



Landesverband  
der Volkshochschulen  
Schleswig-Holsteins e.V.

## Volkshochschulen in Schleswig-Holstein: Bildungsurlaub 2024/25

Stand: 26.08.2024

**(Fragen zum Inhalt der Kurse werden von der anbietenden Volkshochschule beantwortet.  
Die Internetadressen und Telefonnummern finden Sie auf der letzten Seite)**

### Gesellschaft/Politik/Umwelt

Weltnaturerbe Wattenmeer im Klimawandel  
Veränderungen – Den Übergang in den Ruhestand gestalten (für Frauen)  
Imker-Anfängerkurs  
Wattenmeer und Halligland – Naturerleben im Nationalpark  
Gendergerechte Stadtplanung – Eine Stadt für alle – Wien macht es vor (inkl. Unterkunft u. Verpflegung) (An- u. Abreise müssen selbst organisiert werden)

### Ort/Kursbeginn

Husum: 09.09. bis 13.09.2024  
Akademie am See: 07. bis 11.10.2024  
Heide: 31.03. bis 04.04.2025  
Husum: 21.07. bis 25.07.2025  
Heide: 01.09. bis 05.09.2025

### Psychologie, Rhetorik, Selbstmanagement

Positive Psychologie  
Rhetorik – Intensivtraining II  
Sich selbst und andere besser verstehen – Persönlichkeit – Körpersprache – Kommunikation  
Systemisches Coaching, Grundlagen (I) – Ansätze und Strategien für die prozessorientierte Praxis  
Systemisches Coaching, Trainingscamp (III)  
Menschen gewinnen – exzellent führen!  
Rhetorik – Intensivtraining II (mit Übernachtung u. Vollverpflegung)  
Kompetent und verantwortungsvoll führen  
Erfolgreich Teams, Projektgruppen und Meetings leiten  
Telefongespräche erfolgreich führen  
Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg – Vertiefungskurs  
Rhetorik-Training – Erfolgreich kommunizieren  
Systemisches Coaching, Trainingscamp (III)  
Kommunikationstraining – klar, auf den Punkt und selbstbewusst kommunizieren  
Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg – Vertiefungskurs  
Achtsame, gewaltfreie und mutige Kommunikation  
Work-Life-Balance  
NLP – Neuro-Linguistisches Programmieren

### Ort/Kursbeginn

Elmshorn: 09.09. bis 13.09.2024  
Flensburg: 16.09. bis 20.09.2024  
Akademie am See: 16.09. bis 20.09.2024  
Bad Oldesloe: 23.09. bis 27.09.2024  
Bad Oldesloe: 23.09. bis 27.09.2024  
Elmshorn: 07.10. bis 11.10.2024  
Flensburg: 07.10. bis 11.10.2024  
Rendsburg: 10.10. bis 11.10.2024  
Norderstedt: 14.10. bis 18.10.2024  
Norderstedt: 14.10. bis 15.10.2024  
Pinneberg: 16.10. bis 20.10.2024  
Pinneberg: 16.10. bis 20.10.2024  
Bad Oldesloe: 21.10. bis 25.10.2024  
Norderstedt: 21.10. bis 25.10.2024  
Pinneberg: 21.10. bis 25.10.2024  
Quickborn: 21.10. bis 25.10.2024  
Wedel: 21.10. bis 25.10.2024  
Husum: 04.11. bis 08.11.2024

## Psychologie, Rhetorik, Selbstmanagement

Förderung bewusster Kommunikation und authentischer, zwischenmenschlicher Beziehungen im Beruf (Bildungsurlaub auf Sylt)  
Moderation von Konfliktsituationen und schwierigen Situationen am Arbeitsplatz  
Kommunikation mit NLP  
Wirkungsvolle Kommunikation – Der positive Weg  
Planst Du noch oder lebst Du schon? Zeitmanagement ist Selbstmanagement  
„Die Würfel sind gefallen“ ... Akzeptanz von unabänderbaren Situationen  
Moderation von Konfliktsituationen  
Rhetorik und Kommunikation für den Beruf  
Systemisches Coaching, Trainings-Camp  
Selbst-Coaching – neue Wege zur Entfaltung meines Potenzials  
NLP - Neuro-Linguistisches Programmieren  
Systemische Paarberatung (IV)  
Rhetorik und Präsentation  
Treffen Sie angemessene Entscheidungen!  
Achtsame, gewaltfreie und mutige Kommunikation  
Systemisches Coaching, Grundlagen (I) – Ansätze und Strategien für die prozessorientierte Praxis  
Grundlagen der Mitarbeiterführung für angehende und junge Führungskräfte  
Kommunikationstraining – klar, auf den Punkt und selbstbewusst kommunizieren  
Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg - Basiskurs  
Neuro-Linguistisches Programmieren (NLP) – Basiskurs  
Der rote Faden meines Lebens  
Positive Psychologie  
Erfolgreicher durch gelungene Rhetorik  
Erfolgreich Teams, Projektgruppen und Meetings leiten  
Selbst-Coaching – neue Wege zur Entfaltung meines Potenzials  
Rhetorik – Intensivtraining I  
Planst Du noch oder lebst Du schon? Zeitmanagement ist Selbstmanagement  
Erfolgreiche Kommunikation am Arbeitsplatz – kompetent, empathisch und diplomatisch agieren  
Rhetorik-/Kommunikationstraining- auf den Punkt und selbstbewusst kommunizieren  
Mentale Konfliktlösungen  
Systemisches Coaching, Aufbauseminar (II) – Ansätze und Strategien für den beruflichen Alltag  
Moderation von Konfliktsituationen und schwierigen Situationen am Arbeitsplatz (vhs-Digitalkurs)  
NLP (Neurolinguistisches Programmieren)  
Achtsame, gewaltfreie und mutige Kommunikation  
Systemisches Coaching, Grundlagen (I) – Ansätze und Strategien für die prozessorientierte Praxis  
Moderation von Konfliktsituationen und schwierigen Situationen am Arbeitsplatz (vhs-Digitalkurs)  
Systemisches Coaching, Aufbauseminar (II) – Ansätze und Strategien für den beruflichen Alltag  
Rhetorik-/Kommunikationstraining – auf den Punkt und selbstbewusst kommunizieren  
Achtsame, gewaltfreie und mutige Kommunikation  
„Die Würfel sind gefallen“ ... Akzeptanz von unabänderbaren Situationen

