

Lige muligheder gennem maden

”Et godt måltid i skolen er den sikreste vej til bedre sundhed, trivsel og fællesskab for en hel generation af børn og unge i Danmark.”

Madtanker #4

Om Madtanken 2023/24

Maden har et stort potentiale som middel til at fremme sundhed, mental trivsel og oplevelsen af fællesskab for børn og unge. Det gælder i skolerne, i fritidslivet og i sociale indsatser for de mest udsatte grupper.

Hvad skal der til for at forløse potentialet, så mad og måltider for alvor kommer til at bidrage til positive sociale forandringer for næste generation?

Det er temaet for Madtanken i 2023/24. Den består af 22 stærke profiler fra maddanmark, forskningsverdenen og det sociale område. De har samlet viden, erfaringer og anbefalinger til en mere social madkultur.

På de følgende sider får du Madtankens bud på, hvordan maden kan blive en central del af løsningen på samfundsudfordringer som ulighed i sundhed, madfattigdom og mistrivsel.

Forord

Maden rummer et enormt potentiale som middel til at skabe positiv forandring for børn og unge, ikke mindst for den voksende gruppe, som mistrives enten fysisk, psykisk eller socialt. Børns måltider har ikke kun betydning for deres sundhed, men også for læring, livsmestring og oplevelsen af fællesskab. Og gode mad- og måltidsvaner fra barndommen trækker tråde langt ind i voksenlivet.

I køkkenet og omkring et fælles bord lader børn lader sig taknemmeligt inspirere, udfordre og bringe sammen. Det har vi oplevet gang på gang gennem Madkulturens arbejde på bl.a. efterskoler, erhvervsskoler, specialskoler, værksteder for sårbare unge, i folkeskolen og i foreningslivet. Altid er der mere på spil end et sundt måltid mad og et kørekort til kartoffel-skrælleren. Måltiden er en maggitering for menneskelige kernekompetencer, som næste generation sætter pris på og har brug for at dyrke.

Ved at bruge maden i arbejdet med børn og unge kan vi bidrage til, at de får mere lige muligheder. Børn og unge har langt fra lige adgang til sund mad, gode måltidsfællesskaber og maddannelse hjemmefra. For nogle er den ulighed medvirkende til usunde madvaner, ensomhed og dårligere indlæring i skolen.

Netop de grupper har allermost glæde af gode fælles måltider og aktiviteter med mad i centrum.

De 22 medlemmer af årets version af Madtanken brænder for at realisere madens store potentiale i arbejdet med børn og unge. De repræsenterer en stor pulje af viden og erfaringer fra maddanmark, fra forskningsverdenen og det sociale område. Alt det er kondenseret til de pointer og anbefalinger, du kan læse her.

Det indtrængende budskab fra årets madtank er: Giv alle børn i Danmark et godt måltid mad i skolen hver dag. Derigennem kan vi sikre bedre sundhed, trivsel og fællesskab for en hel generation i Danmark – på mere lige vilkår.

God skolemad er sund mad, den involverer eleverne, og den spises i fællesskab. Vi ved vi godt, at det kræver en skarp samfundsmæssig prioritering. Men Madtanken mener, det er den allerbedste investering, vi kan gøre for en generation, hvor rigtig mange børn og unge har brug for en håndsrækning gennem maden – og hvor alle vil have glæde af det.

God læselyst – og velbekomme!

Judith Kyst
Direktør i Madkulturen





Madtanken er nedsat af Madkulturen for at finde nye samfundsløsninger gennem en stærk madkultur i Danmark.

I 2023/24 har Madtanken fokus på maden som middel til at fremme sundhed, mental trivsel og fællesskaber blandt børn og unge.

Indhold

6 **Madtænkere 2023/24**

8 **Problemet**

- 10 Ensomhed blandt børn handler også om måltidet
- 13 Sygdom og usund mad har en stærk social slagside
- 14 Madfattigdom sætter sit præg på et børneliv
- 16 Madtanken mener...

18 **Potentialet**

- 20 4 veje til lige muligheder gennem maden
- 24 Madtanken mener...

