

BILDUNGSURLAUB

2026/27

vhs Volkshochschule
Flensburg



Unsere Angebote im Überblick



	THEMEN	ZEITRAUM	KURS-NR.
GESUNDHEIT	Stressregulation und Resilienzförderung im Berufsalltag	06.07. - 10.07.26	31192
		16.11. - 20.11.26	31193
		08.02. - 12.02.27	31194
		07.06. - 11.06.27	31195
	Aufbaukurs: Stressbewältigung mit Hilfe von Qigong	26.10. - 30.10.26	32432
	Stressbewältigung und Regeneration mit Qigong - Ein Bildungsurlaub für Frauen	25.01. - 29.01.27	32439
		31.05. - 04.06.27	32407
	Mit BenefitYoga dem Stress begegnen	01.03. - 05.03.27	311500
	Mindfulness Stressbewältigung - Positive Gedanken kultivieren	05.04. - 09.04.27	311835
	Mindfulness Stressbewältigung 2.0 Fortgeschrittene - Positive Gedanken kultivieren	14.06. - 18.06.27	311834



	THEMEN	ZEITRAUM	KURS-NR.
BERUF	Rhetorik - Intensivtraining I	31.08. - 04.09.26	54326
		19.10. - 23.10.26	54329
	Rhetorik - Intensivtraining II	05.10. - 09.10.26	54328
	Resilienztraining - die eigene Widerstandskraft trainieren	31.08. - 04.09.26	55219
		07.12. - 11.12.26	55220
		16.08. - 20.08.27	55221
	Bedürfnisse im Fokus - Scham, Menschenwürde und Gewaltfreie Kommunikation	30.11. - 04.12.26	55221



	THEMEN	ZEITRAUM	KURS-NR.
EDV/MULTIMEDIA	MS Access - Datenbank Anwendungen	05.10. - 09.10.26	51508
	Professionelles Layout mit Adobe InDesign CS6/CC	02.11. - 06.11.26	52124
	MS Office im Büroalltag - Korrespondieren, Kommunizieren und Kalkulieren	16.11. - 20.11.26	51170
	Professionelles Layout mit Adobe Illustrator CC	15.03. - 19.03.27	52123
	MS Excel für Fortgeschrittene - Formeln und Funktionen clever nutzen	12.04. - 16.04.27	51335
	MS Excel 2016 - Daten bearbeiten, auswerten, analysieren für die tägliche Praxis	19.04. - 23.04.27	51339



	THEMEN	ZEITRAUM	KURS-NR.
SPRACHEN	Englisch Auffrischkurs A1+	31.05. - 04.06.27	44010
	Englisch Auffrischkurs A2	09.11. - 13.11.26	44167
		08.03. - 12.03.27	44168
	Englisch Auffrischkurs B1	08.02. - 12.02.27	44258
	Englisch B2	26.04. - 30.04.27	44265
	Dänisch für Beruf und Alltag A1.1	16.11. - 20.11.26	43036
		01.03. - 05.03.27	43037
		14.06. - 18.06.27	43038
	Bildungsurlaubsveranstaltung im Akademiezentrum Sankelmark Dänisch für Beruf und Alltag A1.1 Dänisch für Beruf und Alltag A1.3	12.10. - 16.10.26 28.09. - 02.10.26	26-126 26-043
	Dänisch für Beruf und Alltag A1/A2	07.09. - 11.09.26 10.05. - 14.05.27	43069 43071
	Dänisch für Beruf und Alltag B1	02.11. - 06.11.26	43070
	Spanisch A1.1	14.12. - 18.12.26	480114
	Spanisch Auffrischkurs A1.2	21.09. - 25.09.26	480207
		15.03. - 19.03.27	480208
	Spanisch A1/A2	23.11. - 27.11.26	480210
		21.06. - 25.06.27	480211
	Spanisch A2	22.02. - 26.02.27	480217
	Spanisch A2/B1	05.04. - 09.04.27	480225
	Italienisch A1.1	24.08. - 28.08.26	460057
	Norwegisch A1.1	18.01. - 22.01.27	46602
	Norwegisch A1.2	25.01. - 29.01.27	46604
	Niederländisch A1.1	14.09. - 18.09.26	46505
			46505



	THEMEN	ZEITRAUM	KURS-NR.
KUNST	Aquarellmalerei	17.08. - 21.08.26	234013
		25.01. - 29.01.27	234014
		16.08. - 20.08.27	234015
	Einführung in das gegenständliche Zeichnen	12.10. - 16.10.26	234006
		19.04. - 23.04.27	234016
	Achtsam im Skizzenbuch - Mit Achtsamkeit zu einer neuen kreativen Routine	19.10. - 23.10.26 12.04. - 16.04.27	234012 234018

Ausführliche Infos unter vhs-flensburg.de

