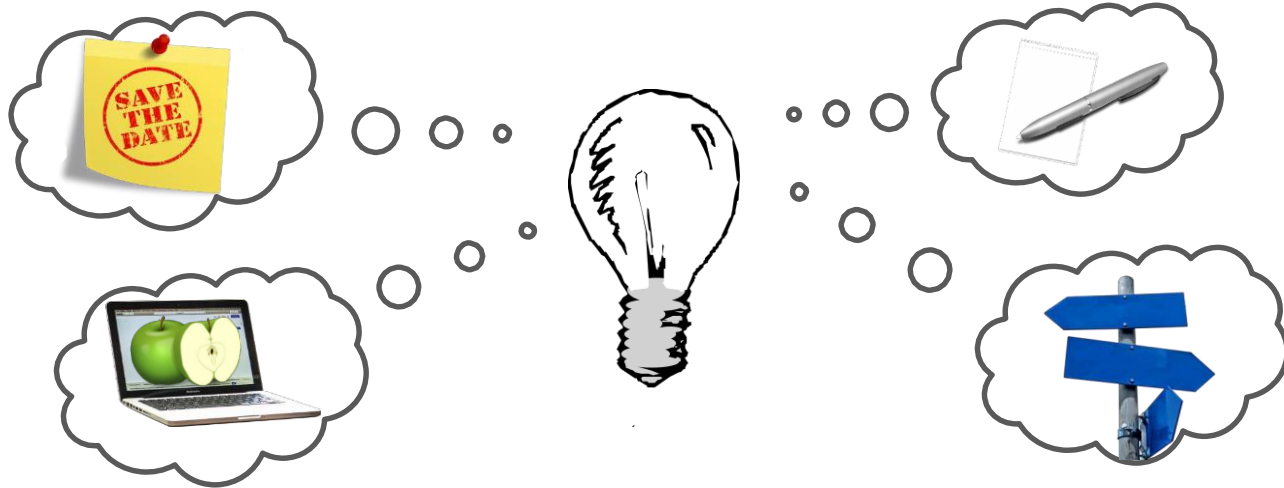


# Kursleiterschulungen 2021

der Kraaibeeck GmbH in Kooperation mit dem VDD e.V.  
Zertifizierte Kursprogramme für Ernährungsfachkräfte



# Ihre Vorteile auf einen Blick



**Keine zeitraubenden  
Zertifizierungsmaßnahmen**

Es erwarten Sie attraktive, zielgruppenorientierte Kursprogramme. Alle Konzepte sind bereits durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) zertifiziert und einsatzbereit.



**Keine stundenlange Arbeit  
an eigenen Konzepten**

Die Stundenbilder und Teilnehmerunterlagen sind bereit für die Nutzung.



**Keine endlose Suche  
nach Einsatzgebieten**

Die KraaibeeK GmbH agiert bundesweit in der betrieblichen Gesundheitsförderung. Sie profitieren durch langjährige Kontakte zu Firmen und Institutionen sowie jahrelange Erfahrungen im Bereich BGM/BGF.

# Warum ein Konzept erwerben

---

## Leistungen und Vorteile

Sie erhalten von der Kraaibeeck GmbH:

- ✓ ein zertifiziertes Kurskonzept (bundesweit bei der ZPP)
- ✓ fertige Kursmaterialien, Stundenverlaufspläne, inkl. Teilnehmerunterlagen

Sie können sich:

- ✓ mit diesem Konzept bei der ZPP registrieren und Bestandsschutz sichern (sh. Übergangsfrist 2018 – 2024 für die Prüfung nach Abschlüssen)\*
- ✓ Die Schulungsdauer ist anrechenbar auf die Prüfung nach Fachkompetenz (150 Std im Bereich z.B. Gesundheitsförderung)\*