26 **Løsningen**

- 28 4 gode grunde til at give alle børn et godt måltid mad i skolen
- 30 Hvad er god skolemad?
- 32 Madtanken mener...

- 34 Kilder

Madtænkere 2023



Anders René Jensen,
Indkøbsdirektør i
Rema1000



Henrik Vinther,
Kommunikations-direktør
i Salling Group



Anne-Birgitte Agger,
Tidl. direktør på Hotel-
og Restaurantskolen



Kamilla Seidler,
Direktør hos
Restaurant Lola



Anthony Aconis,
Deisgndirektør i Fireball



Karen Wistoft,
Professor på Danmarks
institut for Pædagogik
og Uddannelse



Arne Astrup,
Senior Vice President
i Novo Nordisk Fonden



Kia Ditlevsen,
Sociolog, ph.d. og forsker
ved KU ved Institut for
fødevarer og ressource-
økonomi



Charlotte Thyberg,
Stifter og direktør for
Det Kærlige Måltid



**Lea Gry von
Cotta-Schönber,**
Direktør for Fødevarebanken



Louise Køster,
Journalist og bondekone
på Rabargergaarden



Peter Rønn-Petersen,
Direktør for
Meyers Madhus



Marie Holt Hermansen,
Tidl. formand for
Danske Skoleelever



Rasmus Munk,
Kok og medejer
af Alchemist



Mathias Holt,
Grundlægger af Social
Cantina og ejer af The Set



Stina Vrang Elias,
Adm. direktør for
Tænketanken DEA



Mercan-Ellan Nielsen,
Afdelingschef for Politik
og Profession hos Kost-
og Ernærings-forbundet



Søren Ravn Jensen,
Direktør for
Julemærkefonden



Mikkel Nørtoft,
Direktør i DGI



Thomas Roland,
Chef for kvalitet
og ansvarlighed
i Coop Danmark



Mirka Mozer,
Generalsekretær i
Dansk Folkehjælp



Ziga Friberg,
Managing Director for
We Do Democracy



Mange børn i Danmark har det godt. Men et stigende antal børn og unge rammes af **mistrivsel** både fysisk og psykisk.

Fx oplever en del børn og unge, at de ofte er **ensomme**. Med til det hører en øget risiko for også at mistrives på andre områder i livet.

Bag den generelle statistik gemmer sig en udbredt social **ulighed** i børns sundhed og trivsel. En ulighed, som også rækker ind i voksenlivet.

Et aspekt af uligheden handler om **madfattigdom**. En stor gruppe af børn vokser op i familier, hvor madbudgettet er presset i en grad, hvor det går ud over adgangen til sund mad og fælles måltider. Det smitter af på børnenes sundhed og trivsel.

Problemet

Ensomhed blandt børn handler også om måltidet

En stor og voksende gruppe af børn i Danmark føler sig ofte ensomme. Med til det hører en øget risiko for mistrivsel og et mindre udbytte af skolegangen. Når man er ensom, kan fælles måltider have stor social værdi. Det gælder for børn såvel som voksne.

Mange børn i Danmark har generelt et godt liv. Men et voksende mindretal oplever at mistrives på forskellige parametre (VIVE 2022).

En af de mest udbredte former for mistrivsel er hyppig ensomhed. Mange børn oplever ensomhed nogle gange. Men 6% af drengene og 12% af pigerne i udskolingene føler sig ensomme ofte eller meget ofte (SIF 2023). Det gælder også mange unge voksne kvinder (SIF 2024).

Ensomhed blandt børn er ofte knyttet til livet i skolen. Og børn, der ofte føler sig ensomme, oplever hyppigere end deres klassekammerater at klare sig dårligt i skolen (Børns Vilkår 2019).

Samtidig hænger ensomheden sammen med en øget risiko for andre sundheds- og adfærdsrelaterede problemer (SIF 2023).

Blandt voksne danskere har fællesskabet om måltidet stor betydning for trivsel og madglæde. Det gælder ikke mindst for den voksende gruppe af danskere, der føler sig ensomme (Madkulturen 2021).