## Ort/Kursbeginn

Elmshorn: 11.11. bis 15.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 11.11. bis 15.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 11.11. bis 15.11.2024  
Itzehoe: 11.11. bis 15.11.2024  
Quickborn: 11.11. bis 15.11.2024  
Quickborn: 11.12. bis 13.12.2024  
Geesthacht: 18.11. bis 22.11.2024  
Husum: 18.11. bis 22.11.2024  
Bad Oldesloe: 20.11. bis 24.11.2024  
Quickborn: 20.11. bis 22.11.2024  
Neumünster: 02.12. bis 06.12.2024  
Bad Oldesloe: 09.12. bis 13.12.2024  
Bordesholm-Wattenbek: 16.12. bis 18.12.2024  
Förde-vhs in Kiel: 13.01. bis 15.01.2025  
Quickborn: 13.01. bis 17.01.2025  
Bad Oldesloe: 20.01. bis 24.01.2025  
Elmshorn: 20.01. bis 24.01.2025  
Norderstedt: 20.01. bis 24.01.2025  
Pinneberg: 20.01. bis 24.01.2025  
Pinneberg: 20.01. bis 24.01.2025  
Förde-vhs in Kiel: 21.01. bis 24.01.2025  
Elmshorn: 27.01. bis 31.01.2025  
Förde-vhs in Kiel: 27.01. bis 31.01.2025  
Norderstedt: 03.02. bis 07.02.2025  
Quickborn: 12.02. bis 14.02.2025  
Flensburg: 17.02. bis 21.02.2025  
Quickborn: 24.02. bis 28.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 03.03. bis 07.03.2025  
Pinneberg: 03.03. bis 07.03.2025  
Heide: 17.03. bis 21.03.2025  
Bad Oldesloe: 17.03. bis 21.03.2025  
Förde-vhs in Kiel: 31.03. bis 04.04.2025  
Heide: 31.03. bis 04.04.2025  
Quickborn: 07.04. bis 11.04.2025  
Bad Oldesloe: 12.05. bis 16.05.2025  
Förde-vhs in Kiel: 02.06. bis 06.06.2025  
Bad Oldesloe: 28.07. bis 01.08.2025  
Pinneberg: 28.07. bis 01.08.2025  
Quickborn: 28.07. bis 01.08.2025  
Quickborn: 06.08. bis 08.08.2025

## Psychologie, Rhetorik, Selbstmanagement

Selbst-Coaching – neue Wege zur Entfaltung meines Potenzials  
Positive Psychologie  
Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg – Vertiefungskurs  
Systemisches Coaching, Trainingscamp (III)  
Systemische Paarberatung (IV)  
Planst Du noch oder lebst Du schon? Zeitmanagement ist Selbstmanagement  
„Die Würfel sind gefallen“ ... Akzeptanz von unabänderbaren Situationen

## Kultur - Gestalten

Fotoreise Helgoland  
Biografisches Arbeiten und dessen kreative Umsetzung  
Der eigene Schaffensprozess als Tür zur Kreativität  
Geschichten in Bildern erzählen – Einführung in die Reisefotografie  
Kreatives Schreiben  
Husum im Bild – gemalt, gezeichnet  
Achtsam im Skizzenbuch – Mit Achtsamkeit zu einer neuen kreativen Routine  
Eine kreative Reise zu meinem Selbst  
Theodor Storms lyrische und novellistische Vorbildorte – eine Literaturtopografie  
Einführung in das gegenständliche Zeichnen  
Kunst – Mal einfach!  
Sketchnotes: Kreativ Präsentieren und Notieren lernen!  
Fotografie: „Bessere Fotos mit der eigenen Kamera“ im Beruf u. Alltag  
Verantwortungsbewusst leiten (für Kita-Leitungen)  
Kreative Malschule – Intensivkurs Malen und Zeichnen  
Eine Woche Fotografie  
Eine Woche Fotografie für Fortgeschrittene  
Bilder machen – experimentelle Malerei  
Der eigene Schaffensprozess als Tür zur Kreativität  
Geschichten in Bildern erzählen – Einführung in die Reisefotografie  
Freiraum Kunst  
Experimentieren mit Maltechniken  
Eine kreative Reise zu meinem Selbst  
Kunst. Epochen. Vielfalt: Ein neuer Blick auf Kunstgeschichte  
Fotografie: „Bessere Fotos mit der eigenen Kamera“ im Beruf u. Alltag  
Fotoreise Helgoland  
Fotografieren im Weltnaturerbe und Nationalpark Wattenmeer  
Theodor Storms lyrische und novellistische Vorbildorte – eine Literaturtopografie  
Naturfotografie im Weltnaturerbe Wattenmeer  
Husum im Bild – gemalt, gezeichnet

## Gesundheitsbildung

Resilienz und Stressmanagement – Wege zu mehr Widerstandskraft und Gelassenheit in Beruf und Alltag  
Resilienz und Stressmanagement im Beruf  
Gehirnjogging – das Gedächtnistraining für Ihre geistige Fitness im Beruf und Alltag  
Fit und flexibel in Körper und Geist durch die Feldenkrais-Methode  
Shiatsu und Akupressur-Massage

## Ort/Kursbeginn

Quickborn: 03.09. bis 05.09.2025  
Elmshorn: 08.09. bis 12.09.2025  
Pinneberg: 08.09. bis 12.09.2025  
Bad Oldesloe: 22.09. bis 26.09.2025  
Bad Oldesloe: 20.10. bis 24.10.2025

Quickborn: 20.10. bis 24.10.2025

Quickborn: 26.11. bis 28.11.2025

## Ort/Kursbeginn

Förde-vhs in Kiel: 02.09. bis 06.09.2024  
Förde-vhs in Kiel: 02.09. bis 06.09.2024  
Förde-vhs in Kiel: 09.09. bis 13.09.2024  
Förde-vhs in Kiel: 09.09. bis 13.09.2024  
Neumünster: 09.09. bis 13.09.2024  
Husum: 23.09. bis 27.09.2024

Flensburg: 07.10. bis 11.10.2024  
Husum: 07.10. bis 11.10.2024

Husum: 14.10. bis 18.10.2024  
Flensburg: 21.10. bis 25.10.2024  
Förde-vhs in Kiel: 21.10. bis 25.10.2024  
Norderstedt: 21.10. bis 25.10.2024  
Quickborn: 21.10. bis 25.10.2024  
Förde-vhs in Kiel: 07.11. bis 08.11.2024  
Geesthacht: 25.11. bis 29.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 27.01. bis 31.01.2025  
Förde-vhs in Kiel: 10.02. bis 14.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 17.02. bis 21.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 17.02. bis 21.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 17.02. bis 21.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 17.02. bis 21.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 24.02. bis 28.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 24.02. bis 28.02.2025  
Husum: 03.03. bis 07.03.2025  
Lübeck: 10.03. bis 14.03.2025  
Quickborn: 10.03. bis 14.03.2025  
Förder-vhs in Kiel: 24.03. bis 28.03.2025  
Husum: 10.06. bis 13.06.2025

Husum: 16.06. bis 20.06.2025  
Husum: 23.06. bis 27.06.2025  
Husum: 14.07. bis 18.07.2025

## Ort/Kursbeginn

Heide: 02.09. bis 06.09.2024  
Husum: 09.09. bis 13.09.2024

Quickborn: 11.09. bis 13.09.2024  
Heide: 23.09. bis 27.09.2024  
Förde-vhs in Kiel: 23.09. bis 27.09.2024

