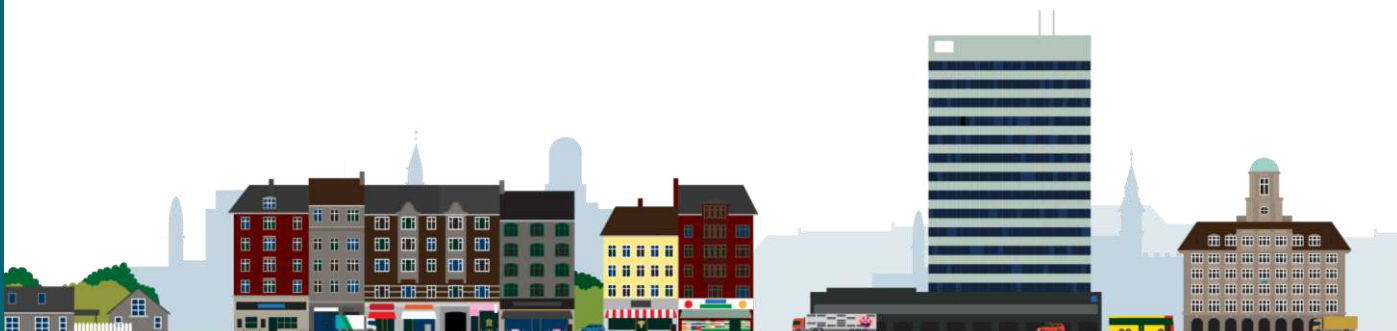


Børnefamilier: Aftensmaden er noget, vi samles om

November 2018

Markedsanalyse, Forbrugerøkonomi & Statistik



2. november 2018

Axelborg, Axeltorv 3
1609 København V

T +45 3339 4000 E info@if.dk
F +45 3339 4141 W www.if.dk

Børnefamilier: Aftensmaden er noget, vi samles om

Aftensmaden er noget, der de fleste dage kan samle familien omkring bordet. Men hvor meget hjælper børnene til ifm. aftensmaden – og hvordan er deres evner inden for madlavning? Det har vi spurgt forældre til 8-12-årige om.

Resumé:

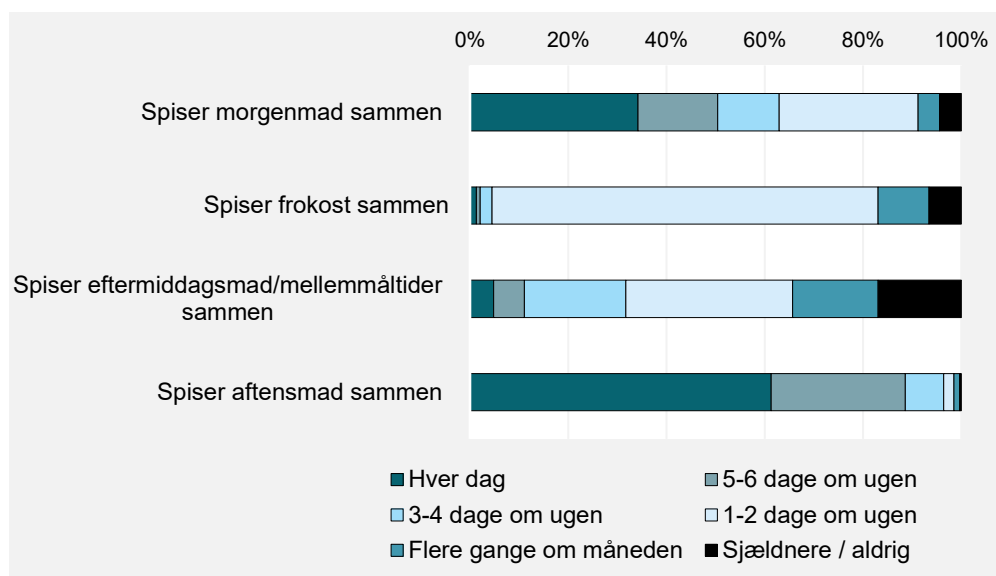
- 88 pct. af børn ml. 8-12 år spiser aftensmad sammen med deres forælder minimum fem dage om ugen.
- Sidste gang børn og forældre spiste aftensmad sammen, hjalp 55 pct. af børnene ml. 8-12 år ikke med ifm. forberedelse og tilberedning af aftensmaden, mens 45 pct. hjalp med i ét eller andet omfang. Barnet hjalp oftest med at snitte eller vaske grøntsager og kartofler eller røre rundt i gryden.
- Det var markant oftere piger, der hjalp med i køkkenet sidste gang, barn og voksen spiste aftensmad sammen. Samtidig er der markant flere drenge end piger, hvor forældrene vurderer, at barnet slet ikke kan lave mad (heller ikke forberede kold mad som fx at snitte grøntsager).
- Når der skulle dækkes bord, anrettes på fad eller tages ud af bordet, var det dog hele 91 pct. af børnene ml. 8-12 år, der hjalp til i ét eller andet omfang. Igen er det lidt oftere piger, der hjalp. Samtidig ses tendens til, at jo ældre børnene er, jo oftere hjalp de med til dette.
- Mange børn vil gerne lave mad med deres forældre, men skal hjælpes i gang. Her kan mere simple opgaver som at vaske tomater og sætte vand over til pasta være med til at give mere tryghed og selvtillid, samtidig med at madlavningen bliver noget, man er sammen om som familie.

