

PROGRAMM

August – Dezember 2026





Kooperation Flensburg und Harrislee

Kurse, die im vhs-Zentrum Harrislee stattfinden, sind entsprechend gekennzeichnet.

Profitieren Sie von unserer Kooperation der beiden nördlichsten vhs-Standorte seit Juli 2020.



Onlinekurse

Alle Kurse, die mit diesem Symbol gekennzeichnet sind, können Sie bequem von zu Hause online besuchen.

Vor Beginn des Kurses erhalten Sie die entsprechenden Zugangsdaten per E-Mail.

Ermäßigungen

Wir gewähren eine Entgeltermäßigung von 50% für:

- » Schüler*innen
- » Student*innen
- » Auszubildende
- » Bundesfreiwilligendienstleistende
- » Arbeitslose im Leistungsbezug
- » Sozialpassinhaber*innen
- » Schwerbehinderte (ab GdB 50)
- » Inhaber*innen der SH-Ehrenamtskarte

Bildungsangebote, die nicht ermäßigbar sind, finden Sie in unseren AGBs.

Bildung und Begegnung – Ihre Volkshochschule vor Ort

Liebe Teilnehmende, liebe Interessierte,

unsere Gesellschaft lebt vom Miteinander, vom Zuhören, vom Austausch und von der Bereitschaft, unterschiedliche Perspektiven kennenzulernen. Genau dafür stehen die Volkshochschulen Flensburg und Harrislee: für Bildung, Begegnung und eine offene Gemeinschaft, in der Menschen voneinander lernen und miteinander wachsen können.

Mit jedem neuen Semester öffnen sich Räume für neue Ideen, Erfahrungen und Gespräche. Lernen bedeutet dabei weit mehr als Wissensvermittlung. Es bedeutet, neugierig zu bleiben, Fragen zu stellen, den eigenen Horizont zu erweitern und gemeinsam neue Wege zu entdecken.

Gerade in einer Zeit, in der gesellschaftliche Diskussionen oft herausfordernd sind und Veränderungen unseren Alltag prägen, gewinnt Demokratie an Bedeutung. Demokratie lebt nicht nur in politischen Institutionen, sie lebt vor allem im täglichen Miteinander, im respektvollen Austausch, im Interesse füreinander und in der Fähigkeit, unterschiedliche Meinungen auszuhalten und gemeinsam Lösungen zu finden.

Die Volkshochschule versteht sich als ein Ort, an dem genau das möglich ist. Unsere Kurse, Vorträge und Workshops schaffen Gelegenheiten, miteinander ins Gespräch zu kommen, neue Sichtweisen kennenzulernen und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben. Bildung stärkt dabei nicht nur Wissen und Fähigkeiten, sondern auch Zusammenhalt, Teilhabe und gegenseitiges Verständnis.

Ob Sie neue Kompetenzen erwerben, kreative Talente entdecken, sich gesellschaftlich engagieren oder einfach inspirierende Begegnungen erleben möchten, bei uns finden Sie vielfältige Möglichkeiten dazu. Unsere Kursleitungen begleiten Sie dabei mit Engagement, Fachwissen und Freude am gemeinsamen Lernen.

Wir laden Sie herzlich ein, Teil unserer lebendigen Gemeinschaft zu werden, Neues auszuprobieren und gemeinsam mit uns ein Zeichen für Offenheit, Respekt und demokratisches Miteinander zu setzen.

Wir freuen uns darauf, Sie in unseren Kursen, Vorträgen und Workshops begrüßen zu dürfen und gemeinsam mit Ihnen zu lernen, zu lachen und zu wachsen.

Herzlichst

Finja Neubauer

*stv. Fachbereichsleitung
FB Bildung, Sport, Kultur*



Viel Spaß beim Stöbern in unserem Angebot



JUNGE VHS

Natur & Umwelt	6
Gesundheit	7
Musik & Bewegung.....	7
Kochen & Backen.....	8
Malen, Zeichnen & Gestalten	9
Technik, EDV & Medien	9
Sprachen.....	11
vhs für die Schule	11
Ferienangebote	11



GESELLSCHAFT, UMWELT & POLITIK

Literatur.....	13
Philosophie.....	14
Theater	14
Musik.....	14
Geschichte / Kulturgeschichte	15
Politik.....	15
Ehrenamt.....	16
Reisevorträge.....	17
Tastings.....	17
Natur & Nachhaltigkeit.....	18
Verbraucher*innenfragen	19
Psychologie.....	22
Erste Hilfe	22



GESUNDHEIT

Prävention – Gesundheit – Selbsterfahrung.....	23
Kosmetik.....	26
Kochen.....	26
Yoga – Entspannung	28
Qigong	33
Pilates	35
Gymnastik – Bewegung – Fitness	36



SPRACHEN

Englisch.....	41
Dänisch.....	45
Spanisch	50
Französisch	52
Italienisch	54
Arabisch.....	56
Chinesisch.....	56
Japanisch	57

Schwedisch.....	58
Norwegisch.....	58
Niederländisch	59
Ungarisch.....	59
Russisch	59
Plattdeutsch	60
Gebärdensprache	61



DEUTSCH & INTEGRATION

Integrationskurse.....	62
Berufssprachkurse und Einbürgerungstest.....	63
Deutschkurse für alle.....	64



KULTUR & GESTALTEN

Fotografie	68
Malen und Zeichnen.....	70
Handarbeit	75
Kunsthandwerk	77
Basteln.....	79



EDV & MEDIEN

Smartphone & Multimedia.....	81
Outlook.....	82
Excel	82
PowerPoint	84
InDesign.....	84
Künstliche Intelligenz (KI)	85
Einzelkurse KI-Werkstatt.....	85



GRUNDBILDUNG

Lesen & Schreiben.....	87
Schulabschlüsse.....	88
Computer, Handy & Co.....	88
Kultur.....	89
Fit für den Alltag.....	89



ARBEIT & BERUF

Tastschreiben.....	90
Kommunikation	90
Kindertagespflege.....	91
Kita-Weiterbildungsprogramm	91
Social Media	92
Management	93
Künstliche Intelligenz (KI) für den Beruf	93
SkillUP AI! – Onlinekurse	95



Alle **Bildungsurlaubskurse** ab 2026 finden Sie **ab Seite 98**



Natur & Umwelt	Nr.
AKTIONSWOCHE „Biologische Vielfalt“ – Pilze – Mysteriöse Alleskönner (für Familien) <i>Lena Jensen</i> <ul style="list-style-type: none"> • So., 06.09.2026 11:00 - 12:00 Uhr Parkplatz Altholzkrug 6,50 € / 3,00 € 	22002
Naturforscher*innen am Ostseebad (6 - 12 Jahre) <i>Gudrun Perschke-Mallach</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 08.09. - 06.10.2026 15:30 - 17:30 Uhr 5x Treffpunkt Kiosk Ostseebad 46,00 € 	10245
AKTIONSWOCHE „Biologische Vielfalt“ – Wildkräuter- und Obstwanderung (für Familien) <i>MannVunk Emilie Yiu-Aidara</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 08.09.2026 17:00 - 18:30 Uhr Campelle ESG Flensburg 13,00 € / 6,50 € 	22000
AKTIONSWOCHE „Biologische Vielfalt“ – Wildkräuter- und Obstwanderung (für Familien) <i>MannVunk Emilie Yiu-Aidara</i> <ul style="list-style-type: none"> • Do., 10.09.2026 17:00 - 18:30 Uhr Campelle ESG Flensburg 13,00 € / 6,50 € 	22001
AKTIONSWOCHE „Biologische Vielfalt“ – So schmeckt der Herbst (für Familien) <i>Gudrun Perschke-Mallach</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 12.09.2026 10:00 - 12:00 Uhr Spielfläche Ringstraße, 24943 Flensburg-Tarup 6,50 € / 3,00 € 	22004