## Gesundheitsbildung

Rückenfit im Beruf und Alltag  
Shiatsu II  
Tai-Chi für Beruf und Alltag  
Gesundes Gehirn, entspannt Seele – der Schlüssel zu Konzentration, Wohlbefinden und Stressresistenz  
„Slow Time“ – Entschleunigung und Stressbewältigung durch Achtsamkeit  
Hatha-Yoga  
Stressbewältigung durch Achtsamkeitsschulung –MBSR  
Stressbewältigung mit BenefitYoga® - Aufbaukurs  
Stress- und Burnout-Prophylaxe  
Bewusstheit durch Bewegung: Einführung in die Feldenkrais®-Methode  
Stressbewältigung mit Hilfe von Qigong  
Yogawoche für Frauen – mehr Gelassenheit in Beruf und Alltag  
Bewusst und beweglich im beruflichen Alltag mit der Feldenkrais Methode  
Yoga und Stressbewältigung für Beruf und Alltag  
Yoga – seine Kraft, seine Sanftheit, seine Demut  
Yoga Meditation Entspannung für Ihre Gesundheit  
Yoga als wertvolle Methode zur Stressbewältigung in Beruf u. Alltag  
Yoga – Stressabbau und Gesundheitsförderung  
Stressbewältigung durch Achtsamkeitsschulung – mit Methoden vom MBSR\*-Training, Stressniveau im (Berufs-)Leben senken  
Timeout statt Burnout  
Stressbewältigung durch Achtsamkeitsschulung mit MBSR  
Dank Hatha Yoga den (Berufs-) Alltag besser meistern  
Rückenfit im Beruf und Alltag  
Yoga zum Stressabbau und als Hilfe im Beruf – Aufbauender Kurs für Menschen mit Erfahrungen im Yoga bzw. Menschen, die bereits einen Bildungsurlaub Yoga zum Stressabbau mitgemacht haben  
Yoga im Yoga-Vidya-Stil®  
Gesunder Rücken am Arbeitsplatz für Ihre Gesundheit  
Entspannung, Achtsamkeit, Meditation für Ihre Gesundheit, unser Baukasten für Ihr Stressmanagement  
Gesund und gut gewappnet für den Beruf – mit Resilienz Anforderungen und Veränderungen begegnen  
Taijiquan  
Stressmanagement und Entspannung  
Raus aus dem Stress – Gelassen und kraftvoll im Alltag  
Stressfalle Homeoffice  
Stress bewältigen: Gelassenheitstraining, Stretching, Muskelentspannung  
Kleine Bewegung mit großer Wirkung – Feldenkrais intensiv  
Mentales Stressmanagement (im Rahmen beruflicher Weiterbildung für Beschäftigte mit Multiplikatorenfunktion aus sozialen, pädagogischen u. therapeutischen Bereichen sowie aus dem Gesundheitswesen)  
„Ich habe es in der Hand“ – mein Weg zu einem selbstbestimmten (Arbeits-)Leben, auch in stressigen Zeiten – Stressbewältigung...  
Stressbewältigung durch BenefitYoga® und Meditation  
Entspannung, Achtsamkeit, Meditation für Ihre Gesundheit, unser Baukasten für Ihr Stressmanagement  
Mehr Lachen und Leichtigkeit im Alltag  
„Wann ist perfekt perfekt?“ – raus aus der „Perfekt-Falle“ – Stressmanagement in Beruf und Alltag  
Im Berufsalltag nicht untergehen – Aufbau und Stärkung persönlicher Resilienz  
Aktive Stressbewältigung mit BenefitYoga® - Grundkurs

## Ort/Kursbeginn

Elmshorn: 07.10. bis 11.10.2024  
Husum: 07.10. bis 11.10.2024  
Schleswig: 07.10. bis 11.10.2024  
  
Akademie am See: 07.10. bis 11.10.2024  
  
Elmshorn: 14.10. bis 18.10.2024  
Heide: 14.10. bis 18.10.2024  
Quickborn: 14.10. bis 18.10.2024  
Schleswig: 14.10. bis 18.10.2024  
Eutin: 21.10. bis 24.10.2024  
Eutin: 21.10. bis 24.10.2024  
Flensburg: 21.10. bis 25.10.2024  
Halstenbek: 21.10. bis 25.10.2024  
  
Husum: 21.10. bis 25.10.2024  
Husum: 21.10. bis 25.10.2024  
Neumünster: 21.10. bis 25.10.2024  
Quickborn: 21.10. bis 25.10.2024  
Quickborn: 21.10. bis 25.10.2024  
Schenefeld/Pi.: 21.10. bis 25.10.2024  
  
Schenefeld/Pi.: 21.10. bis 25.10.2024  
Akademie am See: 21.10. bis 25.10.2024  
Pinneberg: 23.10. bis 27.10.2024  
Brunsbüttel: 24.10. bis 30.10.2024  
Elmshorn: 07.10. bis 11.10.2024  
  
Elmshorn: 04.11. bis 08.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 04.11. bis 08.11.2024  
Quickborn: 04.11. bis 06.11.2024  
  
Quickborn: 04.11. bis 08.11.2024  
  
Ahrensburg: 11.11. bis 13.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 11.11. bis 15.11.2024  
Henstedt-Ulzburg: 11.11. bis 15.11.2024  
Husum: 11.11. bis 15.11.2024  
Neumünster: 11.11. bis 13.11.2024  
  
Pinneberg: 11.11. bis 15.11.2024  
Akademie am See: 11.11. bis 25.11.2024  
  
Heide: 18.11. bis 22.11.2024  
  
Heide: 25.11. bis 29.11.2024  
Husum: 25.11. bis 29.11.2024  
  
Quickborn: 25.11. bis 29.11.2024  
Wedel: 25.11. bis 27.11.2024  
  
Quickborn: 27.11. bis 29.11.2024  
  
Rendsburg: 27.11. bis 29.11.2024  
Schleswig: 02.12. bis 06.12.2024

## Gesundheitsbildung

Bewusst und beweglich im beruflichen Alltag mit der Feldenkrais Methode II

Yoga als wertvolle Methode zur Stressbewältigung in Beruf und Alltag  
Entspannung, Achtsamkeit, Meditation für Ihre Gesundheit, unser Baukasten für Ihr Stressmanagement

Yoga und Pilates zum Stressabbau

Stressbewältigung durch Achtsamkeitsschulung –MBSR

Aktive Stressbewältigung mit BenefitYoga® - Grundkurs

Aufbaukurs: Stressbewältigung mit Hilfe von Qigong

MBSR-Kompaktkurs: Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Yoga zum Stressabbau

Stress bewältigen mit Achtsamkeit und faszialem Stretching

Qi Gong auf Sylt

Stress bewältigen: Gelassenheitstraining, Stretching, Muskelentspannung

Gesunde Belastbarkeit: Resilienz und Achtsamkeit

Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Yoga zum Stressabbau und als Hilfe im Beruf