Familier spiser aftensmad sammen min. 5 gange om ugen

I en ny spørgeskemaundersøgelse har Landbrug & Fødevarer spurgt forældre til børn ml. 8-12 år om, hvor ofte familierne spiser sammen, hvilken rolle børnene har ifm. madlavning, samt hvordan forældrene vil vurdere deres barns evne til at lave mad. I undersøgelsen er forældrene bl.a. blevet spurgt om, hvor ofte de og deres barn spiser dagens forskellige måltider sammen. Her ser vi, at morgenmad og aftensmad er det to måltider på dagen, hvor flest børn spiser sammen med deres forælder. Til morgenmad spiser hver tredje forælder morgenmad sammen med deres barn "hver dag" (34%), mens 16

pct. spiser morgenmad sammen 5-6 dage om ugen. Ser vi på aftensmaden, er dette oftest et måltid, som forældre spiser med deres børn. 61 pct. spiser aftensmad hver dag, og 27 pct. gør det 5-6 gange om ugen. Frokosten er til gengæld ikke overraskende et måltid, som børn og forældre meget sjældent spiser sammen. Her bliver det oftest til 1-2 gange om ugen (79%).

Figur 1:
Hvor ofte gør du og dit barn følgende sammen?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer 2018, base: 1014 forældre til børn i alderen 8-12 år. Spørgsmål: Hvor ofte gør du og dit barn følgende sammen?

