



08 | 04 | -
12 | 04 | 2024

Montag, 08.04.2024

Anreise
12.30 – 13.30 Uhr
13.30 – 15.30 Uhr

Mittagessen
Begrüßung, Vorstellungsrunde + Ausblick
auf das Programm
Nordsee Akademie: "Die Vitalstoffe"
Schulküche: Einführung Küchenpraxis,
Abendessen + Frühstück, Fortsetzung
Vortrag "Vitalstoffe"

16.00 – 17.00 Uhr
17.15 – 20.30 Uhr

 **NORDSEE AKADEMIE**

Gesund & fit im Berufsalltag
durch Wissen um vitalstoffreiche Vollwerternährung

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

Für Buchungen bis 31.10.2023:

Einzelzimmer 640 € p. P.
Doppelzimmer 600 € p. P.
Tagesgast 540 € p. P. inkl. Vollpension

Freundschaftspreis

Einzelzimmer 600 € p. P.*

*Zusammen anmelden und im Einzelzimmer nächtigen.
Gilt nur bei gemeinsamer Online-Anmeldung bis zum 31.10.2023
und ist nicht im Nachgang anwendbar. Bei späterem Rücktritt
einer Person gilt der Einzelzimmer-Preis.

Für Buchungen ab 01.11.2023:

Einzelzimmer 660 € p. P.
Doppelzimmer 620 € p. P.
Tagesgast 560 € p. P. inkl. Vollpension

Nächste Termine:

19.08. - 23.08.2024
21.10. - 25.10.2024

Alle Preise inkl. Kost & Logis, Eintritt im angrenzenden
Schwimmbad mit Sauna. Buchungen: www.nordsee-akademie.de
Nordsee Akademie, Flensburger Str. 18, 25917 Leck

Dienstag, 09.04.2024

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 – 15.30 Uhr Nordsee Akademie: Vortrag "Die
16.00 – 18.00 Uhr Kohlenhydrate", Teil 1 + Teil 2

Donnerstag, 11.04.2024

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 Vortrag: Verbraucherzentrale SH
"Klimaschutz schmeckt"

Mittwoch, 10.04.2024

8.00 – 11.00 Uhr Schulküche: veg. Frühstück + Vortrag
"Die Brotdose"
11.30 – 13.30 Uhr Schulküche: Theorie & Praxis - gesundes
Mittagessen
14.00 – 15.30 Uhr Grundlagen Teil II: Macht Fett "fett"?
16.00 – 18.00 Uhr Aktuelle Ernährungstrends:
Was ist tatsächlich gesund und wie
passt es in meinen Berufsalltag?

Freitag, 12.04.2024

8.00 – 11.00 Uhr Schulküche: veg. Frühstück +
Resteverwertung
11.30 – 13.00 Uhr Vortrag: Die Sustainable Development Goals
(SDGs) - Bsp. "Solidarische 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 ...

10 Jahre
1923-2023
Leben und Lernen

Referentin: 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.