For børnene er de mindst 2.000 dage i grundskolen en mulighed for at dele et måltid med hinanden. Flere undersøgelser viser, at rammen om måltider spiller en væsentlig rolle for elevernes deltagelse i sociale fællesskaber (DCA 2017), hvilket igen kan påvirke oplevelsen af ensomhed.



12%

af piger i udskolingene føler sig ensomme ofte eller meget ofte.

Skolebørnsundersøgelsen 2022 (SIF 2023)

26%

af børn med lavtlønnede forældre har overvægt, når de forlader grundskolen. For børn med højtlønnede forældre gælder det 11 %.

Analyse af overvægt i Danmark (Danmarks Statistik 2021)



Sygdom og usund mad har en stærk social slagside

I Danmark er uligheden i sundhed vokset gennem årtier. En ulighed, der også slår igennem blandt børn og unge. Det har rigtig meget med maden at gøre. Madvaner har sammen med bevægelse stor betydning for at fremme et godt helbred og forebygge sygdomme. De sunde vaner starter i barndommen og fortsætter ind i voksenlivet.

Ulighed i sundhed er øget over de seneste årtier. I dag kan lavtlønnede mænd fx forvente at leve næsten 10 år kortere end højtlønnede mænd (Brønnum-Hansen m.fl. 2021).

Social ulighed i sundhed starter tidligt i livet, og den ses også blandt børn. Fx har børn i Danmark fra den laveste socialklasse oftere overvægt og lav livstilfredshed og dårlig tandsundhed (SST 2020).

Mens hvert fjerde barn med lavtlønnede forældre er overvægtig ved endt skolegang, gælder det kun hvert tiende barn med højtlønnede forældre (DST 2021).

Sunde madvaner har, i samspil med bl.a. fysisk aktivitet, stor betydning for at fremme et godt helbred og forebygge sygdomme (SST 2015, 2022). Men stadig flere har et usundt kostmønster (SIF 2023). Også på det punkt er der stor social ulighed (SST 2022).

Dertil kommer, at bl.a. lavtlønnede og folk med kort uddannelse væsentligt sjældnere end andre får grøntsager til aftensmad (Madkulturen 2023b).

Sunde madvaner grundlægges i barndommen. Omvendt er der god dokumentation for, at overvægt og svær overvægt ofte starter i barndommen og fortsætter ind i voksenlivet (Tetens et al. 2018).

Madfattigdom sætter sit præg på et børneliv

I Danmark lever 136.000 børn på et hårdt presset madbudget. Deres forældre må skære på kvaliteten og mængden af maden eller droppe måltider, fordi der ikke er råd. For børnene betyder det bl.a. færre grøntsager, dårligere madpakker og færre sociale arrangementer med udgifter til mad.

I Danmark har langt de fleste mennesker mulighed for at få mad på bordet hver dag. Men en betydelig gruppe er så presset på madbudgettet, at man kan tale om, at de oplever en grad af madfattigdom.

Særligt børnefamilier med lav indkomst er i risiko for at måtte klare sig på et hårdt presset madbudget. Det gælder 24 % af børnefamilierne med en ækvivaleret husstandsindkomst på under 300.000 om året (Madkulturen 2023a).

For de familier er hverdagen præget af jagten på gule priser, og meget ofte må forældrene spise mindre eller springe måltider over, for at der er nok til børnene. 89 % har oplevet, at de måtte gå på kompromis med den sunde mad på grund af manglende penge.