Raus aus dem Stress – Gelassen und kraftvoll im Alltag

„Wann ist perfekt perfekt?“ – raus aus der „Perfekt-Falle“ –

Stressmanagement in Beruf und Alltag

Rückenfit im Beruf und Alltag

Mindfulness Stressbewältigung – Positive Gedanken kultivieren

Yoga, Achtsamkeit und Meditation im Berufsalltag

Yoga als wertvolle Methode zur Stressbewältigung in Beruf und Alltag

Shiatsu und Akupressurmassage

Yogawoche für Frauen – mehr Gelassenheit in Beruf und Alltag

Stress- und Burnout-Prophylaxe

Bewusstheit durch Bewegung: Einführung in die Feldenkrais®-Methode

Stressbewältigung durch Yoga in Alltag und Beruf

„Slow Time“ – Entschleunigung und Stressbewältigung durch

Achtsamkeit

Shiatsu I

Entspannung, Achtsamkeit, Meditation für Ihre Gesundheit, unser

Baukasten für Ihr Stressmanagement

Yoga als wertvolle Methode zur Stressbewältigung in Beruf und Alltag

Resilienz stärken und Glücksmomente erleben in Beruf und Alltag

Mindfulness Stressbewältigung 2.0 – Fortgeschritten – Positive

Gedanken kultivieren

Aufblühen statt ausbrennen: Resilienz entwickeln und gesund bleiben

trotz beruflicher Anforderungen (für Frauen) in Bad Malente

Yoga als wertvolle Methode zur Stressbewältigung in Beruf u. Alltag

MBSR-Kompaktkurs: Stressbewältigung durch Achtsamkeit

Taijiquan

Wieder zu Atem kommen

Entspannung, Achtsamkeit, Meditation für Ihre Gesundheit, unser

Baukasten für Ihr Stressmanagement

„Slow Time“ – Entschleunigung und Stressbewältigung durch

Achtsamkeit

Achtsame, gewaltfreie und mutige Kommunikation

Rückenfit im Beruf und Alltag

Stressbewältigung mit Hilfe von Qigong

Yogawoche für Frauen – mehr Gelassenheit in Beruf und Alltag

Entspannung, Achtsamkeit, Meditation für Ihre Gesundheit, unser

Baukasten für Ihr Stressmanagement

Yoga als wertvolle Methode zur Stressbewältigung in Beruf u. Alltag

## Ort/Kursbeginn

Husum: 06.01. bis 10.01.2025

Quickborn: 06.01. bis 10.01.2025

Quickborn: 06.01. bis 10.01.2025

Tornesch-Uetersen: 06.01. bis 10.01.2025

Quickborn: 13.01. bis 17.01.2025

Schleswig: 13.01. bis 17.01.2025

Flensburg: 20.01. bis 24.01.2025

Halstenbek: 27.01. bis 31.01.2025

Pinneberg: 27.01. bis 30.01.2025

Norderstedt: 03.02. bis 07.02.2025

Förde-vhs in Kiel: 10.02. bis 14.02.2025

Pinneberg: 10.02. bis 14.02.2025

Husum: 17.02. bis 21.02.2025

Heide: 24.02. bis 28.02.2025

Elmshorn: 03.03. bis 07.03.2025

Husum: 17.03. bis 21.03.2025

Quickborn: 19.03. bis 21.03.2025

Elmshorn: 24.03. bis 28.03.2025

Flensburg: 31.03. bis 04.04.2025

Husum: 07.04. bis 11.04.2025

Quickborn: 07.04. bis 11.04.2025

Schleswig: 07.04. bis 11.04.2025

Halstenbek: 11.04. bis 17.04.2025

Eutin: 14.04. bis 17.04.2025

Eutin: 14.04. bis 17.04.2025

Pinneberg: 22.04. bis 25.04.2025

Elmshorn: 12.05. bis 16.05.2025

Husum: 19.05. bis 23.05.2025

Quickborn: 16.06. bis 20.06.2025

Quickborn: 16.06. bis 20.06.2025

Förde-vhs in Kiel: 23.06. bis 27.06.2025

Flensburg: 30.06. bis 04.07.2025

Ahrensburg: 07.07. bis 11.07.2025

Quickborn: 11.08. bis 15.08.2025

Halstenbek: 25.08. bis 29.08.2025

Eutin: 01.09. bis 05.09.2025

Husum: 08.09. bis 12.09.2025

Quickborn: 08.09. bis 12.09.2025

Elmshorn: 15.09. bis 19.09.2025

Quickborn: 22.09. bis 26.09.2025

Elmshorn: 13.10. bis 17.10.2025

Flensburg: 20.10. bis 24.10.2025

Halstenbek: 20.10. bis 24.10.2025

Quickborn: 20.10. bis 24.10.2025

Quickborn: 20.10. bis 24.10.2025

## Gesundheitsbildung

Bewusst und beweglich im beruflichen Alltag mit der Feldenkrais Methode I

„Wann ist perfekt perfekt?“ – raus aus der „Perfekt-Falle“ –

Stressmanagement in Beruf und Alltag

Raus aus dem Stress – Gelassen und kraftvoll im Alltag

Yoga als wertvolle Methode zur Stressbewältigung in Beruf und Alltag

Stressbewältigung mit Hilfe von Qigong

## Sprachen

Chinesisch kompakt für Anfänger\*innen

Dänisch für Beruf und Alltag A1/A2 – für Teilnehmer\*innen mit Vorkenntnissen

Dänisch – Stufe A 1: „Dansk på to uger“

Dänisch – Stufe A 1.1: „Dansk for begyndere“

Dänisch – Stufe A 1.2

Dänisch-Intensivkurs für Anfänger\*innen

Dänisch A 1

Dänisch „Dansk for begyndere“

Dänisch – A 1 intensiv

Dänisch ohne Vorkenntnisse A 1

Dänisch für Beruf und Alltag A 1.1 – für Anfänger\*innen ohne

Vorkenntnisse

Dänisch intensiv – Auffrischkurs A 1

Dänisch – Stufe A 2+: Samfund, familie og traditioner i Danmark

Dänisch für Anfänger A 1.1

Dänisch A 2

Dänisch Stufe A 1.1

Dänisch A 1 mit leichten Vorkenntnissen

Dänisch – Stufe A 1: „Dansk på to uger“

Dänisch – Stufe A 1.1: „Dansk for begyndere“

Dänisch – Stufe A 1.2

Dänisch für leicht Fortgeschrittene A 2

Dänisch für Beruf und Alltag A 1.1 – für Anfänger\*innen ohne

Vorkenntnisse

Dänisch A 1

Dänisch für Beruf und Alltag A 1/A 2 – für Teilnehmer\*innen

mit Vorkenntnissen

Dänisch für Fortgeschrittene

Dänisch für Beruf und Alltag A 1.1 – für Anfänger\*innen ohne

Vorkenntnisse

Dänisch – A 1 intensiv

Dänisch für Beruf und Alltag A 1/A 2 – für Teilnehmer\*innen mit

Vorkenntnissen

Dänisch für Beruf und Alltag A 1.1 – für Anfänger\*innen ohne

Vorkenntnisse

Deutsch B 2 Beruf

Deutsch B 2 Beruf

## Ort/Kursbeginn

Husum: 03.11. bis 07.11.2025

Quickborn: 05.11. bis 07.11.2025

Husum: 10.11. bis 14.11.2025

Quickborn: 05.01. bis 09.01.2026

Flensburg: 26.01. bis 30.01.2026

## Ort/Kursbeginn

Husum: 21.10. bis 25.10.2024

Flensburg: 09.09. bis 13.09.2024

Förde-vhs in Kiel: 09.09. bis 13.09.2024

Förde-vhs in Kiel: 09.09. bis 13.09.2024

Förde-vhs in Kiel: 16.09. bis 20.09.2024

Husum: 23.09. bis 27.09.2024

Elmshorn: 14.10. bis 18.10.2024

Brunsbüttel: 21.10. bis 25.10.2024