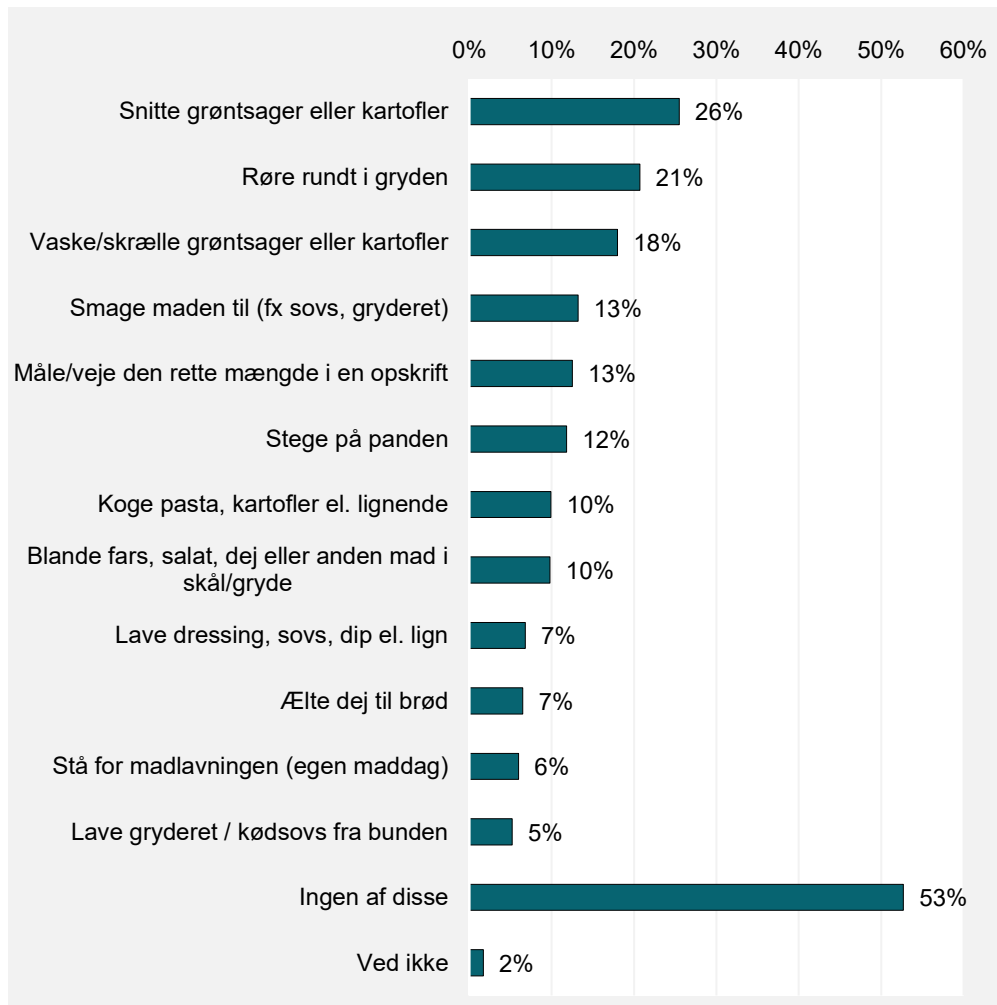
For de forskellige måltider er der væsentlig flere blandt forældre til børn på 8-9 år, der spiser måltidet sammen. Jo ældre barnet er, jo mindre hyppigt spiser forældre og børn måltidet sammen.

Over halvdelen af børnene hjalp ikke til med madlavningen

Forældrene er blevet bedt om at tænke tilbage på den seneste gang, hvor forælder og barn spiste aftensmad sammen. Hjalp barnet så med til at lave mad? Her har forælderen fået en liste med forskellige muligheder, som et barn ml. 8-12 år kan tænkes at hjælpe med til, fx røre rundt i en gryde, stege på panden, sætte vand over eller vaske grøntsager. Her svarer over halvdelen, at deres barn ikke hjalp med til nogle af de foreslåede opgaver, sidste gang de spiste aftensmad sammen, mens 45 pct. blandt forældrene svarer, at deres barn hjalp med minimum én opgave ifm. madlavning.

Den opgave, som flest børn hjalp med til, var at snitte grøntsager eller kartofler, mens hvert femte barn hjalp med at røre rundt i gryden, eller at vaske/skrælle grøntsager og kartofler. Længere nede på listen finder vi, at 13 pct. hjalp med til hhv. at smage maden til eller måle/veje rette mængder i en opskrift, tæt efterfulgt af andelen på 12 pct., der hjalp med at stege på panden.

Figur 2:
Hvad hjalp barnet med, sidste gang familien spiste aftensmad sammen?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer 2018, base: 1014 forældre til børn i alderen 8-12 år. Spørgsmål: Hvis du tænker tilbage på sidste gang, I spiste aftensmad sammen, var der noget af nedenstående, som dit barn hjalp med eller havde ansvar for? NB: Mulighed for flere svar.