# Inhaltsüberblick (1/2)

Achtung Neu:  
Essen nach dem Francke-Modell  
BGM meets BGF

Inhalt		Seite
<b>DIABETES – NEIN DANKE!</b> Das Typ 2 Diabetes Präventionsprogramm	Kursüberblick	6
	Termine	7-8
<b>ON THE ROAD</b> Gesunde Ernährung im Außendienst	Kursüberblick	9
	Termine	10-11
<b>JOBFOOD</b> Genussvoll und leistungsstark durch den Arbeitsalltag	Kursüberblick	12
	Termine	13-14
<b>SCHICHT IM SCHACHT</b> Richtig essen bei Schichtarbeit	Kursüberblick	15
	Termine	16-18
<b>TOP IN FORM</b> Gut essen & trinken – Gesund abnehmen	Kursüberblick	19
	Termine	20-21
<b>NUR DAS BESTE FÜR MEIN KIND</b> Essen ist Chefsache	Kursüberblick	21
	Termine	22

# Inhaltsüberblick (1/2)

Achtung Neu:  
Essen nach dem Francke-Modell  
BGM meets BGF

Inhalt		Seite
VITALITÄT & GENUSS – Essen nach dem Francke-Modell	Kursüberblick	23
	Termine	24
BGM meets BGF	Kursüberblick	25
	Termine	26
Preise		27
Informationen zur Anmeldung		28
Kontakt		29

# DIABETES – NEIN DANKE!

## Das Typ 2 Diabetes Präventionsprogramm

NEU!

Werden Sie Präventionsexpert\*in für eines der wichtigsten Präventionsfelder der heutigen Zeit. Dieses Kursprogramm wurde entwickelt in einem Gemeinschaftsprojekt von der KraaibeeK GmbH und Andrea Stensitzky-Thieleman.

### Zielgruppe

- ✓ Personen bzw. Berufstätige mit einem erhöhten Risiko, einen Typ 2 Diabetes zu entwickeln




### Inhalte der Schulung

- ✓ Hintergründe und Kompetenzen für die Beratung von Menschen mit erhöhtem Risiko
- ✓ Anamnese, Erfassung von Risikofaktoren, Krankheitsbilder Prädiabetes und Typ 2 Diabetes, Empfehlungen für die Zufuhr der Makronährstoffe sowie Thema Blutzucker und Insulin
- ✓ Verhaltens- und Lebensstilveränderungen
- ✓ Umsetzung und praktische Tipps für die Beratung



# DIABETES – NEIN DANKE!


## Das Typ 2 Diabetes Präventionsprogramm

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.02.19	Online	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	O-DP-04	10 – 14 Uhr
2021.03.10	Frankfurt am Main	A. Stensitzky-Thielemans	F-DP-05	10 – 16 Uhr
2021.04.15	Nürnberg	A. Stensitzky-Thielemans	N-DP-06	10 – 16 Uhr
2021.05.05	Online	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	O-DP-07	10 – 14 Uhr
2021.05.19	Frankfurt am Main	A. Stensitzky-Thielemans	F-DP-08	10 – 16 Uhr
2021.06.07	Nürnberg	A. Stensitzky-Thielemans	N-DP-09	10 – 16 Uhr
2021.07.07.	Frankfurt am Main	A. Stensitzky-Thielemans	F-DP-10	10 – 16 Uhr



# DIABETES – NEIN DANKE!

## Das Typ 2 Diabetes Präventionsprogramm

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.09.20	Nürnberg	A. Stensitzky-Thielemans	N-DP-11	10 – 16 Uhr
2021.10.13	Frankfurt am Main	A. Stensitzky-Thielemans	F-DP-12	10 – 16 Uhr
2021.11.15	Nürnberg	A. Stensitzky-Thielemans	N-DP-13	10 – 16 Uhr
2021.12.08	Frankfurt am Main	A. Stensitzky-Thielemans	F-DP-14	10 – 16 Uhr

Andrea Stensitzky-Thielemans  
Professionelle Ernährungsberatung





# ON THE ROAD

## Gesunde Ernährung im Außendienst

Gesunde Ernährung, wenn man ständig unterwegs ist - das ist für viele Menschen eine echte Herausforderung. Imbissbuden und Tankstellen locken mit Fast Food und zuckerreichen Snacks und Getränken. Wie schafft man es, sich unterwegs gut zu verpflegen und langfristig gesund zu bleiben? Mit dieser Schulung werden Sie Präventionsexpert\*in für dieses Thema. Dieses Kursprogramm wurde entwickelt von der Kraaibeek GmbH.