89%

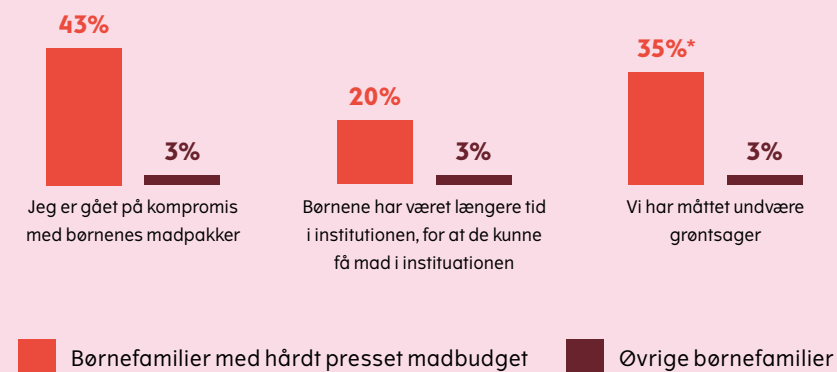
af forældre med et hårdt presset madbudget har oplevet, at de måtte gå på kompromis med den sunde mad på grund af manglende penge.

Også børnenes mad bliver ramt af et hårdt presset madbudget i familien. Fx oplever 43 % af forældrene, at de har måttet gå på kompromis med børnenes madpakker.

Forældre med et hårdt presset madbudget undlader i mange tilfælde at invitere gæster. 33 % svarer desuden,

at børnene har måttet undvære at deltage i sociale arrangementer med mad, fordi der ikke var råd. Dermed påvirker livet på et hårdt presset madbudget også børnenes mulighed for at deltage i det sociale liv uden for skoletiden, ligesom bekymringen for økonomien og frygten for at stikke ud fylder i familien.

Inden for det seneste år har manglende penge betydet, at...



Med maden som indsats (Madkulturen 2023a).

Madtanken mener...



Der er en markant social ulighed i, hvem der deltager i foreningsfællesskaber, og hvem der får en god nærende kost. Som samfund bliver vi nødt til at tage et større ansvar for at udligne nogle af de ulige vilkår, børn har for at få en sund tilværelse.



Mikkel Nørtoft
Direktør i DGI



Udfordringerne er store. Fra madfattigdom, stigende ulighed i sundhed, økonomi og uddannelse, til mistrivsel, faldende sundhedstilstand og fællesskaber i opbrud. Mad og måltider har i min optik et enormt potentiale til at være med til at løse mange af de udfordringer – både gennem strukturelle og individuelle indsatser. Men det kræver, at mad og måltider samt ernærings- og madprofessionelles arbejde tages alvorligt og prioriteres politisk.”



Mercan-Ellan Nielsen
Afdelingschef for Politik og Profession hos Kost- og Ernærings-forbundet



Sultne børn har sværere ved at lære. Sultne børn giver uro i klassen og får problemer. Sultne børn får en dårlig skolegang. Det giver lavere uddannelse og dårligere erhvervsmuligheder på sigt. Det øger den sociale ulighed. Det øger mistrivslen hos børnene. Og det gør skoledagen lang for både lærere og elever.



Henrik Winther
Kommunikationsdirektør i Salling Group



Madfattigdom handler ikke kun om økonomi. Det handler også om ensomhed, trivsel og kultur. Vi kan forebygge rigtig mange problemer på én gang ved at ruste en hel generation af børn og unge til at tage sig godt af sig selv og hinanden gennem maden.



Rasmus Munk
Kok og medejer af Alchemist

Mød flere medlemmer på side 24-25 og 32-33.



Potentialet

Voksende ensomhed, ulighed i sundhed og madfattigdom er samfundsproblemer, der primært skal løses **strukturelt**, så alle børn får mere lige muligheder gennem maden.

Måltidet er en maggiterning med et enormt **potentiale** for at fremme både trivsel, sundhed, fællesskab og livsmestring blandt børn og unge.

Der er allerede mange indsatser rundt omkring, som med succes bruger maden til at skabe positiv social forandring. De **erfaringer** skal vi samle op, udbrede og bygge videre på.

Maden kan blive en del af løsningen på mange aktuelle samfundsproblemer. Vi skal have øjnene op for, at det giver **afkast** på mange parametre, når vi som samfund investerer i gode måltider og en stærk madkultur for næste generation.

4

veje til lige muligheder gennem maden

1

Undgå stigmatisering med løsninger for alle

Strukturelle problemer som voksende ensomhed, ulighed i sundhed og madfattigdom kræver fælles løsninger.