Kigger vi nærmere på, hvem der hjalp med tilberedningen af aftensmaden, sidste gang familien spiste sammen, ser vi, at de ældre børn oftere hjælper med at stege på panden eller koge pasta, kartofler el. lign. Alder har også betydning for, om man har sin egen maddag. Her sker der tilsyneladende noget fra barnet er 9 år til det fylder 10 år. I undersøgelsen er der blot 2 pct. af børnene på 9 år, der stod for madlavningen med egen maddag, sidste gang familien spiste sammen. For de 10-årige er det 9 pct.

Det er oftere pigerne, der hjælper med

Det er ikke kun, når man ser på alder, at der er forskelle. Hvor 56 pct. af drengene ikke hjalp til med madlavningen sidste gang, er det tal 50 pct. for pigerne. Pigerne skiller sig særligt ud fra drengene på en række forskellige madlavningsopgaver. Pigerne hjælper oftere med at vaske/snitte grøntsager og kartofler, røre rundt i gryden, måle/veje de rette mængder til opskrifterne, og blande fars/salat/dej eller anden mad i en skål eller gryde.

Figur 3:
Hvad hjalp barnet
med ifm.
madlavningen?
Fordelt på køn:

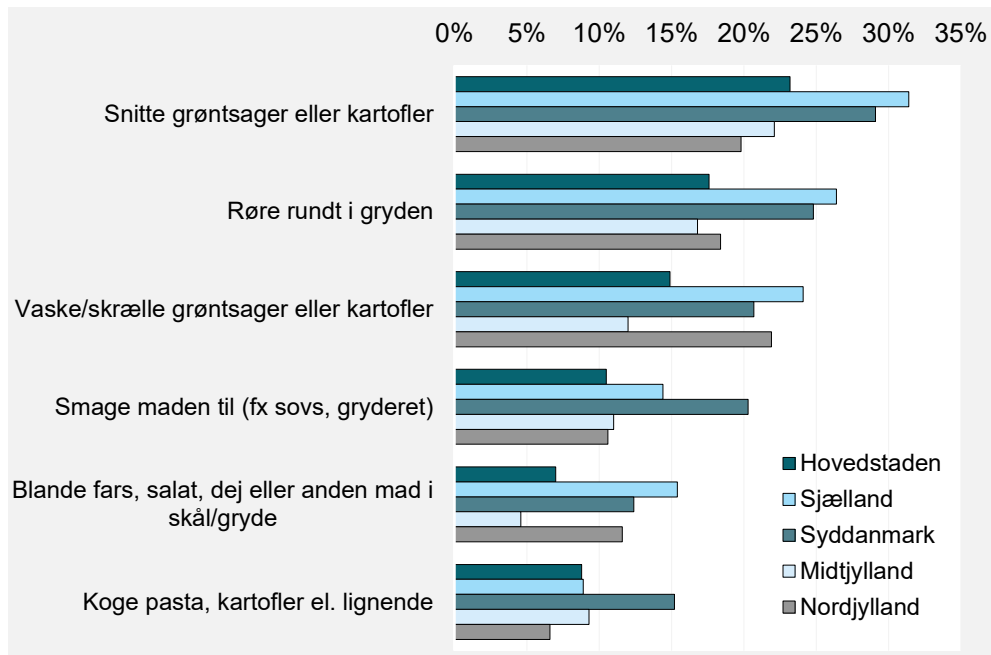


Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer 2018, base: 1014 forældre til børn i alderen 8-12 år, heraf forældre til en dreng (519) og forældre til en pige (495) Spørgsmål: Hvis du tænker tilbage på sidste gang, I spiste aftensmad sammen, var der noget af nedenstående, som dit barn hjalp med eller havde ansvar for? NB: Mulighed for flere svar.