Natur & Umwelt	Nr.
AKTIONSWOCHE „Biologische Vielfalt“ – Pilze – Mysteriöse Alleskönner (für Familien) <i>Lena Jensen</i> <ul style="list-style-type: none"> • So., 13.09.2026 11:00 - 12:00 Uhr Parkplatz Altholzkrug 6,50 € / 3,00 € 	22003
Entdecken und Forschen im Museum (8 -12 Jahre) <i>Ria Schmechel</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 03.11. - 17.11.2026 15:00 - 17:00 Uhr 3x Museumsberg 29,00 € 	10241
Gesundheit	Nr.
Erste-Hilfe-Kurs für Kinder (8 - 10 Jahre) <i>Amélie Fink</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 10.10.2026 10:30 - 12:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 13,50 € 	10320
Musik & Bewegung	Nr.
FLENSBURGER (BEWEGUNGS)SOMMER: Eltern-Kind-Yoga <i>Ann-Christin Behrend</i> <ul style="list-style-type: none"> • So., 16.08.2026 10:00 - 11:30 Uhr Treffpunkt Kiosk Ostseebad kostenfrei dank Förderung 	10314
Mädchenyoga (12 - 14 Jahre) <i>Elisabeth Jakobsen</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mi., 16.09. - 07.10.2026 15:30 - 16:30 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 18,00 € 	10319



Musik & Bewegung	Nr.
Starke Kinder – Selbstbehauptung & Fair Play (8 - 11 Jahre) <i>Silke Makowski</i>	
• Fr., 18.09.2026 15:00 - 17:15 Uhr Tokai sports 15,00 €	10315
• Fr., 13.11.2026 15:00 - 17:15 Uhr Tokai sports 15,00 €	10316
Starke Mädchen – Selbstbehauptung & Aikido (12 - 14 Jahre) <i>Silke Makowski</i>	
• Fr., 25.09.2026 15:00 - 18:00 Uhr Tokai sports 18,40 €	10317
• Fr., 20.11.2026 15:00 - 18:00 Uhr Tokai sports 18,40 €	10318
Eltern-Kind-Yoga	10311
<i>Ann-Christin Behrend</i>	
• Fr., 13.11. - 04.12.2026 16:30 - 17:30 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 36,00 € / 18,00 €	
Kochen & Backen	Nr.
Gnocchi kinderleicht selbst machen (8 - 13 Jahre) <i>Katharina Wallauch</i>	10355
• Sa., 19.09.2026 11:30 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 11,80 €	
Gruseliges Halloweengebäck (8 - 12 Jahre) <i>Ann-Christin Struve</i>	10356
• Sa., 31.10.2026 11:00 - 13:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 22,00 €	

Malen, Zeichnen & Gestalten	Nr.
Zeichnen lernen für Kinder & Jugendliche (ab 8 Jahren) <i>Ann-Katrin Friedrich</i>	
• Fr., 28.08. - 25.09.2026 15:00 - 17:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 52,50 €	10239
• Fr., 27.11. - 18.12.2026 15:00 - 17:00 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 41,00 €	10240
Kreative Collage – Faszination Meerestiere (8 - 10 Jahre) <i>Joana Landeo Pasache</i>	10252
• Fr., 06.11.2026 16:00 - 18:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 14,00 €	
Design & nähe dein eigenes Shirt (9 - 14 Jahre) <i>Bodil Schwensen</i>	10253
• Do., 29.10. - 10.12.2026 16:15 - 17:45 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 36,00 € , zzgl. Materialkosten	
Seifen selber machen (6 - 10 Jahre) <i>Katharina Wallauch</i>	10251
• Sa., 21.11.2026 14:00 - 15:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 10,80 €	
Technik, EDV & Medien	Nr.
DO IT – Vol. 1: KI beim Lernen für die Schule – Einfacher & sicherer Einstieg <i>Thorsten H. Bradt</i>	10511D
• Sa., 08.08.2026 10:00 - 11:30 Uhr Onlinekurs kostenfrei	





Technik, EDV & Medien	Nr.
 <p>DO IT – Vol. 2: KI im „Hausaufgabenmodus“: Besser lernen mit Künstlicher Intelligenz?! (12 – 16 Jahre)</p> <p><i>Thorsten H. Bradt</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 08.08.2026 12:30 - 14:00 Uhr Onlinekurs kostenfrei • Mo., 19.10.2026 14:00 - 17:00 Uhr Onlinekurs kostenfrei 	<p>10513D</p> <p>10522D</p>
 <p>DO IT – Vol. 3: MINT-Lab – Dein KI-Experiment: Komplexe Fächer meistern & Zukunfts-Skills aufbauen (12 – 16 Jahre)</p> <p><i>Thorsten H. Bradt</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 15.08.2026 10:00 - 11:30 Uhr Onlinekurs kostenfrei • Mi., 21.10.2026 14:00 - 17:00 Uhr Onlinekurs kostenfrei 	<p>10515D</p> <p>10524D</p>
 <p>DO IT – Vol. 4: KI zum Sprachenlernen: Step-by-Step zu perfekten Sprachkenntnissen (12 – 16 Jahre)</p> <p><i>Thorsten H. Bradt</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 15.08.2026 12:30 - 14:00 Uhr Onlinekurs kostenfrei • Do., 22.10.2026 14:00 - 17:00 Uhr Onlinekurs kostenfrei 	<p>10517D</p> <p>10525D</p>
 <p>DO IT – Vol. 5: KI für perfekte Referate und Präsentationen – Ideen finden, Inhalte verstehen und selbstbewusst präsentieren (12 - 16 Jahre)</p> <p><i>Thorsten H. Bradt</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 20.10.2026 14:00 - 17:00 Uhr Onlinekurs kostenfrei 	<p>10523D</p>

Sprachen	Nr.
<p>Schnupperkurs - Arabisch für Kinder (8 - 13 Jahre)</p> <p><i>Lilia Drouiche</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 15.09.2026 15:00 - 16:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 6,00 € 	<p>10420</p>
<p>Arabisch für Kinder (8 - 13 Jahre)</p> <p><i>Lilia Drouiche</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 03.11. - 08.12.2026 15:00 - 16:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 36,00 € 	<p>10421</p>
<p>Schnupperkurs - Französisch für Kinder (8 - 13 Jahre)</p> <p><i>Lilia Drouiche</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 22.09.2026 15:00 - 16:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 6,00 € 	<p>10450</p>
<p>Französisch für Kinder (8 - 13 Jahre)</p> <p><i>Lilia Drouiche</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Fr., 30.10. - 04.12.2026 15:00 - 16:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 36,00 € 	<p>10451</p>
vhs für die Schule	Nr.
<p>Bewerbungstraining für Jugendliche (ab 9. Klasse)</p> <p><i>Elisabeth Jakobsen</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 26.09.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 16,00 € 	<p>10540</p>
Ferienangebote	Nr.
<p>FERIENPASS: Nähschnupperkurs (9 - 14 Jahre)</p> <p><i>Bodil Schwensen</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Mo., 10.08.2026 11:00 - 14:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 11,00 € 	<p>10250</p>



Ferienangebote	Nr.
FERIENPASS: 3D-Druck entdecken & eigene Figuren gestalten (8 - 12 Jahre) <i>Lukas Hainer</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 11.08.2026 09:30 - 12:30 Uhr Das Kreativhaus Harrislee 18,00 € 	10242H
FERIENPASS: Sei kreativ mit bunten Experimenten (ab 10 Jahren) <i>Ann-Katrin Friedrich</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mi., 12.08.2026 09:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 20,00 € 	10244
FERIENPASS: Kreative Meerestiere – Collage-Workshop (6 - 12 Jahre) <i>Christiane Maria Behnke, Joana Landeo Pasache</i> <ul style="list-style-type: none"> • Do., 13.08. - 20.08.2026 09:30 - 12:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 18,00 € 	10243
FERIENPASS: Werde Roboter Erfinder*in! (9 - 12 Jahre) <i>Orhan Gazi Gürcan</i> <ul style="list-style-type: none"> • Do., 13.08. - 14.08.2026 9:00 - 11:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 35,00 € 	10504