Eutin: 21.10. bis 25.10.2024

Oldenburg: 04.11. bis 08.11.2024

Flensburg: 11.11. bis 15.11.2024

Husum: 18.11. bis 22.11.2024

Förde-vhs in Kiel: 25.11. bis 29.11.2024

Rendsburg: 02.12. bis 06.12.2024

Rendsburg: 09.12. bis 13.12.2024

Norderstedt: 06.01. bis 10.01.2025

Lübeck: 27.01. bis 31.01.2025

Förde-vhs in Kiel: 03.02. bis 14.02.2025

Förde-vhs in Kiel: 03.02. bis 07.02.2025

Förde-vhs in Kiel: 10.02. bis 14.02.2025

Oldenburg: 24.02. bis 28.02.2025

Flensburg: 10.03. bis 14.03.2025

Elmshorn: 24.03. bis 28.03.2025

Flensburg: 07.04. bis 11.04.2025

Eutin: 05.05. bis 09.05.2025

Flensburg: 16.06. bis 20.06.2025

Eutin: 28.07. bis 01.08.2025

Flensburg: 15.09. bis 19.09.2025

Flensburg: 10.11. bis 14.11.2025

Pinneberg: 21.10. bis 25.10.2024

Pinneberg: 11.04. bis 17.04.2025

## Sprachen

Englisch B 1/B 1+ in Cambridge – Konversation u. Auffrischung  
Brush Up Your English B 1  
Activate your English A 2 Everyday English  
Englisch – B 1 Refresher  
Englisch – Stufe A 2 – “Conversation for work, life and travel”  
Englisch Auffrischkurs A 1/A 2  
Englisch – Stufe A 1: „Auffrischung“  
Englisch B 1  
English for Everyday A2/B1  
Englisch – Stufe B 1+ “Auffrischung und Konversation Intermediate  
Englisch A 2 – “Mut zum Sprechen” Teil 1  
Englisch für Anfänger A 1.1  
Englisch A 2 am Arbeitsplatz  
A New Start B 1 – Refresher II  
Englisch Auffrischkurs A 2  
Englisch – A 2 Refresher  
Englisch – B 2 Refresher  
Englisch – Stufe B 2: „Professional English“  
English Refresher A 2/B 1  
Englisch – Stufe B 1 – Conversation for work, life and travel  
Business English – B 1  
Tell us about it! – B 2 Conversation  
Englisch – B 1 Refresher  
Englisch – Stufe A 2 – „Conversation for work, life and travel“  
Englisch Stufe B 1 – Auffrischung  
Englisch – Stufe B 2.1: “Auffrischung Upper-Intermediate“  
Englisch Auffrischkurs A 2  
Brush up Your Business English A 2/B 1  
Activate your English A 2.2 – Everyday English  
Activate your English A 1.2 – Everyday English  
Englisch A 1 – Mut zum Sprechen Teil 3  
Englisch – Stufe C 1: „Advanced English“  
Englisch Auffrischkurs B 1  
Business English A 2  
Englisch B 2  
Englisch von Anfang an A 1.1 – Einstieg in die Sprache und Kultur  
Englisch – Stufe B 1: „Conversation for work, life and travel“  
Englisch – Stufe B 1.1: “Auffrischung Pre-Intermediate“  
Englisch – Stufe B 1.2: „Auffrischung Intermediate“  
Brush Up Your English – Englisch Auffrischung A 2  
Englisch Auffrischkurs A 2  
Englisch für den Büroalltag A 2/B 1

Finnisch für Anfänger A 1.1

Französisch für Anfänger A 1.1  
Französisch Auffrischkurs A 1/A 2  
Französisch A 1.1  
Französisch für Anfänger\*innen: Stufe A 1.1

Italienisch – Stufe A 2 „Auffrischung“  
Italienisch – Stufe A 1 (ohne Vorkenntnisse)  
Italienisch für Anfänger A 1.1  
Italienisch A 1 – Aufbaukurs  
Italienisch Stufe A 1.2

## Ort/Kursbeginn

Förde-vhs in Kiel: 08.09. bis 13.09.2024  
Husum: 09.09. bis 13.09.2024  
Lübeck: 16.09. bis 20.09.2024  
Elmshorn: 23.09. bis 27.09.2024  
Förde-vhs in Kiel: 23.09. bis 27.09.2024  
Flensburg: 07.10. bis 11.10.2024  
Förde-vhs in Kiel: 07.10. bis 11.10.2024  
Rendsburg: 07.10. bis 11.10.2024  
Heide: 09.10. bis 15.10.2024  
Förde-vhs in Kiel: 14.10. bis 18.10.2024  
Pinneberg: 21.10. bis 25.10.2024  
Rendsburg: 21.10. bis 25.10.2024  
Wedel: 22.10. bis 23.10.2024  
Bargteheide: 04.11. bis 08.11.2024  
Flensburg: 04.11. bis 08.11.2024  
Elmshorn: 11.11. bis 15.11.2024  
Elmshorn: 18.11. bis 22.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 18.11. bis 22.11.2024  
Rendsburg: 18.11. bis 22.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 02.12. bis 06.12.2024  
Husum: 02.12. bis 06.12.2024  
Bad Oldesloe: 06.01. bis 10.01.2025  
Elmshorn: 20.01. bis 24.01.2025  
Förde-vhs in Kiel: 20.01. bis 24.01.2025  
Norderstedt: 20.01. bis 24.01.2025  
Förde-vhs in Kiel: 27.01. bis 31.01.2025  
Flensburg: 03.02. bis 07.02.2025  
Geesthacht: 03.02. bis 07.02.2025  
Lübeck: 03.02. bis 07.02.2025  
Lübeck: 10.02. bis 14.02.2025  
Pinneberg: 10.02. bis 14.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 24.02. bis 28.02.2025  
Flensburg: 03.03. bis 07.03.2025  
Flensburg: 31.03. bis 04.04.2025  
Flensburg: 05.05. bis 09.05.2025  
Heide: 14.05. bis 20.05.2025  
Förde-vhs in Kiel: 02.06. bis 06.06.2025  
Förde-vhs in Kiel: 30.06. bis 04.07.2025  
Förde-vhs in Kiel: 07.07. bis 11.07.2025  
Husum: 08.09. bis 12.09.2025  
Flensburg: 03.11. bis 07.11.2025  
Heide: 12.11. bis 18.11.2025

Rendsburg: 04.11. bis 08.11.2024

Rendsburg: 23.09. bis 27.09.2024  
Flensburg: 14.10. bis 18.10.2024  
Flensburg: 25.11. bis 29.11.2024  
Norderstedt: 02.06. bis 06.06.2025

Förde-vhs in Kiel: 02.09. bis 06.09.2024  
Neumünster: 09.09. bis 13.09.2024  
Rendsburg: 07.10. bis 11.10.2024  
Henstedt-Ulzburg: 13.01. bis 17.01.2025  
Norderstedt: 13.01. bis 17.01.2025

## Sprachen

Italienisch – Stufe A 1: „Italiano in due settimane“  
Italienisch – Stufe A 1.1  
Italienisch – Stufe A 1.2  
Italienisch A 1/A 2  
Italienisch – Stufe A 1 (ohne Vorkenntnisse)

Japanisch – Stufe A 1.1

Norwegisch für Anfänger\*innen – Stufe A 1.1  
Norwegisch Stufe B 2  
Norwegisch zum Auffrischen A 1.3  
Norwegisch für Anfänger  
Norwegisch für Anfänger A 1.1  
Norwegisch für Anfänger\*innen Stufe A 1.1  
Norwegisch – Stufe A 1.3  
Norwegisch – Stufe A 2  
Norwegisch – Stufe B 1.1  
Norwegisch – Stufe B 1.3  
Norwegisch – Stufe A 1.2  
Norwegisch A 1.1  
Norwegisch von Anfang an A 1.1 – Sprache, Land und Leute  
Norwegisch – Stufe A 1.1  
Norwegisch A 1.1