Børn i Region Sjælland er bedre til at hjælpe med til madlavning

Vi ser samtidig nogle interessante forskelle mellem regionerne. Gælder det opgaven at vaske/skrælle grøntsager, var det oftere børn bosat i regionerne Sjælland, Syddanmark og Midtjylland, der hjalp med dette. Børn bosat i Region Syddanmark skiller sig ud ved oftere at have hjulpet med at smage maden til eller koge pasta/kartofler el. lign. Børn bosat i Region Sjælland skiller sig ud ved oftere end andre at have hjulpet med enten at snitte grøntsager, røre rundt i gryden eller blande fars, salat, dej eller andet i en skål eller gryde.

Figur 4:
Hvad hjalp barnet med ifm. madlavningen - Udvalgte svar, hvor der er forskel på regioner:

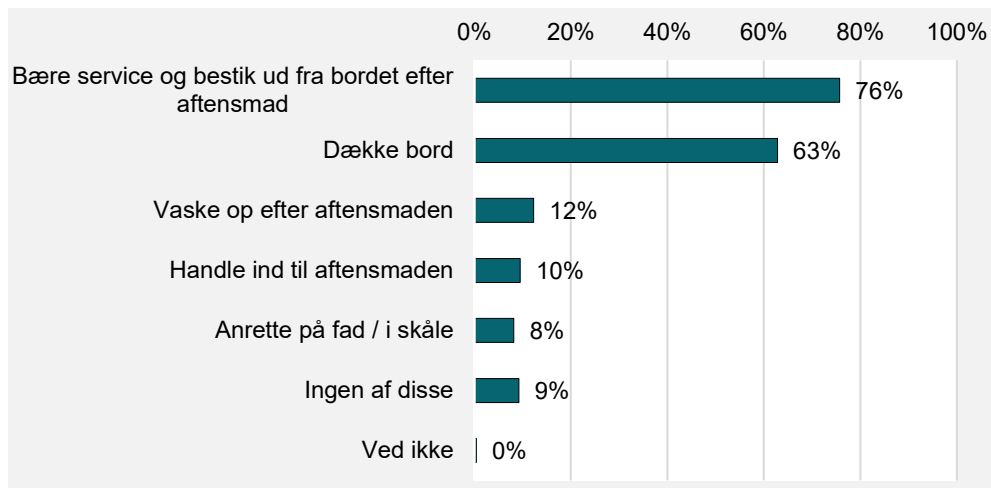


Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer 2018, base: 1014 forældre til børn i alderen 8-12 år, heraf Hovedstaden (354), Sjælland (215), Syddanmark (183), Midtjylland (172) og Nordjylland (90). Spørgsmål: Hvis du tænker tilbage på sidste gang, I spiste aftensmad sammen, var der noget af nedenstående, som dit barn hjalp med eller havde ansvar for? NB: Mulighed for flere svar. Grafen viser udvalgte svarkategorier, hvor der er signifikant forskel ml. svarene blandt forældre bosat i forskellige regioner.

Ni ud af ti børn hjalp med opgaver 'rundt om aftensmaden'

Når det gælder opgaverne 'rundt om aftensmaden', som fx at dække bord, tage ud af bordet eller vaske op, er det dog væsentligt flere børn, der hjælper med. Sidste gang, familien spiste aftensmad sammen, var det faktisk kun én ud af ti børn mellem 8-12 år, der ikke hjalp til med noget. Det som flest børn hjalp med eller var ansvarlig for var at bære service og bestik ud fra bordet (76%), og/eller at dække bord (63%).

Figur 5:
Hjalp barnet med andre ting ifm. aftensmaden?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, 2018, base: 1014 forældre til børn i alderen 8-12 år. Spørgsmål: Hvis du igen tænker tilbage på sidste gang, I spiste aftensmad sammen, var der noget af nedenstående, som dit barn hjalp med eller havde ansvar for? NB: Mulighed for flere svar.