Det er vigtigt at hjælpe de børn og unge, som bliver hårdest ramt. Men det må ikke være lappeløsninger, som individualiserer problemet og stigmatiserer den enkelte.

Som samfund skal vi tage ansvar for, at alle børn har adgang til gode måltider, uden at nogen bliver udstillet eller skilt ud.

2

Brug måltidet som en maggiterning

Mad er ikke bare noget, vi putter i munden, når vi er sultne. Det er noget, vi giver hinanden og som kræver en indsats.

Måltidet kan være et stærkt mødeøjeblik, hvor vi udvider vores horisont og oplever et fællesskab på lige vilkår.

Derfor er måltidet en maggiterning med enormt potentiale for at fremme både trivsel, sundhed, fællesskab og livsmestring blandt børn og unge. Et potentiale, der alt for ofte bliver overset.

3

Byg på de mange gode erfaringer

Løsningerne findes allerede og er afprøvet mange steder. På skolerne, i fritidslivet og i sociale indsatser for de mest udsatte grupper.

Derfor skal vi ikke fokusere på at opfinde nye metoder. Vi skal samle op på det, der virker. Og vi skal bruge erfaringerne som fundament for varige løsninger, der kommer flere børn og unge til gode.

4

Se det som en virkelig god investering

Det koster penge at sikre gode måltider til alle børn og unge. Men det er en investering, som kommer igen mange gange.

Afkastet kommer som et større udbytte af de uddannelser, vi som samfund allerede investerer i. Som bedre muligheder for flere til at bidrage på arbejdsmarkedet. Som bedre kostvaner og folkesundhed, der giver færre udgifter i et hårdt presset sundhedsvæsen.

Gevinsterne går på tværs af kasserne i stat, regioner og kommuner. Så maden skal tænkes som en samlet samfundsinvestering for Danmark.



Madtanken mener...



Ulighed er et samfundsproblem, som er ude af det enkelte barns hænder. Det skal løses på et strukturelt plan, gennem fælles måltider for alle. Så vi ikke stigmatiserer eller udelukker nogen fra at være med i fællesskabet, lære og vokse op på lige vilkår.



Mathias Holt
Grundlægger af Social Cantina og ejer af The Set



Madens og måltidets betydning undervurderes i rigtig mange sociale indsatser. Den bliver mange steder set som noget, der bare skal afvikles, på linje med andre praktiske opgaver som rengøring. Maden kan meget mere i det sociale og pædagogiske arbejde, og det skal udnyttes bedre til at modvirke social ulighed i sundhed. Det skal vi arbejde med på et strukturelt plan.



Peter Rønn-Petersen
Direktør for Meyers Madhus



Der er alt for mange midlertidige lappeløsninger. Det betyder, at problemet med madfattigdom ikke bliver løst strukturelt. I stedet er initiativerne tit med til at stigmatisere og marginalisere nogle grupper i tilgift til de problemer, de har i forvejen.



Kia Ditlevsen
Sociolog, ph.d. og forsker ved KU ved institut for fødevarer og ressource-økonomi



Der findes utrolig meget viden om, hvad ensomhed er, mange værdifulde initiativer, som virker. Vi skal ikke bruge ressourcerne på at udvikle alt det igen. Vi skal fjerne barriererne for, at de gode løsninger udbredes. Vi skal løse finansieringen. Og vi skal knække koden til at få de mennesker med, som føler sig ufrivilligt ensomme.



Ziga Friberg
Managing Director
for We Do Democracy



Gevinsterne ved at sikre, at alle er en del af et madfællesskab, er på den lange bane kæmpestore. Både mht. bedre trivsel og indlæring i skolen, men også når man kigger på de langvarige sociale og sundhedsmæssige samfundsgvinster. Den investering kommer mange gange igen.



Anders René Jensen
Indkøbsdirektør
i Rema 1000



At spise sammen er sjovere end at spise alene. At spise sammen giver lyst til at spise. At spise sammen styrker vores madkultur. At spise sammen skaber social sammenhængskraft. Når vi spiser sammen, har vi et mødeøjeblik med hinanden. Måltidet er ikke bare otte bogstaver – det er en maggiterning for god trivsel.