Plattdeutsch: „Hier warrt platt snackt!“  
Plattdeutsch: „Hier warrt platt snackt!“  
„Snack man eenfach Plattdüütsch“

Polnisch – Kompaktkurs für Anfänger\*innen

Portugiesisch für Anfänger (A 1.1)

Schwedisch A 1 für Anfänger\*innen oder Teilnehmende mit leichten Vorkenntnissen  
Schwedisch von Anfang an A 1.1  
Schwedisch A 1  
Schwedisch Anfangskurs A 1.1  
Schwedisch A 1.1  
Schwedisch A 1.1  
Svenska B 1  
Svenska C 1  
Schwedisch A 1  
Schwedisch A 1 – „Svenska pa tva uker“  
Schwedisch – Stufe A 1.1  
Schwedisch – Stufe A 1.2  
Schwedisch A 1.1

## Ort/Kursbeginn

Förde-vhs in Kiel: 17.03. bis 28.03.2025  
Förde-vhs in Kiel: 17.03. bis 21.03.2025  
Förde-vhs in Kiel: 24.03. bis 28.03.2025  
Flensburg: 19.05. bis 23.05.2025  
Neumünster: 01.09. bis 05.09.2025

Förde-vhs in Kiel: 16.06. bis 20.06.2025

Akademie am See: 23.09. bis 27.09.2024  
Norderstedt: 21.10. bis 25.10.2024  
Heide: 23.10. bis 29.10.2024  
Schleswig: 04.11. bis 08.11.2024  
Rendsburg: 02.12. bis 06.12.2024  
Norderstedt: 06.01. bis 10.01.2025  
Norderstedt: 13.01. bis 17.01.2025  
Norderstedt: 20.01. bis 24.01.2025  
Norderstedt: 27.01. bis 31.01.2025  
Norderstedt: 03.02. bis 07.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 17.02. bis 21.02.2025  
Flensburg: 24.02. bis 28.02.2025  
Heide: 05.03. bis 11.03.2025  
Förde-vhs in Kiel: 23.06. bis 27.06.2025  
Flensburg: 01.12. bis 05.12.2025

Förde-vhs in Kiel: 30.09. bis 02.10.2024  
Förde-vhs in Kiel: 10.06. bis 12.06.2025  
Husum: 04.11. bis 08.11.2024

Husum: 14.10. bis 18.10.2024

Rendsburg: 27.01. bis 31.01.2025

Lübeck: 09.09. bis 13.09.2024  
Heide: 11.09. bis 17.09.2024  
Elmshorn: 09.12. bis 13.12.2024  
Wedel: 20.01. bis 24.01.2025  
Husum: 10.02. bis 14.02.2025  
Flensburg: 12.02. bis 14.02.2025  
Lübeck: 17.02. bis 21.02.2025  
Lübeck: 24.02. bis 28.02.2025  
Elmshorn: 05.05. bis 09.05.2025  
Förde-vhs in Kiel: 12.05. bis 23.05.2025  
Förde-vhs in Kiel: 12.05. bis 16.05.2025  
Förde-vhs in Kiel: 19.05. bis 23.05.2025  
Flensburg: 13.10. bis 17.10.2025



## Sprachen

Spanisch A 2  
Spanisch A 1.1  
Spanisch A 1  
Spanisch intensiv – Hören und Verstehen A 1.2  
Spanisch – Stufe A 1: „Español en dos semanas“  
Spanisch – Stufe A 1.1  
Spanisch Kompaktkurs für Anfänger\*innen  
Spanisch A 1.2  
Spanisch von Anfang an A 1.1 – Sprache, Land und Leute  
Spanisch – Stufe A 1.2  
Spanisch Auffrischkurs A 1.2  
Spanisch A 1.1  
Spanisch – Stufe A 1: „Español en dos semanas“  
Spanisch – Stufe A 1.1  
Spanisch – Stufe A 1.2  
Spanisch Refresher A 2 – erfolgreich in Beruf und im privaten Bereich  
Spanisch Anfangskurs A 1.1  
Spanisch – Stufe A 1: „Español en dos semanas“  
Spanisch A 1/A 2  
Spanisch A 1 für Anfänger\*innen  
Spanisch – Stufe A 1.2  
Spanisch Intensivkurs für Anfänger  
Spanisch A 1.2  
Spanisch A 2  
Spanisch – Stufe A 1: „Español en dos semanas“  
Spanisch – Stufe A 2.1  
Spanisch – Stufe A 2.2  
Spanisch A 1.1  
Spanisch – Stufe A 1.3  
Spanisch Auffrischkurs A 1.2  
Spanisch Kompaktkurs für Anfänger\*innen  
Spanisch A 1/A 2  
Spanisch A 1.3  
Spanisch A 1.1  
Spanisch A 2  
Spanisch intensiv – Hören und Verstehen A 1.2  
Spanisch A 1.1  
Spanisch A 1/A 2  
Spanisch A 2/B 1  
Spanisch Auffrischkurs A 1.2  
Spanisch A 1.1  
Spanisch A 2  
Spanisch A 1.1  
Spanisch Auffrischkurs A 1.2  
Spanisch A 2  
Spanisch A 1

Deutsche Gebärdensprache  
Deutsche Gebärdensprache

## Ort/Kursbeginn

Lübeck: 16.09. bis 20.09.2024  
Flensburg: 23.09. bis 27.09.2024  
Elmshorn: 21.10. bis 25.10.2024  
Eutin: 21.10. bis 25.10.2024  
Förde-vhs in Kiel: 04.11. bis 08.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 04.11. bis 08.11.2024  
Husum: 04.11. bis 08.11.2024  
Wedel: 04.11. bis 08.11.2024  
Heide: 06.11. bis 12.11.2024  
Förde-vhs in Kiel: 11.11. bis 15.11.2024  
Flensburg: 18.11. bis 22.11.2024  
Flensburg: 09.12. bis 13.12.2024  
Förde-vhs in Kiel: 06.01. bis 17.01.2025  
Förde-vhs in Kiel: 06.01. bis 10.01.2025  
Förde-vhs in Kiel: 13.01. bis 17.01.2025  
Quickborn: 13.01. bis 17.01.2025  
Wedel: 13.01. bis 17.01.2025  
Pinneberg: 20.01. bis 24.01.2025  
Flensburg: 27.01. bis 31.01.2025  
Lübeck: 27.01. bis 31.01.2025  
Norderstedt: 27.01. bis 31.01.2025  
Itzehoe: 03.02. bis 07.02.2025  
Lübeck: 03.02. bis 07.02.2025  
Lübeck: 10.02. bis 14.02.2025  
Förde-vhs in Kiel: 03.03. bis 14.03.2025  
Förde-vhs in Kiel: 03.03. bis 07.03.2025  
Förde-vhs in Kiel: 10.03. bis 14.03.2025  
Flensburg: 17.03. bis 21.03.2025  
Förde-vhs in Kiel: 05.05. bis 09.05.2025  
Flensburg: 12.05. bis 16.05.2025  
Husum: 12.05. bis 16.05.2025  
Flensburg: 02.06. bis 06.06.2025  
Heide: 18.06. bis 24.06.2025  
Flensburg: 07.07. bis 11.07.2025  
Flensburg: 21.07. bis 25.07.2025  
Eutin: 28.07. bis 01.08.2025  
Flensburg: 17.11. bis 21.11.2025  
Flensburg: 23.11. bis 27.11.2025  
Flensburg: 26.01. bis 30.01.2026  
Flensburg: 23.02. bis 27.02.2026  
Flensburg: 16.03. bis 20.03.2026  
Flensburg: 20.04. bis 24.04.2026  
Flensburg: 22.06. bis 26.06.2026  
Flensburg: 21.09. bis 25.09.2026  
Flensburg: 22.09. bis 26.09.2026  
Flensburg: 14.12. bis 18.12.2026