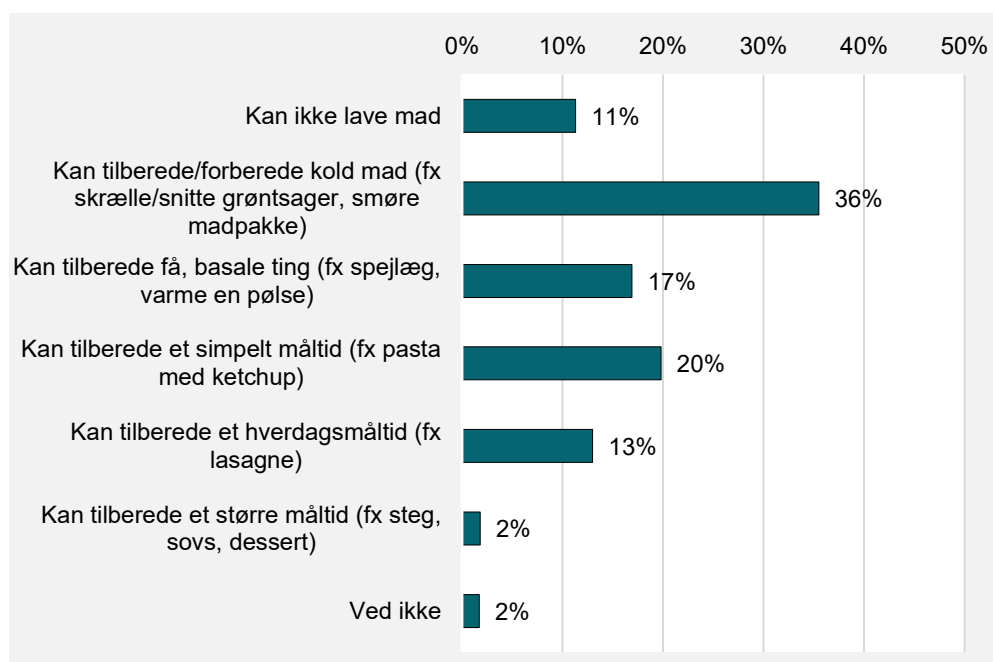
Ligesom med madlavningen, ses der også her en tendens til, at pigerne lidt oftere hjælper til. Dobbelt så mange forældre til en dreng (12%) svarer, at deres barn ikke hjalp med eller var ansvarlig for nogle af tingene på listen,

mens det blandt forældre til en pige kun er 6 pct., der svarer dette. Samtidig ser vi enkelte forskelle afhængig af børns alder. De ældre børn på 10-12 år hjalp oftere med at anrette på fade / i skåle. Derudover er det hele 21 pct. af forældre til et barn på 12 år, der svarer, at deres barn havde ansvar for eller hjalp med at vaske op. Den tilsvarende andel for børn på 8 år er 4 pct.

Pigerne og de ældste børn har flest kompetencer

Landbrug & Fødevarer har også spurgt forældrene ind til, hvor gode deres børn er til at lave mad ud fra forældrenes vurdering. Her har forældrene kunnet rangere deres børns madlavningsevner, fra 'kan ikke lave mad' til 'kan tilberede et større måltid'. Her ser vi, at hver tredje forælder vurderer barnet til at kunne tilberede et koldt måltid som fx smøre en madpakke uden hjælp fra en voksen, mens lidt over hver tredje forælder vurderer barnet til enten at kunne tilberede 'få, basale ting' eller 'et simpelt måltid' (fx pasta med ketchup eller stege et spejlæg eller en pølse) uden hjælp fra en voksen.

Figur 6:
Hvad beskriver bedst barnets evner ift. madlavning (uden hjælp fra voksne)?