Kursportal Schleswig-Holstein

- Den richtigen Kurs finden
- Informieren und vergleichen
- Über 1.000 Anbietende

www.sh-kursportal.de

Gefördert durch:    Schleswig-Holstein
Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Arbeit, Technologie
und Tourismus

Literatur	Nr.
Lesekreis <i>Dr. Reiner Weick</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mi., 02.09. - 07.10.2026 09:00 - 10:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 72,00 € • Mi., 28.10. - 16.12.2026 09:00 - 10:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 139,00 € 	20019 20020
Lebendig erzählen – Von der Buchstabensuppe zum Prosawerk – ein Fernstudienseminar <i>Elke Bockamp</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mo., 14.09. - 14.12.2026 12x www.vhs-schreibschule.de 110,00 € 	20209D
Darling Jane – eine Zeitreise mit Jane Austen in das England des frühen 19. Jh. <i>Dr. Reiner Weick</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 17.11.-15.12.2026 17:30 - 19:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 87,00 € 	20021
Kreatives Schreiben <i>Margit Waschull</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 28.11.2026 10:30 - 16:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 42,00 € 	20216
Die 12 heiligen Nächte – Rauhachtbräuche <i>Nanne Jensen</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 12.12.2026 17:30 - 19:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 8,00 € 	20110
Sagen- und Märchen aus Schleswig-Holstein <i>Dr. Reiner Weick</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 12.01. - 09.02.2027 17:30 - 19:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 89,00 € 	20104



Philosophie	Nr.
Philosophisches Café im Kulturcafé der vhs <i>Sebastian Rosenbaum</i> • So., 23.08. - 13.12.2026 11:15 - 12:45 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 72,00 €	272034
Ein Weg zur Entwicklung eines mathematischen Gefühls <i>Manfred Benthaus</i> • Mi., 28.10. - 25.11.2026 17:00 - 18:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 42,00 €	27200
Theater	Nr.
Theater erleben – ein Blick hinter den Vorhang in Kooperation mit dem Schleswig-Holsteinischen Landestheater <i>Susanne von Tobien, Maximilian Eisenacher</i> • Di., 15.09. - 10.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr 3x Landestheater Treffpunkt am Haupteingang kostenfrei (GBZ)	20109
Musik	Nr.
Afrikanisches Trommeln – Workshop <i>Regina Böhm</i> • Sa., 14.11.2026 13:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 31,20 €	210063
• Sa., 12.12.2026 13:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 31,20 €	210064



Geschichte / Kulturgeschichte	Nr.
Postkolonialer Stadtrundgang <i>Initiative postkolonialer Stadtrundgang Flensburg</i> • So., 13.09.2026 11:00 - 13:00 Uhr Flensburger Schifffahrtsmuseum, Schiffbrücke 39, 24939 Flensburg kostenfrei (Sonderpreis Mitmachen.Mitreden.MitDir)	27001
Brennpunkte der Kulturgeschichte – Historie – Mythos – Kunst <i>Dr. Detlef Bielefeld</i> • Do., 08.10. - 17.12.2026 10:00 - 12:00 Uhr 6x Flensburg Galerie 2. OG, Saal 64,00 €	211034
Politik	Nr.
Wie geht es Dir in Flensburg? – Sprechen und Zuhören Ein Dialogabend für Bürgerinnen und Bürger <i>Kristiane Stotz</i> • Do., 17.09. - 22.10.2026 16:30 - 18:30 Uhr 3x Flensburg Galerie 2. OG, Saal kostenfrei (Sonderpreis Mitmachen.Mitreden.MitDir)	27006
Demokratie Fitness Workshop <i>Svenja Großmann</i> • Mo., 28.09.2026 15:00 - 17:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 kostenfrei (Sonderpreis Mitmachen.Mitreden.MitDir)	27005
Lange Nacht der Demokratie – PubQuiz • Fr., 02.10.2026 18:00 - 20:00 Uhr Tableau Kulturcafé, Kurze Str. 1, 24937 Flensburg kostenfrei	27008



Politik	Nr.
Politische Abendgespräche an der vhs <i>Dirk Peddinghaus</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 05.10. - 07.12.2026 17:00 - 18:30 Uhr 10x Flensburg Galerie 2. OG, Saal 45,00 € Kooperation mit der Gesellschaft für Sicherheitspolitik e.V. (GSP) 	27004
Bevölkerungsschutz – im Krisenfall richtig handeln <i>Kevin Andresen</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 20.10. & 10.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr 2x Berufsfeuerwehr Flensburg, Munketoft 14, Lehrsaal kostenfrei (Sonderpreis Mitmachen.Mitreden.MitDir) 	27007
Ehrenamt	Nr.
Nachwuchsgewinnung im Ehrenamt: Wie attraktiv sind wir schon? <i>Frauke Berbig</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 10.09.2026 17:00 - 20:00 Uhr Familienzentrum Harrislee Mehrzweckraum 10,00 € Di., 22.09.2026 17:00 - 20:00 Uhr Familienzentrum Harrislee Mehrzweckraum 10,00 € 	27706H 27707H
Auftanken für's Ehrenamt – Oasentag <i>Fenja Mink</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 10.10.2026 10:00 - 16:00 Uhr Brücke Flensburg gGmbH, Waitzstraße 3a 10,00 € 	27710



Ehrenamt	Nr.
Impulsvortrag – Kinderschutz im Verein <i>Mona Leißling</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 18.11.2026 15:00 - 16:30 Uhr Haus der Familie-ADS-Grenzfriedensbund e.V. Mürwiker Str. 115 10,00 € 	27708
Interkultureller Workshop für Ehrenamtliche <i>Grietje Gosch</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 19.11.2026 16:00 - 19:00 Uhr ex-Sultanmarkt, Neustadt 26 10,00 € 	27709
Reisevorträge	Nr.
Reisevortrag: Mit dem Wohnmobil nach Norwegen <i>Alexander Tornesch</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 09.09.2026 17:00 - 18:30 Uhr Flensburg Galerie 2. OG, Saal 12,00 € / Abendkasse: 14,00 € 	29001
Reisevortrag: Mit dem Wohnmobil nach Island <i>Alexander Tornesch</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 30.09.2026 17:00 - 18:30 Uhr Flensburg Galerie 2. OG, Saal 12,00 € / Abendkasse: 14,00 € 	29002
Tastings	Nr.
Gin, Getränk von Königinnen und Bettlern: Einführung in die Kulturgeschichte mit Tasting <i>Paul M. Hahlbohm</i> <ul style="list-style-type: none"> Fr., 04.09.2026 18:45 - 21:45 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 24,00 € 	21119



Tastings	Nr.
Schottlands neue Brennereien: Junge Wilde auf neuen Wegen? <i>Paul M. Hahlbohm</i> <ul style="list-style-type: none"> Fr., 09.10.2026 18:45 - 21:45 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 24,00 	21120
Islay, die Whisky-Insel: Rauch, Torf und Meer <i>Paul M. Hahlbohm</i> <ul style="list-style-type: none"> Fr., 13.11.2026 18:45 - 21:45 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 24,00 € 	21121
Whisky aus Weinfässern <i>Paul M. Hahlbohm</i> <ul style="list-style-type: none"> Fr., 11.12.2026 18:45 - 21:45 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 24,00 € 	21122
Natur & Nachhaltigkeit	Nr.
Naturbaden mit allen Sinnen <i>MannVunk Emilie Yiu-Aidara</i> <ul style="list-style-type: none"> So., 06.09.2026 14:30 - 16:00 Uhr Fröruper Berge, Birkenweg 3, 24988 Oeversee (am Parkplatz) 12,00 € 	22005
Nachhaltiger Stadtspaziergang: „Wieviel ist genug?“ <i>Transformatives Denk- und Machwerk e.V.</i> <ul style="list-style-type: none"> Fr., 25.09.2026 17:00 - 19:00 Uhr Treffpunkt Idstedlöwe/ Reepschlägerbahn, Stuhrsallee, Flensburg kostenfrei (Sonderpreis Mitmachen.Mitreden.MitDir) 	27000
Gemeinwohl leben – Einführung in die Gemeinwohl-Ökonomie <i>Kristiane Stotz</i> <ul style="list-style-type: none"> Fr., 20.11. - 21.11.2026 16:00 - 19:00 Uhr & 10:00 - 13:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 32,00 € 	22174



