**INTERVIEW**

**Bäckman: Eine Initiative der Deutschen Innungsbäcker**

**Interviewfragen an Frau Maren Andresen, Vorstandsvorsitzende der Werbegemeinschaft des Deutschen Bäckerhandwerks e.V., über Bäckman und eine ausgewogene Ernährung für Kinder**

*Berlin, im Januar 2017*

**Warum gehört Brot zu einer ausgewogenen Ernährung dazu?**

**Maren Andresen:** Beim Genuss eines Vollkornbrotes bekommen wir einen guten Schwung Ballaststoffe mitgeliefert, die uns das Gefühl geben, gut gegessen zu haben. Je höher der Anteil an Vollkornmehl ist, desto mehr Ballaststoffe sind enthalten. Wer aber nicht täglich Lust auf ausschließlich Vollkornbrot hat, muss kein schlechtes Gewissen haben, wenn er zum Baguette oder zu Kaiserbrötchen greift. Auch helles Weizenbrot enthält immer noch sehr viele wertvolle Inhaltsstoffe – zum Beispiel die Vitamine der B-Gruppe, Mineralien und ebenfalls Ballaststoffe.

**Wie sieht ein ausgewogenes Frühstück aus?**

**Maren Andresen:** Zu einem abwechslungsreichen Frühstück gehören Backwaren genauso wie frisches Obst oder Gemüse. Ich versuche bei meinen Kindern immer, so viel Abwechslung wie möglich ins Frühstück zu bringen, damit es nicht langweilig wird. Alleine bei den Backwaren hat man schon eine riesige Auswahl. Brot, mit oder ohne Körner, knusprige Vollkornbrötchen, Laugengebäck oder Bagels. Zu dem belegten Brot gibt es klein geschnittenes Obst oder Gemüse und natürlich etwas zu trinken. So können die Kinder fit in den Tag starten.

**Für alle, die Bäckman noch nicht kennen: Wer ist das?**

**Maren Andresen:** Der Comic-Held Bäckman ist der wahrscheinlich kleinste Bäcker der Welt. Er erklärt Kindern das Bäckerhandwerk, führt sie spielerisch an das Thema ausgewogene Ernährung heran und begeistert sie für unser Handwerk. Und er hat auch eine eigene Internetseite – [www.baeckman.de](http://www.baeckman.de). Kinder und Eltern erhalten zum Beispiel Frühstückstipps mit einfachen und kindgerechten Rezepten. In der Brot- und Brötchenkunde werden die vielen verschiedenen Brotsorten vorgestellt, die es in Deutschland gibt. Mit Bäckman kann aber auch gespielt, gebastelt und gesungen werden. „Brotgymnastik mit Bäckman“ lädt die Kinder beispielsweise ein, sich mehr zu bewegen. Die Turnübungen heißen „Baguette“ oder „Nussecke“. Auf der Seite findet man zudem viele Bastelideen wie das Formen von Salzteigfiguren oder Malvorlagen. Dadurch werden nicht nur die feinmotorischen Fähigkeiten geschult, auch das Gemeinschaftsgefühl wird gestärkt. Ein besonderes Highlight ist „Die Reise durchs Ich“. In kindgerechten Animationen erklärt Bäckman den Weg des Essens durch unseren Körper. Auch für Pädagogen gibt es auf der Webseite ein breites Angebot. Mit Arbeitsmaterialien für Kindergärtner und Grundschullehrer können die Themen Bewegung und ausgewogene Ernährung einfach in den Unterricht integriert werden.

**Was beinhaltet die Aktion Bäckman’s Backbus?**

**Maren Andresen:** Als besonderes Highlight der Initiative reist Bäckman mit seinem Backbus zu Kindergärten, Grundschulen und Bäckereien in ganz Deutschland. Im Backbus dürfen die Kinder selbst Hand anlegen. Es darf geknetet und gebacken werden. Das ist super für die Kleinen, denn sie lernen so spielerisch alles rund um den Beruf des Bäckers und auch zur ausgewogenen Ernährung. Da gehört natürlich auch das Frühstück dazu, was bei uns das zweite große Thema ist. Die Kids erfahren zum Beispiel, welche Zutaten bei einem guten Frühstück nicht fehlen dürfen und was ihnen Kraft für einen guten Start in den Tag verleiht.

**Bäckman: Eine Initiative der deutschen Innungsbäcker**

Die deutschen Innungsbäcker werden seit 1948 durch den Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks e.V. auf lokaler, regionaler, Bundes- sowie EU-Ebene vertreten. Als Spitzenverband des backenden Gewerbes in Deutschland vertritt der Zentralverband die Interessen von 12.155 Betrieben mit ca. 275.200 Beschäftigten in Bäckereien, Konditoreien, Familienbetrieben und Großbäckereien. Die Werbegemeinschaft des Deutschen Bäckerhandwerks e.V. wurde im Jahr 1971 mit dem Ziel gegründet, die Leistung der deutschen Innungsbäcker und die Qualität ihrer Backerzeugnisse öffentlich sichtbar zu machen. Mit der Initiative „Bäckman“ werden Kinder im Kindergarten- und Grundschulalter über den Beruf des Bäckers informiert und rund um die Themen Brot, Backwaren und das Bäckerhandwerk aufgeklärt.

**Pressekontakt**Maren Andresen, Vorstandsvorsitzende der Werbegemeinschaft des Deutschen Bäckerhandwerks e.V.

Susanne Fauck, Geschäftsführerin der Werbegemeinschaft des Deutschen Bäckerhandwerks e.V.

Tel.: (030) 20 64 55-34

E-Mail: wg@baeckerhandwerk.de