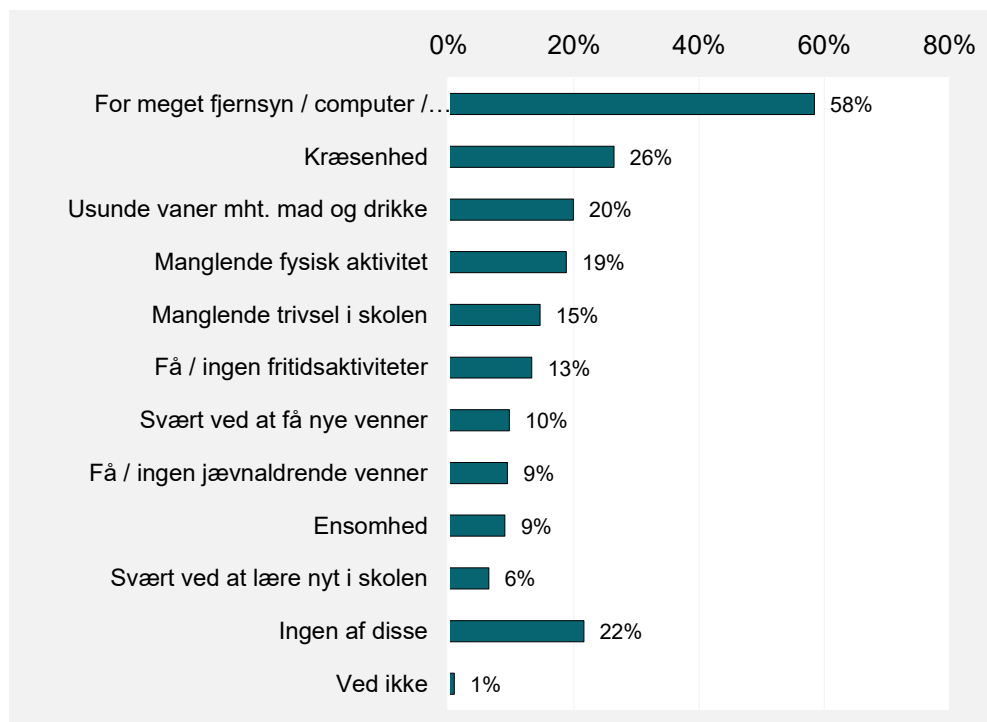
Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer, 2018, base: 1014 forældre til børn i alderen 8-12 år, heraf forældre til en dreng (519) og forælder til en pige (495) Spørgsmål: Hvilke af disse udsagn beskriver bedst dit barns evner ift. madlavning (uden hjælp fra voksne)?

Igen ses det, at det er drengene, der halter efter, når det kommer til forældres vurdering af deres evner i køkkenet. Markant flere forældre til drenge svarer, at deres barn ikke kan lave mad (16%). Hos forældre til piger er der væsentlig færre, der vurderer, at deres barn ikke kan lave mad uden hjælp fra en voksen (6%). Omvendt er det næsten én ud af fem forældre til piger (18%), der svarer, at deres barn 'kan tilberede et hverdagsmåltid (fx lasagne)'. Det er kun 9 pct. blandt forældre til drenge, der siger dette. Ikke overraskende tyder noget samtidig på, at børn bliver bedre til at lave mad, jo ældre de bliver. Fra at 22 pct. blandt forældre til en 8-årig svarer, at deres barn ikke kan lave mad, falder denne andel til blot 5 pct. blandt forældre, der har et barn på 12 år.

Hver fjerde forælder er bekymret over kræsenhed hos barnet

I undersøgelsen har Landbrug & Fødevarer ligeledes spurgt forældrene ind til, hvilke bekymringer de har, ift. hvordan deres barn trives. Her er topscoren for meget tid foran skærmen, enten i form af fjernsyn, computer, tablet eller telefon. På 2. og 3. pladsen finder vi bekymringer omkring mad. Hver fjerde forælder til et barn mellem 8-12 år er bekymret over barnets kræsenhed, mens hver femte forælder er bekymret over usunde vaner mht. mad og drikke. Derudover scorer manglende fysisk aktivitet højt for mange forældre.

Figur 7:
Er der nogle af nedenstående bekymringer, du kan genkende som forælder?



Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer 2018, base: 1014 forældre til børn i alderen 8-12 år, heraf forælder til en dreng (519) og forælder til en pige (495) Spørgsmål: *Er der nogle af nedenstående bekymringer, du kan genkende som forælder i forhold til, hvordan dit barn trives?* NB: Mulighed for flere svar.