Bad Oldesloe: 14.10. bis 18.10.2024  
Bad Oldesloe: 13.01. bis 17.01.2025

## Arbeit - Beruf

EDV im Büroalltag  
Büro-Programme für Einsteiger\*innen  
Fit im Büro: Basiswissen Word – Excel – Outlook  
MS Office im Büroalltag – Korrespondieren, Kommunizieren und Kalkulieren  
Fit fürs Büro – Word und Excel 2019  
Microsoft Office Kompaktkurs I – Grundkurs  
Microsoft 365 (Online)  
Office 365 kompakt (Word, Excel, Outlook)  
Fit im Büro: Aufbaukurs Word – Excel – Powerpoint  
Office 2016  
Büro-Programme für Einsteiger\*innen  
PC-Anwendungen im Büroalltag  
EDV im Büroalltag  
Microsoft Office - mit geringen Vorkenntnissen  
Office 365 Kompaktangebot  
Den Büroalltag meistern mit Microsoft Office 2013  
Microsoft Office  
Fit im Büro für Fortgeschrittene  
Microsoft 365  
Fit im Büro für Fortgeschrittene  
MS Office 2021  
MS Office – Word, Excel, PowerPoint  
Fit im Büro: Basiswissen Word – Excel – Outlook  
EDV im Büroalltag  
Büro-Programme für Einsteiger\*innen  
Fit im Büro: Aufkurs Word – Excel – Powerpoint  
Büro-Programme für Einsteiger\*innen  
PC-Anwendungen im Büroalltag  
Büro-Programme für Einsteiger\*innen  
Office im Büroalltag – Korrespondieren, Kommunizieren u. Kalkulieren  
PC-Anwendungen im Büroalltag

Excel für Einsteiger  
Microsoft Excel Kompaktkurs  
Tabellenkalkulation mit MS Excel – Grundlagen  
Office 365 – Excel  
Excel – Grundlagen für Einsteiger/innen  
Excel: Zum Excel-Profi in 5 Tagen!  
Excel Einsteiger

PowerPoint – Visuelle Unterstützung von Vorträgen und mehr  
Präsentieren mit PowerPoint

Access – Datenbankanwendungen 2013/2016 – Datenmengen  
ordnen und nutzen  
Datenbank mit Access kennen lernen und anwenden  
Access – Grundlagen  
Access – Datenbankanwendungen 2013/2016 – Datenmengen  
ordnen und nutzen

## Ort/Kursbeginn

Elmshorn: 23.09. bis 27.09.2024  
Husum: 23.09. bis 27.09.2024  
Elmshorn: 14.10. bis 18.10.2024  
Flensburg: 14.10. bis 18.10.2024  
Bad Oldesloe: 21.10. bis 22.10.2024  
Pinneberg: 21.10. bis 25.10.2024  
Quickborn: 21.10. bis 23.10.2024  
Rendsburg: 21.10. bis 25.10.2024  
Elmshorn: 04.11. bis 08.11.2024  
Sachsenwald/Reinbek: 04.11. bis 08.11.2024  
Husum: 04.11. bis 08.11.2024  
Husum: 11.11. bis 15.11.2024  
Husum: 11.11. bis 15.11.2024  
Oldenburg: 11.11. bis 15.11.2024  
Bad Segeberg: 18.11. bis 21.11.2024  
Geesthacht: 18.11. bis 22.11.2024  
Wedel: 25.11. bis 29.11.2024  
Elmshorn: 02.12. bis 06.12.2024  
Geestfacht: 02.12. bis 06.12.2024  
Elmshorn: 09.12. bis 13.12.2024  
Henstedt-Ulzburg: 13.01. bis 17.01.2025  
Halstenbek: 27.01. bis 31.01.2025  
Elmshorn: 10.02. bis 14.02.2025  
Elmshorn: 03.03. bis 07.03.2025  
Husum: 03.03. bis 07.03.2025  
Elmshorn: 10.03. bis 14.03.2025  
Husum: 10.03. bis 14.03.2025  
Husum: 12.05. bis 16.05.2025  
Husum: 22.09. bis 26.09.2025  
Flensburg: 20.10. bis 24.10.2025  
Husum: 17.11. bis 21.11.2025

Elmshorn: 09.09. bis 13.09.2024  
Pinneberg: 11.11. bis 15.11.2024  
Ahrensburg: 18.11. bis 22.11.2024  
Bad Segeberg: 25.11. bis 27.11.2024  
Geesthacht: 02.12. bis 06.12.2024  
Norderstedt: 13.01. bis 17.01.2025  
Elmshorn: 30.06. bis 04.07.2025

Flensburg: 07.10. bis 11.10.2024  
Husum: 17.02. bis 19.02.2025

Flensburg: 16.09. bis 20.09.2024  
Elmshorn: 02.12. bis 06.12.2024  
Bad Oldesloe: 06.01. bis 07.01.2025  
Flensburg: 29.09. bis 06.10.2025

## Arbeit - Beruf

Grafikdesign für Nichtgrafiker\*innen und Quereinsteigende  
Adobe Photoshop (Online-Kompaktkurs I)  
Adobe Photoshop (Online-Kompaktkurs I)  
Adobe Photoshop (Online-Kompaktkurs I)  
Bildbearbeitung mit Photoshop Elements  
Professionelles Layout mit Adobe InDesign CS6/CC  
Professionelles Layout mit Adobe InDesign CS6/CC  
Photoshop Lightroom – Ein Workflow  
Digitale Fotografie und Bildbearbeitung  
Adobe InDesign (Online-Kompaktkurs)  
Adobe InDesign (Online-Kompaktkurs)  
Adobe InDesign (Online-Kompaktkurs)  
Adobe Photoshop (Online-Kompaktkurs I)  
Bildbearbeitung mit Photoshop CC  
Adobe Photoshop Online-Kompaktkurs I  
Photoshop CS6/CC

Webseiten mit WordPress erstellen  
Arbeiten mit WordPress  
WordPress – Einstieg für Anfänger (Basis-Wissen)  
Arbeiten mit WordPress  
Arbeiten mit WordPress

Effektives Arbeiten mit Outlook  
Outlook: E-Mails, Kalender und Aufgaben  
Effektives Arbeiten mit Outlook

Netzwerk unter Windows Server 2022  
Einführung in die objektorientierte Programmierung mit Java SDK 21

KI-Woche: Eine Reise in die Welt der Künstlichen Intelligenz  
Erstellen Sie Ihre Webseite und nutzen Sie KI zur Texterstellung  
und Suchmaschinenoptimierung

Präsenzlehrgang: Geprüfte\*r Immobilienmakler\*in  
Präsenzlehrgang: Geprüfte\*r Wohnimmobilienverwalter\*in  
Ausbildung der Ausbilder  
Präsenzlehrgang: Geprüfte\*r Immobilienmakler\*in  
Präsenzlehrgang: Geprüfte\*r Wohnimmobilienverwalter\*in  
Ausbildung der Ausbilder