Verbraucher*innenfragen	Nr.
Fahrrad- und Pedelec-Pflegekurs Sicher unterwegs durch richtige Wartung <i>Sascha Bruhn</i> <ul style="list-style-type: none"> Fr., 28.08.2026 15:00 - 18:00 Uhr Sa., 29.08.2026 10:00 - 13:00 Uhr Fr., 04.09.2026 15:00 - 18:00 Uhr Sa., 05.09.2026 10:00 - 13:00 Uhr Ort: Förde Direkt Service GmbH, Kauslundhof 5, 24943 Flensburg kostenfrei (GBZ)	27540 27541 27542 27543
Bitcoin-Kaufen und -Verwahren: not your keys – not your coins <i>Marco Alexander Kruse</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 27.10. - 01.12.2026 17:30 - 19:30 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 06 119,00 € 	54464
Aktien & Börsentreff – Finanzmärkte verstehen und strategisch investieren <i>Marius von Kugelgen</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 22.08. - 14.11.2026 14:00 - 16:30 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 97,50 € Do., 20.08. - 10.12.2026 18:30 - 21:00 Uhr 5x online (vhs Cloud) 90,00 € 	54466 54468D
Elektromobilität – Lohnt sich der Umstieg? Passt ein E-Auto für mich? <i>Norbert Mücke</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 03.11. - 10.11.2026 17:30 - 19:00 Uhr 2x Flensburg Galerie 2. OG, Saal 24,00 € 	27539





Verbraucher*innenfragen	Nr.
Online-Vorträge der Verbraucherzentrale	
<i>Kostenfrei – Links werden kurz vor den Veranstaltungen verschickt.</i>	
<u>HEIZUNG:</u>	
So klappt es mit der Wärmepumpe!	52079D
• Do., 24.09.2026 18:00 - 20:00 Uhr	
Welche Heizung ist für uns die richtige?	52080D
• Mi., 16.09.2026 18:00 - 19:30 Uhr	
Photovoltaikanlage und Wärmepumpe	52082D
• Mo., 05.10.2026 15:00 - 16:30 Uhr	
Passt die Wärmepumpe zu meinem Haus?	52083D
• Mo., 12.10.2026 15:00 - 16:30 Uhr	
11 Tipps, die die Heizkosten senken	
• Di., 06.10.2026 10:00 - 11:30 Uhr	52093D
• Di., 27.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr	52094D
• Di., 03.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr	52095D
<u>STROM/ENERGIE</u>	
Strom erzeugen mit Photovoltaik	52084D
• Mi., 28.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr	
Energie sparen mit modernen Fenstern und Türen	52086D
• Do., 29.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr	
Energetische Sanierung Schritt für Schritt	52088D
• Mo., 09.11.2026 15:00 - 16:30 Uhr	
Solarstrom von Balkon und Terrasse	52089D
• Mi., 11.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr	
<u>GELD/FINANZEN:</u>	
ETF als Geldanlage und Altersvorsorge	
Warum ETFs die erste Wahl sind! (Teil 1)	52098D
• Di., 03.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr	
Warum ETFs die erste Wahl sind! (Teil 2)	52099D
• Di., 24.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr	

Verbraucher*innenfragen	Nr.
Online-Vorträge der Verbraucherzentrale	
<i>Kostenfrei – Links werden kurz vor den Veranstaltungen verschickt.</i>	
<u>KLIMA:</u>	
Wie schütze ich mein Haus vor Starkregen und Überschwemmung?	52101D
• Di., 22.09.2026 18:00 - 19:30 Uhr	
<u>NACHHALTIGKEIT:</u>	
Nachhaltiges Bauen	
• Di., 17.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr	52102D
• Di., 01.12.2026 10:00 - 11:30 Uhr	52103D
<u>ERNÄHRUNG:</u>	
Essen mit Genuss	52106D
• Do., 10.09.2026 17:00 - 18:30 Uhr	
Teller statt Tonne	52107D
• Do., 01.10.2026 17:00 - 18:30 Uhr	
Ernährung in den Wechseljahren	52108D
• Mi., 04.11.2026 17:00 - 18:30 Uhr	
Märchen und Wahrheiten rund um Lebensmittel – Was ist dran?	52109D
• Mi., 09.12.2026 17:00 - 18:30 Uhr	
<u>DATENSCHUTZ:</u>	
Datenschutz für Anfänger - lästig oder nützlich?	52110D
• Do., 12.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr	
Elektronische Patientenakte (ePA): Gläserner Patient oder gesundheitlicher Mehrwert für alle?	
• Do., 08.10.2026 10:00 - 11:30 Uhr	52112D
• Do., 19.11.2026 10:00 - 11:30 Uhr	52113D
<u>PFLEGE/PATIENTENVERFÜGUNG</u>	
Patientenverfügung:	52114D
Über Ihre Behandlung bestimmen Sie!	
• Do., 03.12.2026 10:00 - 11:30 Uhr	



Psychologie	Nr.
Ist mein Kind hochsensibel? Hochsensibilität erkennen, verstehen und liebevoll begleiten. – Eltern-Onlinevortrag – <i>Birgit Elke</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 26.08.2026 16:30 - 18:00 Uhr online / vhs-cloud 18,00 € 	27302D
Sozialpsychologie im Alltag <i>Hans-Peter Erb</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 10.09. - 26.11.2026 19:30 - 21:00 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 80,00 € 	27304
Erste Hilfe	Nr.
Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kindesalter <i>N.N.</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 14.10.2026 18:00 - 21:15 Uhr Bürgerhaus Harrislee Bürgertreff 24,00 € 	5518H



Bei Fragen melden Sie sich gern telefonisch unter (0461) 85 50 00. Anmelden können Sie sich telefonisch, per Mail oder online auf unserer Internetseite www.vhs-flensburg.de. Weitere Kurse finden Sie auf unserer Internetseite.



Prävention – Gesundheit – Selbsterfahrung	Nr.
Gesunde Abgrenzung & Nervensystemregulation <i>Christiane Wrocklage</i> <ul style="list-style-type: none"> So., 06.09.2026 10:30 - 12:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 22,50 € 	34101
Vortrag: Kinesiologie – Mein Körper spricht – ich muss ihn nur verstehen <i>Birgit Clausen Bilde</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 15.09.2026 09:30 - 12:00 Uhr Flensburg Galerie 2. OG, Saal 10,00 € (Sonderpreis FlensburgerLeben) <i>Petra Winks</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 26.10.2026 17:00 - 19:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 24,00 € 	34007 34005
Eine Reise zu dir Selbst – Workshop am Sonntag <i>Caroline Junge</i> <ul style="list-style-type: none"> So., 20.09.2026 10:30 - 14:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 10,00 € (Sonderpreis FlensburgerLeben) 	32357
Ganzheitliches Gesundheitsmanagement – Schnupperkurs <i>Kerstin Lorenz</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 24.09.2026 17:00 - 19:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 18,00 € Do., 26.11.2026 17:00 - 19:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 18,00 € 	33001 33002
Der tiefe Wunsch wirklich gesehen zu werden <i>Christiane Wrocklage</i> <ul style="list-style-type: none"> So., 04.10.2026 10:30 - 12:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 22,50 € 	34102