Hvor hver fjerde udtrykker bekymring over deres barns kræsenhed, er det over halvdelen, der direkte adspurgt synes, at deres børn er 'lidt' eller 'meget' kræsne. Igen synes alderen på børnene at være en faktor, idet der er en tendens til, at jo yngre barnet er, jo oftere synes forælderen, deres barn er kræsnt.

Interessen for madlavning er der – men mange skal lige hjælpes i gang

Det er oftest aftensmaden, der samler familien om bordet i ugens løb. I hverdage oplever mange familier travlhed, hvor det kan være svært at få tid til alt det, man gerne vil nå. Derfor bruger mange også blot 20-30 minutter på madlavning i hverdagen. Her er det over halvdelen af børn ml. 8-12 år, der ikke hjælp med, også selv om det drejer sig om relativt simple opgaver som fx at røre rundt i en gryde eller vaske en agurk eller kartoffel. Der er dog gode muligheder for at involvere børnene mere i køkkenet. Tidligere undersøgelser fra Landbrug & Fødevarer har vist, at mange børn gerne vil lave mad sammen med deres forældre, og madlavning i forbindelse med hverdagens aftensmad er her en god mulighed for forældre og børn at være sammen på – også når det skal gå stærkt.

Vi ser i undersøgelsen, at børnenes kompetencer i køkkenet typisk udvikles med alderen, så de yngste børn har færrest kompetencer i køkkenet, og de ældste har flest. Starter man med forholdsvis små, overskuelige opgaver som fx at vaske grøntsager, røre rundt i gryden eller panden, eller måske være med til at blande salaten rundt i skålen, vil selv også de mindre børn kunne være med – selvfølgelig med deres forældres hjælp.

At få børnene med i køkkenet er ikke blot en mulighed for forældre og børn at tilbringe tid sammen. Det kan også være en måde at få børnene til at overkomme noget af den kræsenhed, nogle forældrene oplever hos deres børn. Involveres børnene i madens tilberedning, kan det måske være med til at skabe mere nysgerrighed og lyst til at smage noget af den gode mad, vi er sammen om. En større viden om de forskellige råvarer og ingredienser i aftensmaden kan samtidig være med til at give børnene en oplevelse af ejerskab og senere mulighed for at træffe mere oplyste valg i forhold til køb og brug af mad og drikke.

Om undersøgelsen blandt forældre til børn i alderen 8-12 år:

Analysen er baseret på 1014 interviews indsamlet af Norstat for Landbrug & Fødevarer. Undersøgelsen blev gennemført i maj 2018 blandt et repræsentativt udsnit af forældre til børn i alderen 8-12 år. Forælderen er i begyndelsen af undersøgelsen blevet instrueret i at have deres barn ml. 8-12 år i tankerne, når de besvarer spørgsmålene. I tilfælde af, at der bor mere end ét barn i husstanden mellem ml. 8-12 år, skal forælderen tage udgangspunkt i den af børnene, der sidst har haft fødselsdag (for at sikre tilfældig udvælgelse). Dette har resulteret i følgende fordeling i undersøgelsen:

Tabel 1: Jeg er...

En mand	En kvinde	24-39 år	40-49 år	50+ år
49%	51%	24%	62%	14%

Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer maj 2018, base 1014

Tabel 2: Mit barn er...

En dreng	En pige	8 år	9 år	10 år	11 år	12 år
51%	49%	18%	19%	21%	21%	21%

Kilde: Norstat for Landbrug & Fødevarer maj 2018, base 1014

I tilfælde af husstande, hvor barnet bor delvist hos mor eller far, er forælderen blevet bedt om at tænke på den periode, hvor barnet bor hos vedkommende.



Landbrug & Fødevarer

Axeltorv 3
1609 København V

T +45 3339 4000
F +45 3339 4141

E info@lf.dk
W www.lf.dk

Yderligere kontakt

Nina Preus
Marianne Gregersen

3339 4674 npre@lf.dk
3339 4677 mgr@lf.dk