## Ort/Kursbeginn

Bordesholm-Wattenbek: 18.09. bis 20.09.2024  
Halstenbek: 14.10. bis 18.10.2024  
Norderstedt: 14.10. bis 18.10.2024  
Pinneberg: 14.10. bis 18.10.2024  
Flensburg: 21.10. bis 25.10.2024  
Flensburg: 04.11. bis 08.11.2024  
Flensburg: 11.11. bis 15.11.2024  
Ahrensburg: 09.12. bis 13.12.2024  
Norderstedt: 13.01. bis 17.01.2025  
Halstenbek: 10.02. bis 14.02.2025  
Norderstedt: 10.02. bis 14.02.2025  
Pinneberg: 10.02. bis 14.02.2025  
Pinneberg: 17.02. bis 21.02.2025  
Flensburg: 12.05. bis 16.05.2025  
Pinneberg: 03.11. bis 07.11.2025  
Flensburg: 02.12. bis 06.12.2025

Elmshorn: 11.11. bis 15.11.2024  
Husum: 18.11. bis 23.11.2024  
Elmshorn: 02.12. bis 05.12.2024  
Husum: 19.05. bis 23.05.2025  
Husum: 10.11. bis 14.11.2025

Husum: 27.11. bis 29.11.2024  
Wedel: 27.01. bis 29.01.2025  
Husum: 01.12. bis 04.12.2025

Husum: 27.11. bis 29.11.2024  
Heide: 06.10. bis 10.10.2025

Norderstedt: 09.12. bis 13.12.2024

Norderstedt: 27.01. bis 29.01.2025

Quickborn: 23.09. bis 27.09.2024  
Quickborn: 07.10. bis 16.10.2024  
Brunsbüttel: 17.10. bis 24.10.2024  
Quickborn: 18.11. bis 22.11.2024  
Quickborn: 09.12. bis 13.12.2024  
Brunsbüttel: 10.04. bis 17.04.2025

## Volkshochschulen, die Bildungsurlaubsveranstaltungen durchführen

vhs Ahrensburg	Tel.: 04102/80 02 11	Internet: <a href="http://www.vhs-ahrensburg.de">www.vhs-ahrensburg.de</a>
vhs Bad Oldesloe	Tel.: 04531/50 41 40	Internet: <a href="http://www.vhs-badoldesloe.de">www.vhs-badoldesloe.de</a>
vhs Bad Segeberg	Tel.: 04551/9 66 30	Internet: <a href="http://www.vhssegeberg.de">www.vhssegeberg.de</a>
vhs Bargteheide	Tel.: 04532/28 52 13	Internet: <a href="http://www.vhs-bargteheide.de">www.vhs-bargteheide.de</a>
vhs Bordesholm-Wattenbek	Tel.: 04322/69 51 48	Internet: <a href="http://www.vhs-bordesholm-wattenbek.de">www.vhs-bordesholm-wattenbek.de</a>
vhs Brunsbüttel	Tel.: 04852/5 47 20	Internet: <a href="http://www.vhs-brunsbuettel.de">www.vhs-brunsbuettel.de</a>
vhs Elmshorn	Tel.: 04121/23 13 05	Internet: <a href="http://www.vhs-elmshorn.de">www.vhs-elmshorn.de</a>
vhs Eutin	Tel.: 04521/84 98 79	Internet: <a href="http://www.vhs-eutin.de">www.vhs-eutin.de</a>
vhs Flensburg	Tel.: 0461/85 50 00	Internet: <a href="http://www.vhs-flensburg.de">www.vhs-flensburg.de</a>
vhs Geesthacht	Tel.: 04152/46 22	Internet: <a href="http://www.vhs-geesthacht.de">www.vhs-geesthacht.de</a>
vhs Halstenbek	Tel.: 04101/5 87 70	Internet: <a href="http://www.vhs-halstenbek.de">www.vhs-halstenbek.de</a>
vhs Heide	Tel.: 0481/69 83 95 07	Internet: <a href="http://www.vhs-heide.de">www.vhs-heide.de</a>
vhs Henstedt-Ulzburg	Tel.: 04193/7 55 30 00	Internet: <a href="http://www.vhs-hu.de">www.vhs-hu.de</a>
vhs Husum	Tel.: 04841/8 35 90	Internet: <a href="http://www.vhs-husum.de">www.vhs-husum.de</a>
vhs Itzehoe	Tel.: 04821/80 40 83 0	Internet: <a href="http://www.vhsitzehoe.de">www.vhsitzehoe.de</a>
Förde-vhs in Kiel	Tel.: 0431/9 01 52 10	Internet: <a href="http://www.foerde-vhs.de">www.foerde-vhs.de</a>
vhs Lübeck	Tel.: 0451/1 22 40 21	Internet: <a href="http://www.vhs.luebeck.de">www.vhs.luebeck.de</a>
vhs Meldorf	Tel.: 04832/95 75-0	Internet: <a href="http://www.vhs-meldorf.de">www.vhs-meldorf.de</a>
vhs Neumünster	Tel.: 04321/70 76 90	Internet: <a href="http://www.vhs-neumuenster.de">www.vhs-neumuenster.de</a>
vhs Norderstedt	Tel.: 040/53 59 59 00	Internet: <a href="http://www.vhs-norderstedt.de">www.vhs-norderstedt.de</a>
vhs Oldenburg	Tel.: 04361/50 83 90	Internet: <a href="http://www.vhs.old.de">www.vhs.old.de</a>
vhs Pinneberg	Tel.: 04101/2 11 70 00	Internet: <a href="http://www.vhs-pinneberg.de">www.vhs-pinneberg.de</a>
vhs Quickborn	Tel.: 04106/6 12 99 62	Internet: <a href="http://www.vhs-quickborn.de">www.vhs-quickborn.de</a>
vhs Sachsenwald/Reinbek	Tel.: 040/7 27 32 40	Internet: <a href="http://www.vhs-sachsenwald.de">www.vhs-sachsenwald.de</a>
vhs Rendsburger Ring	Tel.: 04331/20 88 0	Internet: <a href="http://www.vhs-rendsburg.de">www.vhs-rendsburg.de</a>
vhs Schenefeld/Pinneberg	Tel.: 040/83 03 71 10	Internet: <a href="http://www.vhs-schenefeld.info">www.vhs-schenefeld.info</a>
vhs Schleswig	Tel.: 04621/96 62-0	Internet: <a href="http://www.vhs-schleswig.de">www.vhs-schleswig.de</a>
vhs Tornesch-Uetersen	Tel.: 04122/40 15 40	Internet: <a href="http://www.vhs-tornesch-uetersen.de">www.vhs-tornesch-uetersen.de</a>
vhs Wedel	Tel.: 04103/91 54-0	Internet: <a href="http://www.vhs.wedel.de">www.vhs.wedel.de</a>
Kvhs Plön	Tel.: 04522/24 43 + 23 27	Internet: <a href="http://www.kvhs-ploen.de">www.kvhs-ploen.de</a>
Akademie am See Koppelsberg	Tel.: 04522/7 41 50	Internet: <a href="http://www.akademie-am-see.net">www.akademie-am-see.net</a>
Arbeit & Leben	Tel.: 0431/5195169	Internet: <a href="http://www.arbeitundleben-sh.de">www.arbeitundleben-sh.de</a>