### Zielgruppe

- ✓ Im Außendienst arbeitende Personen in Bereichen wie: Vertrieb, Spedition und Berufskraftfahrer, Vertreter der Pharmaindustrie, Krankenkassen etc.




### Inhalte der Schulung

- ✓ Hintergründe und Beraterkompetenz für Menschen, die beruflich viel unterwegs sind
- ✓ Umsetzung und praktische Tipps für die Beratung



# ON THE ROAD

## Gesunde Ernährung im Außendienst

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.03.19	Magdeburg	Silke Zur	MD-OTR-04	10 - 16 Uhr
2021.03.26	Online	Ute Jentschura	O-OTR-05	10 - 14 Uhr
2021.04.23	Magdeburg	Silke Zur	MD-OTR-06	10 - 16 Uhr
2021.05.07	Magdeburg	Silke Zur	MD-OTR-07	10 - 16 Uhr
2021.05.07	Münster	Hanna-Kathrin Kraaibeek	MS-OTR-08	10 - 16 Uhr
2021.05.17	Regensburg	Anja Schneider	RG-OTR-09	10 - 16 Uhr
2021.06.25	Münster	Hanna-Kathrin Kraaibeek	MS-OTR-10	10 - 16 Uhr
2021.07.08	Magdeburg	Silke Zur	MD-OTR-11	10 - 16 Uhr

# ON THE ROAD

## Gesunde Ernährung im Außendienst

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.09.09	Magdeburg	Silke Zur	MD-OTR-12	10 - 16 Uhr
2021.09.28	Regensburg	Anja Schneider	RG-OTR-13	10 - 16 Uhr
2021.10.15	Magdeburg	Silke Zur	MD-OTR-14	10 - 16 Uhr
2021.11.12	Magdeburg	Silke Zur	MD-OTR-15	10 - 16 Uhr
2021.11.21	Regensburg	Anja Schneider	RG-OTR-16	10 - 16 Uhr

# JOBFOOD

## Genussvoll und leistungsstark durch den Arbeitsalltag

Einer unser Klassiker, denn die richtige Ernährung im Job betrifft fast jeden. Mit dieser Schulung werden Sie Präventionsexpert\*in für dieses Thema. Dieses Kursprogramm wurde entwickelt in einem Gemeinschaftsprojekt von der KraaibeeK GmbH und Yvonne Matthei (Konzeptinhaberin).

### Zielgruppe

Personen, die...

- ... stark in den Berufsalltag eingebunden sind
- ... viel gestresst sind und wenig Zeit für gesunde Ernährung haben
- ... in ihrer Leistungsfähigkeit eingeschränkt sind

### Inhalte der Schulung

- ✓ Hintergründe und Beraterkompetenz für Menschen, die beruflich viel unterwegs sind
- ✓ Umsetzung und praktische Tipps für die Beratung



- 3 Versionen zur Auswahl**
- Kompakt (2 x 180 Min.)
  - Komfort (8 x 60 Min.)
  - Klassik (12 x 90 Min.)

# JOBFOOD

## Genussvoll und leistungsstark durch den Arbeitsalltag

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.02.27	Nordhorn	Yvonne Matthei	NH-JF-03	10 – 16 Uhr
2021.04.30	Münster	Yvonne Matthei	MS-JF-04	10 – 16 Uhr
2021.05.22	Nordhorn	Yvonne Matthei	NH-JF-06	10 – 16 Uhr
2021.06.25	Münster	Yvonne Matthei	NH-JF-06	10 – 16 Uhr
2021.06.26	Nordhorn	Yvonne Matthei	NH-JF-05	10 – 16 Uhr
2021.09.24	Nordhorn	Yvonne Matthei	NH-JF-08	10 – 16 Uhr

Anmeldungen über:

[info@ernaehrungsberatung-nordhorn.de](mailto:info@ernaehrungsberatung-nordhorn.de)