Prävention – Gesundheit – Selbsterfahrung	Nr.
Sinnesreise am Nachmittag – Achtsamkeit und innere Ressourcen, begleitet von ätherischen Ölen <i>Diana Wieland</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 10.10.2026 15:00 - 18:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 27,00 € • Sa., 05.12.2026 15:00 - 18:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 27,00 € 	311371 311372
Kinesiologie – Brauchbare Tipps für den Alltag – Stärke und Energie für mich <i>Petra Winks</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mo., 02.11. - 09.11.2026 17:00 - 20:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 48,00 € 	34006
Ätherische Öle entdecken und entspannen – Ein Kurs für Einsteiger <i>Diana Wieland</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 07.11. - 28.11.2026 17:00 - 18:30 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 65,00 € 	311370
Schnupperkurs zum Kennenlernen der schöpferischen Selbsterkenntnis – eine meditative Reise <i>Viktoria Sara</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 07.11.2026 14:00 - 15:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 12,00 € 	31401
Grow! Ein Workshop für Lebenszufriedenheit und Glück: Positive Gefühle und Sinn erleben (Modul 1) <i>Maike Plehwe</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 07.11. - 14.11.2026 10:00 - 13:00 Uhr 2x Familienzentrum Harrislee Mehrzweckraum 32,00 € 	34303H

Prävention – Gesundheit – Selbsterfahrung	Nr.
Grow! Ein Workshop für Lebenszufriedenheit und Glück: Engagement & stärkende Beziehungen (Modul 2) <i>Maike Plehwe</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 09.01. - 16.01.2027 10:00 - 13:00 Uhr 2x Familienzentrum Harrislee Mehrzweckraum 32,00 € 	34304H
Meditation – Resilienz, Entspannung und Selbsterfahrung <i>Nicole Stender</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 07.11. - 19.12.2026 10:30 - 12:00 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 72,00 € 	31400
Themenreihe: Einsamkeit überwinden – neue Sichtweisen, gemeinsamer Austausch, Entspannungsübungen, Meditation & mehr <i>Christiane Wrocklage</i> <ul style="list-style-type: none"> • So., 08.11.2026 10:30 - 12:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 22,50 € 	34103
Grundkurs Reiki 1. Grad (Wochenendkurs) mit Einweihung <i>Marieka Carstens</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 21.11. - 22.11.2026 09:30 - 16:30 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 114,00 € 	311601
Demenz-Prävention – Grundlagen für ein gesundes Leben <i>Iris Jirka</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 24.11.2026 17:00 - 19:15 Uhr Flensburg Galerie 2. OG, Saal 12,00 € 	33000
Reikitreffen – Für Menschen mit Vorkenntnissen <i>Marieka Carstens</i> <ul style="list-style-type: none"> • Sa., 05.12.2026 09:30 - 12:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 24,00 € 	311602



Kosmetik	Nr.
Ganzheitliches Gesichtsyoga und Gesichtspflege – Übungen, Selbstmassage und Pflegerituale <i>Tanja Pottbäcker</i>	31301
• Sa., 19.09.2026 10:00 - 15:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 42,00 €	
Beauty Club „DAMENSALON“ <i>Andrea Kunz</i>	
• Sa., 26.09.2026 13:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 24,00 €	34001
• Sa., 05.12.2026 13:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 24,00 €	34002
Kochen	Nr.
Streetfood aus Bali <i>Haris Schildhauer</i>	350522
• Do., 17.09.2026 18:00 - 21:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 34,00 €	
Einfach. Lecker. Vegan. Die pflanzliche Küche spielend leicht kennenlernen.	
• Do., 01.10.2026 18:00 - 21:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 46,00 €	350530
• Do., 12.11.2026 18:00 - 21:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 46,00 €	350531
• Do., 10.12.2026 18:00 - 21:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 46,00 €	350532

Kochen	Nr.
Asiatisch vegan <i>Haris Schildhauer</i>	350123
• Di., 20.10.2026 18:00 - 21:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 34,00 €	
China-Buffer – Die Klassiker vom Restaurantteller <i>Haris Schildhauer</i>	350523
• Do., 29.10.2026 18:00 - 21:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 34,00 €	
Kochclub für Männer <i>Sven-Erik Schulz</i>	35455H
• Mi., 04.11. - 02.12.2026 18:00 - 22:00 Uhr 5x Zentralschule Harrislee Lehrküche 108,00 €	
Koreanisch Kochen: Kimbap, Tteokbokki & Co. <i>Haris Schildhauer</i>	350524
• Di., 10.11.2026 18:00 - 21:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 34,00 €	
Japanisch Kochen: Sushi, Ramen & mehr <i>Haris Schildhauer</i>	350526
• Di., 08.12.2026 18:00 - 21:30 Uhr vhs-Zentrum Sandberg Hauptgebäude A Küche 34,00 €	

vhs-flensburg.de



Yoga – Entspannung	Nr.
Sanftes Fasziyoga <i>Susanne Radloff</i> • Mo., 17.08. - 07.12.2026 16:00 - 17:45 Uhr 15x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 164,10 €	31128
Mit Yoga in die Woche starten <i>Hanna Fröhlich</i> • Mo., 17.08. - 05.10.2026 09:00 - 10:30 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 56,00 € • Mo., 19.10. - 07.12.2026 09:00 - 10:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 48,00 €	313244 313275
Kundalini-Yoga Harmonie für Körper, Geist und Seele <i>Verena Manuela Kolpak</i> • Mi., 19.08. - 09.09.2026 16:45 - 18:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 32,00 € • Mi., 14.10. - 16.12.2026 16:45 - 18:15 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 80,00 €	31377 31378
Entspanntes Yoga <i>Hanna Fröhlich</i> • Di., 18.08. - 06.10.2026 16:30 - 17:30 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 40,00 € • Di., 20.10. - 15.12.2026 16:30 - 17:30 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 48,00 €	313268 313269



Yoga – Entspannung	Nr.
Kundalini Yoga – Das Yoga des Bewusstseins für mehr Energie und weniger Stress <i>Inga Marken</i> • Mi., 19.08. - 16.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 16x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 128,00 €	313597
Yoga am Abend – Ein ruhiger Ausklang aus dem Tag <i>Hanna Fröhlich</i> • Do., 27.08. - 08.10.2026 19:00 - 20:00 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 32,00 € • Do., 22.10. - 17.12.2026 19:00 - 20:00 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 48,00 €	313284 313285
Yoga für den Rücken <i>Hanna Fröhlich</i> • Do., 27.08. - 08.10.2026 17:50 - 18:50 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 32,00 € • Do., 22.10. - 17.12.2026 17:50 - 18:50 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 48,00 €	313286 313287
Autogenes Training mit Klangschalen <i>Julia Yonca Hundrieser</i> • Do., 03.09. - 08.10.2026 17:30 - 19:00 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 48,00 € • Do., 29.10. - 17.12.2026 17:30 - 19:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 64,00 €	31030 31031



Yoga – Entspannung	Nr.
Hatha-Yoga <i>Jürgen Marcinkowski</i> <ul style="list-style-type: none"> • Do., 03.09. - 08.10.2026 09:30 - 11:00 Uhr 6x Bürgerhaus Harrislee Gymnastikraum 48,00 € • Do., 03.09. - 08.10.2026 11:15 - 12:45 Uhr 6x Bürgerhaus Harrislee Gymnastikraum 48,00 € 	 31350H 31351H
Neuromuskuläre Entspannung – Hilfe zur Selbsthilfe <i>Jürgen Marcinkowski</i> <ul style="list-style-type: none"> • Fr., 04.09. - 25.09.2026 13:00 - 15:30 Uhr 4x Bürgerhaus Harrislee Gymnastikraum 84,00 € 	32002H
PMR – Progressive Muskelentspannung <i>Nadine Krahe</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 08.09. - 22.09.2026 17:00 - 18:00 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 24,00 € 	310010
Yoga für Senior*innen <i>Monika Vogel</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mo., 14.09. - 14.12.2026 10:00 - 11:30 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 96,00 € 	311706
Yoga-Meditation-Entspannung Ü55 <i>Gitta Land</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mi., 16.09. - 16.12.2026 17:00 - 18:30 Uhr 14x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 112,00 € 	313196
Rückenfit – Yoga für den Rücken <i>Monika Vogel</i> <ul style="list-style-type: none"> • Do., 17.09. - 10.12.2026 16:00 - 17:30 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 88,00 € 	320046

