hvorfor undgår du at spise mad med gluten?

Kun børn der undgår gluten, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor undgår du at spise mad med gluten?	
Fordi jeg er allergisk over for det/kan ikke tåle det	33%
Fordi jeg ikke kan lide det	33%
Fordi det er usundt	8%
Fordi jeg gerne vil tabe mig eller undgå at tage på	8%
Fordi det er dårligt for klimaet	8%
Andet	8%
Ved ikke	8%
Total	12

Spørgsmål 60. Hvorfor undgår du at spise mad med kød?

Kun børn der undgår kød, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor undgår du at spise mad med kød?	
Fordi det er dårligt for klimaet	50%
Fordi jeg ikke kan lide det	29%
Fordi det er usundt	19%
Fordi jeg er allergisk over for det/kan ikke tåle det	4%
Fordi jeg gerne vil tabe mig eller undgå at tage på	2%
Andet	17%
Ved ikke	6%
Total	48

Spørgsmål 61. Hvorfor undgår du at spise fastfood/takeaway?

Kun børn der undgår fastfood/takeaway, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor undgår du at spise fastfood/takeaway?	
Fordi det er usundt	88%
Fordi jeg gerne vil tabe mig eller undgå at tage på	45%
Fordi det er dårligt for klimaet	6%
Fordi jeg ikke kan lide det	3%
Fordi jeg er allergisk over for det/kan ikke tåle det	1%
Andet	5%
Ved ikke	1%
Total	135

Spørgsmål 62. Hvorfor undgår du at spise specifikke madvarer - fx nødder, mælk eller fisk?

Kun børn der undgår specifikke madvarer, har modtaget dette spørgsmål

Hvorfor undgår du at spise specifikke madvarer - fx nødder, mælk eller fisk?	
Fordi jeg ikke kan lide det	72%
Fordi jeg er allergisk over for det/dem	11%
Fordi jeg gerne vil tabe mig eller undgå at tage på	8%
Fordi det er usundt	5%
Fordi det er dårligt for klimaet	2%
Andet	16%
Ved ikke	3%
Total	64

Spørgsmål 63. Kan du lide sund mad?

Kan du lide sund mad?	
Ja	82%
Nej	4%
Ved ikke	14%
Total	782

Spørgsmål 64. Hvad betyder det ifølge dig at spise sundt?

Hvad betyder det ifølge dig at spise sundt? Du må gerne sætte flere krydser	
At spise mange grøntsager	69%
Drikke mere vand i stedet for andre drikke	46%
Ikke at spise for meget sukker	44%
At spise varieret mad	42%
At spise hjemmelavet mad	36%
At spise fuldkornsprodukter - fx fuldkornspasta	33%

At spise økologisk mad	31%
At spise mad med mange vitaminer	30%
At spise fedtfattig mad	24%
At spise fisk ofte	21%
Kun at spise lidt kød	16%
Ikke at spise for meget mad	15%
At spise mad uden kød	5%
Andet	4%
Ved ikke	12%
Total	782

Spørgsmål 65. Hvor meget tænker du over, om den mad, du spiser, er sund

Hvor meget tænker du over, om den mad, du spiser, er sund	
Rigtig meget	6%
Ret meget	21%
Lidt	38%
Ikke ret meget	20%
Slet ikke	9%
Ved ikke	6%
Total	782

Spørgsmål 66. Hvor vigtigt er det for dig, at du og din familie gør noget for at leve miljø- og klimavenligt?

Hvor vigtigt er det for dig, at du og din familie gør noget for at leve miljø- og klimavenligt?	
Meget vigtigt	4%
Vigtigt	16%
Nogenlunde vigtigt	34%
Ikke så vigtigt	23%
Slet ikke vigtigt	8%
Ved ikke	15%
Total	782

Spørgsmål 67. Vil du gerne have, at I gør mere derhjemme for at passe på miljøet og klimaet, end I gør i dag?

Vil du gerne have, at I gør mere derhjemme for at passe på miljøet og klimaet, end I gør i dag?	
Ja	24%
Nej	31%
Ved ikke	44%
Total	782

Spørgsmål 68. Vil du gerne have, at I gør mere derhjemme for at passe på miljøet og klimaet, end I gør i dag?

Vil du gerne have, at du og din familie gør nogle af følgende ting for at leve miljø- og klimavenligt? Du må gerne sætte flere krydser	Alle
Smide mindre mad ud	35%
Drikke mere vand i stedet for andre drikke	25%
Spise flere grøntsager	25%
Spise mindre oksekød	13%
Spise mere fisk	13%
Spise flere bælgfrugter - fx bønner og linser	10%
Spise mindre svinekød	9%
Spise mindre kylling	5%
Spise færre mejeriprodukter	4%
Stoppe med at spise kød	2%
Andet	4%
Jeg har ikke lyst til, at vi gør mere	13%
Ved ikke	31%
Total	782