# JOBFOOD

## Genussvoll und leistungsstark durch den Arbeitsalltag

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.09.25	Münster	Yvonne Matthei	MS-JF-11	10 – 16 Uhr
2021.11.13	Nordhorn	Yvonne Matthei	NH-JF-09	10 – 16 Uhr
2021.12.10	Nordhorn	Yvonne Matthei	NH-JF-10	10 – 16 Uhr
2021.12.10	Nordhorn	Yvonne Matthei	NH-JF-12	10 – 16 Uhr

Anmeldungen über:

[info@ernaehrungsberatung-nordhorn.de](mailto:info@ernaehrungsberatung-nordhorn.de)



# SCHICHT IM SCHACHT

## Richtig essen bei Schichtarbeit

Schichtarbeit ist eine besondere Herausforderung für unseren Körper und betrifft mittlerweile viele Menschen in den unterschiedlichsten Berufsgruppen. Mit dieser Schulung werden Sie Präventionsexpert\*in für dieses Thema. Dieses Kursprogramm wurde entwickelt von der Kraaibeeck GmbH.

### Zielgruppe

Im Schichtdienst arbeitende Personen in Bereichen wie...

- ... Krankenhäuser
- ... Pflegeheime
- ... Polizei und Feuerwehr
- ... Stahlindustrie
- ... Callcenter u. v. m.

### Inhalte der Schulung




- ✓ Hintergründe und Beraterkompetenz für Menschen, die beruflich viel unterwegs sind
- ✓ Umsetzung und praktische Tipps für die Beratung



**Version**  
Kompakt (2 x 180 Min.)

# SCHICHT IM SCHACHT


## Richtig essen bei Schichtarbeit

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.02.18	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-05	10 - 16 Uhr
2021.03.18	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-06	10 - 16 Uhr
2021.03.25	Online	Ute Jentschura	O-SIS-07	10 - 14 Uhr
2021.04.22	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-08	10 - 16 Uhr
2021.05.06	Münster	Hanna-Kathrin Kraaibeek	MS-SIS-09	10 - 16 Uhr
2021.05.06	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-10	10 - 16 Uhr
2021.05.08	Regensburg	Anja Schneider	RG-SIS-11	10 - 16 Uhr
2021.05.21	Regensburg	Anja Schneider	RG-SIS-12	10 - 16 Uhr






# SCHICHT IM SCHACHT

## Richtig essen bei Schichtarbeit

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.06.05	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-13	10 - 16 Uhr
2021.06.24	Münster	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	MS-SIS-14	10 - 16 Uhr
2021.08.14	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-15	10 - 16 Uhr
2021.09.10	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-16	10 - 16 Uhr
2021.09.18	Regensburg	Anja Schneider	RG-SIS-17	10 - 16 Uhr
2021.09.27	Regensburg	Anja Schneider	RG-SIS-18	10 - 16 Uhr
2021.10.14	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-19	10 - 16 Uhr
2021.11.11	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-20	10 - 16 Uhr

# SCHICHT IM SCHACHT

## Richtig essen bei Schichtarbeit

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.11.20	Regensburg	Anja Schneider	RG-SIS-21	10 - 16 Uhr
2021.12.04	Magdeburg	Silke Zur	MD-SIS-22	10 - 16 Uhr

# TOP IN FORM

## Gut essen & trinken – Gesund abnehmen

Übergewicht ist eines der bedeutendsten Risikofaktoren für zahlreiche Erkrankungen wie Krebs, Diabetes Typ-2 und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Mit dieser Schulung werden Sie Präventionsexpert\*in für dieses Thema. Dieses Kursprogramm wurde entwickelt von der Kraaibeek GmbH.

