



# FARS STORE MADDAG

Forum for mænds sundhed og Fars køkkenskole inviterer alle partnere, kommuner, virksomheder og foreninger til at være med til Fars Store Maddag **tirsdag d. 13. juni 2017** i MHW.

Fars Store Maddag sætter fokus på mænds sundhed – og sætter far i centrum. Det handler om sundhed både i form af lækker mad, socialt samvær og en sjov oplevelse.

Over alt i Danmark skal der skrues op for mandehørmen og hyggen i køkkenet, for nu er det fædre og bedstefædre, der tager grydeskeerne i de stærke hænder.

Der skal laves "Fars Italienske kødboller med tomatsauce og pasta" og den skal serveres med stolthed og glæde – til nogen fædre holder af.

## Forskellige organisationer kan være med

I kan bakke op om Fars Store Maddag på forskellige måder:

*Som kommune* kan I invitere fædre og børn (2.-4.klasse) til en aften med Fars Store Maddag i et skolekøkken, hvor der sættes fokus på at lære fædre og børn nogle seje fif og fiduser og give dem en kanon køkkenoplevelse, der fortsætter hjemme i de små køkkener.

*Som forening* – fx *Mænds mødesteder* - kan I finde 10-12 mænd (bedstefædre), som alle inviterer deres børn eller børnebørn med til Fars Store Maddag i et skolekøkken og sammen kokkerer den lækre menu og også lærer fif og fiduser. I kan også være 10-12 fædre/bedstefædre, der hver inviterer en ven med i køkkenet.

*Som virksomhed* kan I få kantinen til at lave menuen til Fars Store Maddag og dele opskrifter ud til alle medarbejdere. Hvis I har mulighed for at gå op på den store klinge, kan I invitere de mandlige medarbejdere til en sjov fyraftens-madlavningsevent, hvor de laver mad sammen i virksomhedens køkken/kantine.

## Nemt at komme i gang

Alle partnere, kommuner og foreninger, som har lyst til at være med og afholde en lokal event i forbindelse med Fars Store Maddag, kan få hjælp til at komme i gang ved at få elektronisk inspirationsmateriale tilsendt i form af lille drejebog, en tidsplan, en indkøbsliste og et budget til at holde et arrangement.

Dette forventes klar i medio januar 2017.

I kan blive klædt rigtigt på til at kunne undervise i Fars Store Maddag ved at deltage i en workshop i Vallensbæk eller Århus i løbet af marts 2017, som afholdes af Fars køkkenskole.

## Lyst til at være med?

Kontakt Mette Bøgebjerg Jørgensen,  
projektleder for Fars køkkenskole, på  
[mbj@vallensbaek.dk](mailto:mbj@vallensbaek.dk) eller tlf. 27274114

**NORDEA  
FONDEN**  
Vi støtter gode liv

**FORUM FOR  
MÆNDS  
SUNDHED**