Yoga – Entspannung	Nr.
Hatha Yoga 50+ <i>Monika Vogel</i> <ul style="list-style-type: none"> • Fr., 18.09. - 11.12.2026 10:00 - 11:30 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 88,00 € 	311755
Gesichtsyoga – Aktivierung und Entspannung der Gesichtsmuskulatur - sanfte Übungen für Wohlbefinden und Entspannung <i>Tanja Pottbäcker</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mi., 30.09.2026 10:00 - 12:15 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 18,00 € 	31300
Klangentspannungsabend <i>Fred Mehl</i> <ul style="list-style-type: none"> • Fr., 09.10.2026 19:00 - 20:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 13,00 € • Fr., 06.11.2026 19:00 - 20:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 13,00 € 	310007 310008
Yoga und Klang – Eine wohltuende Auszeit für dich <i>Hanna Fröhlich</i> <ul style="list-style-type: none"> • Fr., 30.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 12,00 € • Fr., 20.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 12,00 € 	313289 313288



Yoga – Entspannung	Nr.
Yoga zwischen den Zeilen – Yoga für Körper und Geist in der Bücherei <i>Hanna Fröhlich</i>	
• Mi., 11.11.2026 19:30 - 20:30 Uhr Stadtbibliothek Flensburg (Flensburg Galerie 2.OG) 8,00 €	313291
• Mi., 09.12.2026 19:30 - 20:30 Uhr Stadtbibliothek Flensburg (Flensburg Galerie 2.OG) 8,00 €	313290
Gesichtsyoga – Ausgleich und Regeneration im Alltag – Entspannte Übungen für Gesicht, Nacken und Kiefer <i>Tanja Pottbäcker</i>	31302
• Do., 12.11.2026 16:30 - 18:45 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 18,00 €	
Pause für die Seele – Einatmen, Ausatmen, Entspannen <i>Inga Jöns</i>	36017
• So., 15.11.2026 11:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 18,00 €	
Yoga für die Faszien – Workshop <i>Anja Seiffert</i>	31121
• Sa., 28.11.2026 14:30 - 16:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 18,00 €	

vhs-flensburg.de



Qigong	Nr.
Qigong am Nachmittag – Vom Spätsommer zum Herbst: Für Fortgeschrittene <i>Renate Kuschke</i>	32400
• Mo., 31.08. - 05.10.2026 16:00 - 17:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 48,00 €	
Qigong am Vormittag <i>Renate Kuschke</i>	324501
• Do., 03.09. - 03.12.2026 10:30 - 12:00 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 96,00 €	
Qigong für Frauen – Für Fortgeschrittene <i>Renate Kuschke</i>	324502
• Do., 03.09. - 03.12.2026 08:50 - 10:20 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 96,00 €	
Die Kraft des Qigong – Erfahre die Sonnenseite des Lebens <i>Marcus Block</i>	32490H
• Fr., 11.09. - 27.11.2026 10:30 - 12:00 Uhr 9x Bürgerhaus Harrislee Gymnastikraum 108,00 €	
Tao-Qigong zum Schnuppern – Tauche ein in die Welt von Energie, Bewegung und Meditation <i>Marcus Block</i>	
• So., 13.09.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 24,00 €	32401
• So., 08.11.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 24,00 €	32402





Qigong	Nr.
Qigong zum Wochenausklang <i>Renate Kuschke</i> • Fr., 06.11. - 11.12.2026 16:00 - 17:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 48,00 €	32403
Qigong zum Wochenausklang – Abendkurs <i>Renate Kuschke</i> • Fr., 06.11. - 11.12.2026 17:40 - 19:10 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 48,00 €	32404
Qigong am Nachmittag – Qigong des „Fliegenden Kranichs“: Für Fortgeschrittene <i>Renate Kuschke</i> • Mo., 09.11. - 14.12.2026 16:00 - 17:30 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 48,00 €	32405
Qigong und Achtsamkeit: Samstagworkshop <i>Renate Kuschke</i> • Sa., 21.11.2026 10:00 - 15:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 42,00 €	32406
Qigong zur Weihnachtszeit – Mit mehr Freude und innerem Frieden das Jahr beenden <i>Marcus Block</i> • Sa., 12.12.2026 10:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 48,00 €	32409



Pilates	Nr.
Softpilates „Kraft & Mitte“ <i>Christiane Wrocklage</i> • Mo., 17.08. - 05.10.2026 09:40 - 10:55 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 65,65 €	323141
• Mo., 26.10. - 21.12.2026 09:40 - 10:55 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 70,35 €	323142
Softpilates - „Stark von Innen“ <i>Christiane Wrocklage</i> • Mo., 17.08. - 05.10.2026 11:00 - 12:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 105,00 €	323181
• Mo., 26.10. - 21.12.2026 11:00 - 12:15 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 112,50 €	323182
Pilates <i>Hanna Fröhlich</i> • Di., 18.08. - 15.12.2026 17:40 - 18:40 Uhr 16x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 88,00 €	313280
Pilates meets Yoga <i>Hanna Fröhlich</i> • Di., 18.08. - 06.10.2026 18:50 - 19:50 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 40,00 €	313282
• Di., 20.10. - 15.12.2026 18:50 - 19:50 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 48,00 €	313283
Pilates-Fortsetzungskurs <i>Hanna Fröhlich</i> • Do., 27.08. - 17.12.2026 16:40 - 17:40 Uhr 15x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 80,00 €	313271
Pilates für Fortgeschrittene <i>Anja Seiffert</i> • Mo., 24.08. - 14.12.2026 17:30 - 18:45 Uhr 15x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 100,00 €	323154



Gymnastik – Bewegung – Fitness	Nr.
Golf Platzreifekurs – Andrew Cowan Golf Academy <i>Golf Academy</i>	30062
• Sa., 04.07. - 05.09.2026 14:00 - 15:30 Uhr 10x Förde-Golf-Club Glücksburg 106,00 €	
Body Fitness pur <i>Claudia Plinz</i>	
• Mo., 06.07. - 27.07.2026 18:00 - 19:00 Uhr 4x Pestalozzi-Schule Sporthalle 24,00 €	321114
• Mo., 07.09. - 05.10.2026 18:00 - 19:00 Uhr 6x Pestalozzi-Schule Sporthalle 24,00 €	321115
• Mo., 19.10. - 14.12.2026 18:00 - 19:00 Uhr 8x Pestalozzi-Schule Sporthalle 44,00 €	321116
Wirbel um die Säule (Für Fortgeschrittene) <i>Claudia Plinz</i>	
• Mo., 06.07. - 27.07.2026 19:05 - 19:50 Uhr 4x Pestalozzi-Schule Sporthalle 16,00 €	320037
• Mo., 07.09. - 05.10.2026 19:05 - 19:50 Uhr 6x Pestalozzi-Schule Sporthalle 16,00 €	320039
• Mo., 19.10. - 14.12.2026 19:05 - 19:50 Uhr 8x Pestalozzi-Schule Sporthalle 32,00 €	320038
Wirbelsäulengymnastik <i>Kerstin Lorenz</i>	
• Di., 07.07. - 11.08.2026 09:30 - 11:00 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 48,00 €	320018
• Di., 18.08. - 06.10.2026 09:30 - 11:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 64,00 €	320013
• Di., 27.10. - 15.12.2026 09:30 - 11:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 64,00 €	320014

