



13. - 17.04.2025

Sonntag, 13.04.2025

Anreise

12.30 – 13.30 Uhr Mittagessen
 13.30 – 15.30 Uhr Begrüßung, Vorstellungsrunde + Einführung ins Programm
 16.00 – 17.00 Uhr Nordsee Akademie: “Die Vitalstoffe”
 17.15 – 20.00 Uhr Schulküche: Einführung Küchenpraxis, Abendessen + Frühstück vorbereiten, Fortsetzung Vortrag “Vitalstoffe”

Dienstag, 15.04.2025

8.00 – 11.00 Uhr Schulküche: veg. Frühstück + Vortrag “Die Brotdose”
 11.30 – 13.30 Uhr Schulküche: Theorie & Praxis - gesundes Mittagessen
 14.00 – 17.00 Uhr Nordsee Akademie: Grundlagen Teil II: “Die Fette” und “Was ist gesund?”

Donnerstag, 17.04.2025

8.00 – 11.00 Uhr Schulküche: veg. Frühstück + Resteverwertung
 11.30 – 13.00 Uhr Vortrag: Die 17 SDGs am Bsp. der Solidarischen Landwirtschaft
 13.30 – 14.00 Uhr Feedback/Evaluation & Resümee
 14.00 Uhr Ende und Abreise

Täglich:

8.00 – 11.00 Uhr Schulküche Frühstück
 11.00 – 11.30 Uhr Pause
 11.30 – 13.30 Uhr Schulküche Mittagessen
 14.00 – 15.30 Uhr Vortrag NoA
 18.00 – 19.00 Uhr Abendessen NoA
 19.00 – 20.30 Uhr Unterricht nach Bedarf oder Freizeit: Sauna, Schwimmbad ...



NORDSEE AKADEMIE

Montag, 14.04.2025

8.00 – 11.00 Uhr Schulküche: veg. Frühstück + Vortrag “Ohne Leistungstief am Arbeitsplatz”
 11.30 – 13.30 Uhr Schulküche: Theorie & Praxis - gesundes Mittagessen
 14.00 – 17.00 Uhr Nordsee Akademie: Grundlagen Vortrag “Die Kohlenhydrate”, Teil 1 + Teil 2

Mittwoch, 16.04.2025

8.00 – 11.00 Uhr Schulküche: veg. Frühstück + Vortrag “Die Eiweiße”
 11.30 – 13.30 Uhr Schulküche: Theorie & Praxis - gesundes Mittagessen
 14.00 – 15.30 Uhr Nordsee Akademie Vortrag: Verbraucherzentrale SH
 16.00 – 17.00 Uhr Vorbereitung Frühstück

Gesund & fit im Berufsalltag durch Wissen um vitalstoffreiche Vollwerternährung

B I L D U N G S U R L A U B

Preise:

Einzelzimmer 749 € p. P.
 Firmenpreis 979 € inkl. MwSt.
 Doppelzimmer 709 € p. P.
 Tagesgast 649 € p. P. inkl. Vollpension

Frühbucherrabatt: minus 50 € auf die o.g. Preise. Gilt für eingehende Online-Anmeldung bis zum 31.10.2024.

Alle Preise inkl. Kost & Logis, Eintritt im angrenzenden Schwimmbad mit Sauna.

Buchungen: www.nordsee-akademie.de
Nordsee Akademie, Flensburger Str. 18, 25917 Leck

Nächster Termin:

25. - 29.08.2025

Programmänderungen vorbehalten.

Dozentin: Anne Bieback

Ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin (GGB - Gesellschaft für Gesundheitsberatung), Landwirtschaftliche Hauswirtschafterin (IHK SH) und Autorin „Vollwertgenuss von früh bis spät“ und „Süßer Vollwertgenuss“, cadmos-Verlag.
 Seit 2013 arbeitet Anne Bieback selbständig in ihrer Praxis für Gesundheitsberatung sowie als Dozentin.