Louise Køster
Journalist og bondekone
på Rabarbergården

Mod flere medlemmer på side 16-17 og 32-33.

Et godt måltid i skolen er den sikreste vej til bedre sundhed, trivsel og fællesskab for en hel generation af børn og unge i Danmark.

Løsningen

I Danmark tilbringer børn mindst 2.000 dage i skolen gennem en skolegang fra 0.-9. klasse. Hver af de dage bør vi tilbyde dem mindst et sundt, involverende og fælles måltid mad på skolen.

På den måde sikrer vi, at alle børn og unge i skolen får energi til at lære og vokse, adgang til et måltidsfællesskab og del i en maddannelse, som langt fra alle får med hjemmefra.

Vi ved, det virker: Børn, der får skolemad, spiser mere. De lærer mere. De vokser mere. De får sundere madvaner. Og de får bedre muligheder for at blive en del af et fællesskab på skolen.

Skolemad til alle børn i Danmark er en stor økonomisk udskrivning. Men Madtanken mener, det er den bedste investering, vi kan gøre for en generation, der har brug for en håndsrækning gennem maden.

I befolkningen er der nu stor opbakning til at indføre madordninger i folkeskolen. Mange forældre mener, ligesom Madtanken, at skolemad skal være sund, involvere eleverne og spises i fællesskab.

4

gode grunde til at give alle børn et godt måltid mad i skolen

1

Mætte børn lærer bedst

Frokost og mellemmåltider i skoletiden skal dække halvdelen af dagens energibehov. Men rigtig mange børn er sultne i løbet af skoledagen. Det har både betydning for koncentration, indlæring og kognitiv udvikling (DCA 2017).

Børn, der ofte er sultne i skolen, læser dårligere end andre (DAC 2015). Men sund skolemad til alle kan være en del af løsningen. I en dansk forsøgsordning med skolemad faldt andelen af sultne elever fra 64 % før til 24 % efter indførelsen af sund skolemad, lavet på skolen og spist i fællesskab (Shakeri et al. 2021).

2

Skolemad fremmer sundhed og lige livsmuligheder

Nationale madordninger på skolerne er indført i flere af vores nabolande med meget tydelige resultater for folkesundheden og lige muligheder i livet.

I Sverige er voksne, der er vokset op med en skolemadsordning, i gennemsnit blevet 1 cm højere og har fået 3 % mere i livstidsindkomst end deres jævnaldrende. Effekten var størst for elever fra familier med en lav indkomst (Lundborg, Rooth og Pettersen 2022).

3

Børn, der spiser sammen, holder sammen

I løbet af et skoleliv tilbringer børn i Danmark mere end 2.000 dage i skolen. Hver af de dage er en mulighed for at få del i et måltidsfællesskab, der smitter af på det sociale liv som helhed.

En skolemadsordning kan spille positivt ind på det sociale fællesskab på skolen og give bedre sammenhold (Nielsen & Høyrup 2010; Benn et al. 2010; EVA 2017). Det beror ikke kun på selve maden, men også på rammerne omkring måltids-situationen (DCA 2017).

9 ud af 10

børn får i dag madpakke til frokost i løbet af en typisk skoleuge (Madkulturen 2024).

4

Maddannelse kommer ikke af sig selv

Voksne i Danmark laver stadig sjældnere mad fra bunden, og mindre end hver tiende børnefamilie har børn med i køkkenet på en typisk aften (Madkulturen 2022). Samtidig er er vi som forældre ikke altid de bedste forbilleder for en fremtidig madkultur, der skal være mere grøn, sund og bæredygtig.

Skolen er det eneste sted, vi kan sikre, at alle børn får del i en stærk madkultur. Det starter med et sundt måltid mad i skolen hver dag, hvor eleverne er involveret i arbejdet med maden og spiser den sammen.

85%

af danskerne bakker op om en skolemadsordning på landets folkeskoler (Madkulturen 2024).