Gymnastik – Bewegung – Fitness	Nr.
Fit & beweglich – mehr Energie und Lebensqualität für den Alltag <i>Kerstin Lorenz</i>	
• Di., 07.07. - 11.08.2026 11:15 - 12:45 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 48,00 €	320019
• Di., 18.08. - 06.10.2026 11:15 - 12:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 64,00 €	320015
• Di., 27.10. - 15.12.2026 11:15 - 12:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 01 64,00 €	320016
Körpertraining – Sommer-Mini-Kurs <i>Manuela Pawel</i>	321053
• Di., 21.07. - 04.08.2026 18:45 - 20:00 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 30,00 €	
MUMBA – Lateinamerikanische Tanzfitness: Sommer-Mini-Kurs <i>Manuela Pawel</i>	330006
• Mi., 22.07. - 05.08.2026 18:45 - 20:00 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 30,00 €	
MUMBA – Lateinamerikanische Tanzfitness <i>Manuela Pawel</i>	
• Mo., 17.08. - 05.10.2026 18:45 - 20:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 84,00 €	330017
• Mi., 19.08. - 07.10.2026 18:45 - 20:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 84,00 €	330015
• Mo., 26.10. - 14.12.2026 18:45 - 20:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 84,00 €	330018
• Mi., 28.10. - 16.12.2026 18:45 - 20:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 84,00 €	330016



Gymnastik – Bewegung – Fitness	Nr.
Körpertraining	
<i>Manuela Pawel</i>	
• Di., 18.08. - 06.10.2026 18:45 - 20:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 84,00 €	330019
• Di., 27.10. - 15.12.2026 18:45 - 20:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 84,00 €	330020
Swingolf-Anfängerkurs	30080
<i>Jürgen Schröder</i>	
• Mi., 19.08. - 23.09.2026 10:00 - 12:30 Uhr 6x Carlisle-Park, Flensburg 80,00 €	
Rückenfit	
<i>Christiane Wrocklage</i>	
• Mi., 12.08. - 09.09.2026 16:30 - 17:45 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 67,50	320050
• Mi., 16.09. - 07.10.2026 16:30 - 17:45 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 52,50 €	320051
• Mi., 28.10. - 18.11.2026 16:30 - 17:45 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 52,50 €	320052
• Mi., 25.11. - 16.12.2026 16:30 - 17:45 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 52,50 €	320053
Intensives Fitnesstraining für Frauen	
<i>Kirsten Kaack</i>	
• Do., 20.08. - 08.10.2026 17:00 - 18:00 Uhr 8x Pestalozzi-Schule Sporthalle 51,60 €	321206
• Do., 29.10. - 17.12.2026 17:00 - 18:00 Uhr 8x Pestalozzi-Schule Sporthalle 51,60 €	321207
Powerfitness-Fullbody Workout	
<i>Kirsten Kaack</i>	
• Do., 20.08. - 08.10.2026 18:15 - 19:45 Uhr 8x Pestalozzi-Schule Sporthalle 75,00 €	321110
• Do., 29.10. - 17.12.2026 18:15 - 19:45 Uhr 8x Pestalozzi-Schule Sporthalle 75,00 €	321111

Gymnastik – Bewegung – Fitness	Nr.
Iranische Tänze: Eleganz in Bewegung	
<i>Jaleh Farahani</i>	
• So., 23.08. - 04.10.2026 16:00 - 17:00 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 60,00 €	33103
• So., 01.11. - 13.12.2026 16:00 - 17:00 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 02 60,00 €	33104
Iaido – „Der Weg des Schwertziehens“ für Anfänger*innen	326002
<i>Silke Makowski</i>	
• Di., 01.09. - 29.09.2026 17:15 - 18:15 Uhr 5x Tokai-Sports, Conrad-Röntgen-Straße 3a 58,00 €	
Wirbelsäulengymnastik	
<i>Ramona Angela Asmussen</i>	
• Mi., 16.09. - 07.10.2026 15:45 - 16:45 Uhr 4x Pestalozzi-Schule Sporthalle 31,50 €	320012
• Mi., 28.10. - 16.12.2026 15:45 - 16:45 Uhr 8x Pestalozzi-Schule Sporthalle 57,75 €	320017
Aikido für Anfänger*innen	326003
<i>Silke Makowski</i>	
• Di., 27.10. - 24.11.2026 17:15 - 18:15 Uhr 5x Tokai-Sports, Conrad-Röntgen-Straße 3a 58,00 €	
Bauch - Beine - Po & Co. Gelenkschonendes Fitness-Training für die Tiefenmuskulatur	32106H
<i>Simone Elvers</i>	
• Mi., 28.10. - 16.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x Zentralschule Harrislee Lichthalle 64,00 €	



„Sprache ist der Schlüssel zur Welt.“

Mit unserem vielfältigen Angebot an Sprachkursen bieten wir Ihnen die Möglichkeit, neue Türen zu öffnen und Grenzen zu überwinden - ob für die Liebe, die Reise, den Alltag oder den Beruf, bei uns finden Sie den passenden Kurs!

Einstufungstest & -beratung

Sie interessieren sich für unsere Sprachkurse und sind nicht sicher, welcher Kurs für Sie geeignet ist?

Zur Einschätzung Ihrer Vorkenntnisse können Sie ganz bequem verschiedene Online-Einstufungstests nutzen, z. B. unter www.sprachtest.de. Weitere Links finden Sie auch auf unserer Website vhs-flensburg.de.

Gerne vermitteln wir Ihnen nach Rücksprache auch eine telefonische Beratung von den Dozent*innen Ihres Wunschkurses.

Sprache lernen mit System – der Gemeinsame Europäische Referenzrahmen

Unsere Sprachkurse orientieren sich an den Empfehlungen des Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmens (GER).

Das Kurssystem basiert auf sechs Kenntnisstufen: A1, A2, B1, B2, C1, C2, die allen Einrichtungen in Europa, die Sprachunterricht durchführen, als Grundlage dienen.

A1 und A2 = Grundkenntnisse

B1 und B2 = gute Sprachkenntnisse

C1 und C2 = nahezu muttersprachliche Kenntnisse

Detaillierte Informationen zu den Kenntnisstufen finden Sie auf unserer Website vhs-flensburg.de.



 Englisch	Nr.
Englisch A1.1 – for absolute Beginners Ivana Popadic • Mi., 19.08. - 04.11.2026 09:00 - 10:30 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 80,00 €	44001
Englisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen Renate Perry • Mo., 17.08. - 05.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 64,00 €	44003
Englisch A1.4 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen Ivana Popadic • Di., 18.08. - 06.10.2026 11:45 - 13:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 64,00 €	44006
Englisch A1.5 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen Ivana Popadic • Di., 27.10. - 15.12.2026 11:45 - 13:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 64,00 €	44007
Englisch A1/A2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen Elena Danilova • Mo., 17.08. - 28.09.2026 17:00 - 18:30 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 56,00 €	44011
• Mo., 26.10. - 14.12.2026 17:00 - 18:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 64,00 €	44012



 Englisch	Nr.
Englisch A2 <i>Ivana Popadic</i>	
• Do., 20.08. - 08.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	44015
• Do., 29.10. - 17.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	44016
Englisch A2.1 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Elena Danilova</i>	
• Do., 20.08. - 01.10.2026 09:00 - 10:30 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 56,00 €	44023
• Do., 29.10. - 17.12.2026 09:00 - 10:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 64,00 €	44024
Englisch A2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen 44020 <i>Ginta Schindler</i>	
• Mi., 26.08. - 30.09.2026 09:30 - 10:45 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 36,00 €	
Englisch A2.2 – für Teilnehmer*innen m. Vorkenntnissen 44019 <i>Ivana Popadic</i>	
• Mo., 12.01. - 23.03.2026 18:15 - 19:45 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 88,00 €	
Englisch A2.2 – für Wiedereinsteiger*innen <i>Ivana Popadic</i>	
• Do., 20.08. - 08.10.2026 12:00 - 13:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 64,00 €	44025
• Do., 29.10. - 17.12.2026 12:00 - 13:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 64,00 €	44026