### Zielgruppe

- ✓ Personen, die...
  - ... wenig Zeit für gesunde Ernährung haben
  - ... gerne frustfrei abnehmen möchten
  - ... mehr Leistung und Lebensfreude im Alltag erleben wollen

### Inhalte der Schulung




- ✓ Hintergründe und Beraterkompetenz für Menschen mit Übergewicht und eingeschränkten kognitiven Fähigkeiten
- ✓ Umsetzung und praktische Tipps für die Beratung



**2 Version zur Auswahl:**  
Top in 4M (ab 40 J.)  
Top in 4M for all (ab 18 J.)

# TOP IN FORM

## Gut essen & trinken – Gesund abnehmen

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.03.03	Regensburg	Anja Schneider	RG-TOP-03	10 - 16 Uhr
2021.03.24	Online	Ute Jentschura	O-TOP-04	10 – 14 Uhr
2021.05.05	Online	Ute Jentschura	O-TOP-05	10 - 14 Uhr
2021.05.07	Regensburg	Anja Schneider	RG-TOP-06	10 - 16 Uhr
2021.06.23	Münster	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	MS-TOP-07	10 - 16 Uhr
2021.09.19	Regensburg	Anja Schneider	RG-TOP-08	10 – 16 Uhr
2021.11.09	Regensburg	Anja Schneider	RG-TOP-09	10 – 16 Uhr
2021.11.27	Deggendorf	Anja Schneider	DG-TOP-10	10 – 16 Uhr

# NUR DAS BESTE FÜR MEIN KIND

## Essen ist Chefsache

Das Kind gesund zu ernähren ist für viele Eltern gar nicht so einfach. Fehlendes Wissen und „Kinderprodukte“ sorgen für Verwirrung. Mit dieser Schulung werden Sie Präventionsexpert\*in für dieses Thema. Dieses Kursprogramm wurde entwickelt von der KraaibeeK GmbH.

### Zielgruppe

- ✓ Eltern, die...
  - ... Kinder im Alter von 4 bis 7 Jahren haben
  - ... ihre Familie zu einem verbesserten Ess- und Ernährungsverhalten bewegen möchten

### Inhalte der Schulung

- ✓ Hintergründe und Beraterkompetenz für Eltern mit Kleinkindern
- ✓ Umsetzung und praktische Tipps für die Beratung



# NUR DAS BESTE FÜR MEIN KIND

## Essen ist Chefsache

 Datum		 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.03.23	Münster	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	MS-NDB-02	10 – 16 Uhr
2021.05.04	Münster	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	MS-NDB-03	10 – 16 Uhr
2021.06.22	Münster	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	MS-NDB-04	10 – 16 Uhr

# VITALITÄT UND GENUSS – Essen nach dem Francke Modell

Welche Rolle spielt Ernährung im (Arbeits-) Alltag? Man greift häufiger zu Fast-Food, Fertiggerichten, Schokoriegel, Süßgetränk und Kaffee? Was hält aber fit und leistungsfähig? Entdecken Sie Essen als Energietankstelle im Alltag, Vitalität & Genuss – Essen nach dem Francke-Modell. Im Kurs erhalten Sie viele praxistaugliche Tipps rund um die optimale Mahlzeitengestaltung.

## Zielgruppe




- ✓ Personen, die...
  - ... Ernährungsgewohnheiten hinterfragen
  - ... Gesundes Essen von der Basis her lernen
  - ... mehr Leistungsfähigkeit und Lebensfreude durch genussvolles Essen erreichen wollen

## Inhalte der Schulung

- ✓ Hintergründe und Beraterkompetenz für Menschen, die die Basis gesunder und genussvoller Vitalität von Grund auf erlernen möchten
- ✓ Umsetzung und praktische Tipps für die Beratung



# VITALITÄT UND GENUSS – Essen nach dem Francke Modell

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.03.12	Online	Astrid Francke	O-V+G-02	14 - 18 Uhr
2021.04.09	Online	Astrid Francke	O-V+G-03	14 - 18 Uhr
2021.04.30	Neumünster	Astrid Francke	NMS-V+G-04	10 - 16 Uhr
2021.05.21	Neumünster	Astrid Francke	NMS-V+G-05	10 - 16 Uhr

Kann ein Präsenztermin aufgrund weiterhin bestehender Corona-Maßnahmen nicht stattfinden, findet automatisch am gleichen Tag die Onlineschulung statt



# BGM meets BGF – Grundlagenseminar

Das Jahr 2021 bietet viele neue Möglichkeiten und Chancen für die Betriebliche Gesundheitsförderung! Corona hat den Fokus auf gesunde Ernährung und Lebensweise gelegt!