Hvad er god skolemad?

Skolemad skal være **sund og lækker**

Mad er ikke bare mad. God mad i skolen skal være nærende, velsmagende, sanselig og leve op til kostrådernes anbefalinger for sundhed og klima.

Skolemad skal **involvare eleverne**

Skolemad er ikke bare god mad. Det skal også være en vigtig aktivitet, hvor eleverne er engageret og involveret. I beslutninger om maden. I køkkenarbejdet. Og omkring bordet.

Skolemad skal **spises i fællesskab**

God skolemad handler også om måltidssituationen. Den er en daglig anledning til at mødes og bygge relationer. Det kræver tid og gode rammer.

4 ud af 5 

forældre mener, at god skolemad er **sund** mad.

4 ud af 5 

forældre mener, at god skolemad er **mættende** mad.

2 ud af 3 

forældre lægger vægt på, at børnene skal spise maden **sammen** i skolen.

3 ud af 4 

forældre lægger vægt på, at børnene skal have god **tid** til at spise i skolen.

1 ud af 4 

forældre lægger vægt på, at **børnene er med** til at lave og/eller servere maden.

Hvad skal staten gøre?

Madtanken mener, at adgangen til et godt måltid mad bør være en **lovsikret** ret for alle børn i folkeskolen. Det er en stor udskrivning, men en god investering, der giver mange former for afkast for vores samfund langt ud i fremtiden. Derfor bør staten yde en **medfinansiering** ved implementering af skolemad og bidrage til at sikre de nødvendige rammer, fx i form af uddannelse til køkkenpersonale.

Hvad skal kommunerne gøre?

I kommunerne bør skolemad ses som en del af forebyggelsesarbejdet og som et centralt element i en kommunal **måltidsstrategi**. Kommunerne bør understøtte skolerne i at udvikle **lokale modeller**, der passer til forholdene i kommunen og på den enkelte skole.

Hvad skal skolerne gøre?

På skolerne skal maden tænkes ind som en vigtig forudsætning for at give alle børn mulighed for at **lære** og have en god skoledag. Arbejdet med maden bør ses som et centralt aspekt af skolens **dannelsesopgave** og de fælles måltider som en vigtig del af det sociale liv på skolen.

Madtanken mener...



Du er i skole. Klokken er 12. Dine venner har lige spist sammen. Men du har ikke madpakke med, så du er rigtig, rigtig sulten. Du er ikke med i fællesskabet i spisepausen. Og du kan ikke følge med i, hvad der sker i undervisningen. Sådan har alt for mange børn og unge det i dag. Lad os nu give alle ét fælles måltid om dagen gennem hele uddannelsessystemet. Så alle har mulighed for at få noget ud af deres uddannelse og være en del af fællesskabet på lige fod med hinanden.



Marie Holt Hermannsen
Fhv. formand for
Danske Skoleelever



Samfundsproblemer skal løses af samfundet! Skolemåltid til alle modvirker madfattigdom, indlæringsproblemer, dårlig ernæring, pressede børnefamilier, social isolation. Vi kan næsten ikke være bekendte at lade være!



Kia Ditlevsen
Sociolog, ph.d. og forsker ved
KU ved institut for fødevarer
og ressource-økonomi



Jeg tror, at tiden er moden til skolemåltid for alle. I årevis har vi skændtes om, hvem der skal betale, eller om familiernes frie valg skal fjernes. Men vi har fokuseret på det forkerte. Vi skal i stedet spørge, hvor længe vi som samfund vil vente på at tage det helt åbenlyst fornuftige skridt, det er at sikre alle skolebørn et godt måltid mad hver dag. Som samfund er regnestykket et overvældende plus. Og som familie eller barn i skolen kan gevinsten måske slet ikke gøres op i penge.



Thomas Roland
Chef for kvalitet og
ansvarlighed i Coop



Danmark er et foregangsland – på nogle områder. Men hold op, hvor vi halter på andre. SKOLEMAD skal være en lige så naturlig del af skoledagen, som lærere og ny viden. Alle målinger peger på de gode og vigtige resultater af netop et godt måltid. Hvad venter vi på?