**Aber wie stellen wir uns als Dienstleister dar? Wie können wir vermitteln, dass BGF sich lohnt.** Dazu sind **Hintergrundwissen der Rahmenbedingungen und Organisationsabläufe** für Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) und BGF notwendig. Nur so kann man sich als kompetenter Partner bei Unternehmen platzieren.

## Zielgruppe

- ✓ Ernährungsfachkräfte, die...
  - ... im BGF tätig sind oder werden wollen
  - ... Hintergrundwissen zum Umgang mit Krankenkassen erwerben wollen
  - ... die Anwendung der Gesetzeslage verstehen wollen

## Inhalte der Schulung

- ✓ Aktuelle Tendenzen und Möglichkeiten
- ✓ Hintergrundwissen
- ✓ Digitalisierung in der Prävention
- ✓ Strategische und praktische Umsetzungstipps

## Leistungen und Vorteile

- ✓ Einbettung der Anforderungen an selbstständige Ernährungsfachkräfte in den aktuellen Kontext
- ✓ Gesetze in Zusammenhang gebracht
- ✓ Planung von Modulen und Maßnahmen
- ✓ Strategie und Projektplanung
- ✓ Praxisbeispiele aus der Runde der TN



# BGM meets BGF – Grundlagenseminar

---

 Datum	 Schulungsort	 Referent/in	Kurs-Kürzel (bitte bei Anmeldung angeben)	
2021.04.09	Online	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	O-BGM-01	10 -16 Uhr
2021.04.10	Online	Hanna-Kathrin Kraaibeeck	O-BGM-01	09 - 15 Uhr

# Preisübersicht

---

Leistungen	Ernährungsfachkräfte	VDD Mitglieder	VDD+SNN Mitglieder
Präsenz-Schulung je Online-Schulung je	<b>390,00 €* 390,00 €* 390,00 €* 390,00 €*</b>	<b>350,00 €* 350,00 €* 350,00 €* 350,00 €*</b>	<b>320,00 €* 320,00 €* 320,00 €* 320,00 €*</b>

\*Preis ab 2021 - zuzüglich der gesetzlichen Mehrwertsteuer.

# Informationen zur Anmeldung

Für folgende Kurse melden Sie sich bitte online an unter

<https://kraaibeeek.de/fortweiterbildungen/>

- SCHICHT IM SCHACHT
- FIT MIT GENUSS AB 20+ / 50+
- ON THE ROAD
- NUR DAS BESTE FÜR MEIN KIND
- TOP IN FORM
- DIABETES – NEIN DANKE (MS+PI!)

## GESUND UND FIT

Weitere Informationen und Anmeldungen über:  
[margarete.nowag@alice.de](mailto:margarete.nowag@alice.de)

## JOBFOOD

Weitere Informationen und Anmeldungen über:  
[info@ernaehrungsberatung-nordhorn.de](mailto:info@ernaehrungsberatung-nordhorn.de)

## DIABETES - NEIN DANKE1

Kurse, die Frau Stensitzky-Thielemans anbietet:  
[ernaehrung@stensitzky-thielemans.de](mailto:ernaehrung@stensitzky-thielemans.de)

# Unsere Kontaktdaten

---



## **Kraaibeek GmbH**

Am Drosteipark 3  
25421 Pinneberg

Tel.: 04101/805 05 47  
Fax: 04101/805 07 02

Email: [info@kraaibeek.de](mailto:info@kraaibeek.de)

**Haben Sie noch Fragen?**  
Wir freuen uns auf Ihren Anruf  
oder Ihre Email!

Alle aktuellen Kurse und Termine finden Sie  
auch auf unserer Homepage

<https://kraaibeek.de/fort-weiterbildungen/>

**Es können auch Inhouse-Schulungen mit  
Wunschterminen vereinbart werden.**