Kamilla Seidler
Direktør i Restaurant Lola
og Hahnemanns Køkken

Mød flere medlemmer på side 16-17 og 24-25.

Kilder

Benn, J., & Mortensen, L. H. (2010):

Caserapport Rudolf Steiner-skolen. Case Rapport Rudolf Steiner-skolen, 1-38.

Brønnum-Hansen, Henrik et.al. (2021): Changes in life expectancy and lifespan variability by income quartiles in four Nordic countries, *BMJ Open* 11 (6), 2021.

Børns Vilkår (2019):

At stå udenfor: Hvordan styrker vi positive fællesskaber blandt børn og unge?

DCA, Aarhus Universitet (2015):

Mad og måltider i skolen.

DCA, Aarhus Universitet (2017):

Rammer for mad og måltider i skolen.

DCA, Aarhus Universitet (2018):

Rammer for mad og måltider i skolen.

DST, Bilstoft-Jensen, Fagt & Søndergaard Møller (2021):

Ulighed i børneovervægt i Danmark. DST-Analyse, 8. juli 2021.

Eva, Danmarks Evalueringsinstitut (2017):

Evaluering af projektet LOMA Et projekt, der integrerer tilberedning af sund skolemad i undervisningen i folkeskolen.

Lundborg, P. et. al. (2022): Long-Term Effects of Childhood Nutrition, *The Review of Economic Studies*, Volume 89.2, Marts 2022, ss. 876-908.

Madkulturen (2023a):

Med maden som indsats – Mad og måltider i økonomisk trængte børnefamilier.

Madkulturen (2023b):

Madkultur23 – Råvarer.

Madkulturen (2024):

Analysenotat: Skolemad i Danmark. Under udgivelse.

Nielsen, M. K., & Høyrup, J. F. (2010):

På vej mod ny skolemad: - en antropologisk undersøgelse af udfordringer og muligheder for EAT-skoler og Madskoler i København.

Shakeri, S. et. al (2021):

Integration of Food and Nutrition Education Across the Secondary School Curriculum. *Journal of Education and Training Studies*. Vol. 9, No. 6; June 2021.

SIF, Statens Institut for Folkesundhed – SDU (2023):

Skolebørnsundersøgelsen 2022.

SIF, Statens Institut for Folkesundhed – SDU (2024):

Danskernes sundhed 2023.

SST, Sundhedsstyrelsen (2015):

Fakta om kost.

SST, Sundhedsstyrelsen (2020):

Social ulighed i sundhed og sygdom Udviklingen i Danmark i perioden 2010 – 2017.

SST, Sundhedsstyrelsen (2022):

Den nationale sundhedsprofil .

SST, sundhedsstyrelsen (2024):

Danskernes sundhed. Den nationale sundhedsprofil 2023 – centrale udfordringer.

Tetens, I. et. al. (2018):

Fremme af sunde mad- og måltidsvaner blandt børn og unge. Vidensråd for Forebyggelse, 2018: 1-138.

VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd (2022):

Børn og unge i Danmark: Velfærd og trivsel 2022. København.

Madtanken er en tænketank nedsat af Madkulturen.

Maden har stort potentiale som middel til at fremme sundhed og mental trivsel for børn og unge. Det gælder i skolerne, i fritidslivet og i sociale indsatser for de mest udsatte grupper.

Hvad skal der til for at forløse det, så mad og måltider for alvor kan bidrage til at skabe positive sociale forandringer for næste generation?

Det er temæet for Madtanken i 2023/24.

Den består af 22 stærke profiler fra maddanmark, forskningsverdenen og det sociale område, som har samlet deres erfaringer, ønsker og anbefalinger til en mere socialt madkultur.

I Madtanken #4 får du Madtankens bud på, hvordan maden bliver en del af løsningen på samfundsudfordringer som ulighed i sundhed, madfattigdom og ensomhed.

Tak for mad.



MADKULTUREN
bedre mad til alle

Følg Madtankens arbejde på madkulturen.dk/madtanken