 Englisch	Nr.
Englisch A2.2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Ivana Popadic</i>	
• Mo., 17.08. - 05.10.2026 18:15 - 19:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 64,00 €	44032
• Mo., 26.10. - 14.12.2026 18:15 - 19:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 64,00 €	44033
Englisch A2/B1 – This and That 44153 <i>Cláudia Janaina Moreira Murakami</i>	
• Mo., 17.08. - 07.12.2026 10:00 - 11:30 Uhr 15x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 120,00 €	
Englisch B1 – Aufbaukurs 44217 <i>Kathrin Menschenin</i>	
• Di., 18.08. - 17.11.2026 17:30 - 19:00 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 17 96,00 €	
Englisch B1 – Konversationskurs 44215 <i>Cláudia Janaina Moreira Murakami</i>	
• Di., 18.08. - 08.12.2026 10:30 - 12:00 Uhr 15x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 120,00 €	
Englisch B1 – Konversationskurs 44218 <i>Cláudia Janaina Moreira Murakami</i>	
• Mi., 19.08. - 07.10.2026 09:15 - 10:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 64,00 €	
Englisch B1.2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen 44225 <i>Janice Massey</i>	
• Di., 08.09. - 08.12.2026 11:00 - 12:30 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 96,00 €	



 Englisch	Nr.
Englisch B1/B2 – It's tea-time! Konversationskurs <i>Janice Massey</i> • Do., 10.09. - 10.12.2026 16:00 - 17:30 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 96,00 €	44233
Englisch B2 Book Club – für Teilnehmer*innen 50+ <i>Dietmar Welz</i> • Di., 18.08. - 06.10.2026 10:00 - 11:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 64,00 € • Di., 27.10. - 15.12.2026 10:00 - 11:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 64,00 €	44235 44236
Englisch B2 <i>Solveig Werninger</i> • Di., 29.09. - 08.12.2026 09:00 - 10:30 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 72,00 €	44253
Englisch B2/C1 – Let's talk <i>Janice Massey</i> • Mo., 07.09. - 07.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 96,00 €	44356

Englisch im Büro –
Praktische Kommunikation
am Arbeitsplatz
ab Do., 27.08.2026
10:00 - 11:30 Uhr
s. Seite 90



 Dänisch	Nr.
Dänisch Ferienkurs A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Antonia Wagemans</i> • Mo., 10.08., Mi., 12.08. + Do., 13.08.2026, 17:00 - 19:30 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 36,00 €	430016
Dänisch A1.1 – Kompaktkurs 1 für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Henrik Vestergaard</i> • Fr., 09.10.2026 18:30 – 21:30 Uhr • Sa., 10.10.2026 09:00 – 16:00 Uhr • So., 11.10.2026 09:30 – 12:30 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	430012
Dänisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne oder mit geringen Vorkenntnissen in Harrislee <i>Maja Viereck</i> • Mi., 19.08. - 07.10.2026 10:00 - 11:30 Uhr 8x Bürgerhaus Harrislee, Bürgertreff 64,00 €	43001H
Dänisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Henrik Vestergaard</i> • Di., 18.08. - 15.12.2026 17:30 - 19:00 Uhr 16x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 128,00 € <i>Antonia Wagemans</i> • Mi., 19.08. - 07.10.2026 16:00 - 17:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	430001 430011





 Dänisch	Nr.
Dänisch A1.2 – für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen <i>Antonia Wagemans</i>	
• Mo., 17.08. - 05.10.2026 17:45 - 19:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	430021
<i>Antonia Wagemans</i>	
• Do., 20.08. - 08.10.2026 16:00 - 17:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 64,00 €	430023
<i>Antonia Wagemans</i>	
• Mi., 28.10. - 16.12.2026 16:00 - 17:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	430024
Dänisch A1.3 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Antonia Wagemans</i>	
• Do., 20.08. - 08.10.2026 17:45 - 19:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 64,00 €	430031
<i>Antonia Wagemans</i>	
• Mo., 26.10. - 14.12.2026 17:45 - 19:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	430032
<i>Antonia Wagemans</i>	
• Do., 29.10. - 17.12.2026 16:00 - 17:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 64,00 €	430034
Dänisch A1.4 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Antonia Wagemans</i>	
• Sa., 22.08. - 24.10.2026 10:30 - 12:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 64,00 €	430041
<i>Antonia Wagemans</i>	
• Do., 29.10. - 17.12.2026 17:45 - 19:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 64,00 €	430042



 Dänisch	Nr.
Dänisch A1.5 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Henrik Vestergaard</i>	430051
• Do., 20.08. - 17.12.2026 17:30 - 19:00 Uhr 16x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 128,00 €	
Dänisch A1/A2 – Kompaktkurs 7 <i>Henrik Vestergaard</i>	430061
• Fr., 28.08.2026, 18:30 – 21:30 Uhr	
• Sa., 29.08.2026, 09:00 – 16:00 Uhr	
• So., 30.08.2026, 09:30 – 12:30 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	
Dänisch A1/A2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Henrik Vestergaard</i>	
• Di., 18.08. - 06.10.2026 19:10 - 20:40 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 64,00 €	430071
• Di., 27.10. - 15.12.2026 19:10 - 20:40 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 64,00 €	430072
Dänisch A2.1 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Antonia Wagemans</i>	
• Mo., 17.08. - 05.10.2026 16:00 - 17:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 €	43022
<i>Antonia Wagemans</i>	
• Sa., 07.11. - 19.12.2026 10:30 - 12:00 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 56,00 €	43023



 Dänisch	Nr.
Dänisch A2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen in Harrislee <i>Henrik Vestergaard</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 17.08. - 05.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x 43023H Zentralschule Harrislee Brückengeschoss R 68 64,00 € Mo., 26.10. - 14.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x 43025H Zentralschule Harrislee Brückengeschoss R 68 64,00 € 	
Dänisch A2.2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen in Harrislee <i>Henrik Vestergaard</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 17.08. - 05.10.2026 19:40 - 21:10 Uhr 8x 43026H Zentralschule Harrislee Brückengeschoss R 68 64,00 € Mo., 26.10. - 14.12.2026 19:40 - 21:10 Uhr 8x 43027H Zentralschule Harrislee Brückengeschoss R 68 64,00 € 	
Dänisch A2.2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Antonia Wagemans</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 19.08. - 07.10.2026 11:15 - 12:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 64,00 € 	43024
Dänisch A2.3 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Antonia Wagemans</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 26.10. - 14.12.2026 16:00 - 17:30 Uhr 8x 43025 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 € <i>Antonia Wagemans</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 28.10. - 16.12.2026 11:15 - 12:45 Uhr 8x 43028 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 64,00 € 	



 Dänisch	Nr.
Dänisch A2/B1 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Antonia Wagemans</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 20.08. - 08.10.2026 11:15 - 12:45 Uhr 8x 43029 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 64,00 € <i>Antonia Wagemans</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 19.08. - 07.10.2026 17:45 - 19:15 Uhr 8x 43030 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 € 	
Dänisch A2/B1 – Onlinekurs für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Maja Viereck</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 18.08. - 08.12.2026 19:30 - 21:00 Uhr 15x online 120,00 € 	43032D
Dänisch B1 – für Fortgeschrittene <i>Henrik Vestergaard</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 20.08. - 08.10.2026 19:10 - 20:40 Uhr 8x 43040 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 64,00 € Do., 29.10. - 17.12.2026 19:10 - 20:40 Uhr 8x 43042 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 64,00 € <i>Antonia Wagemans</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 29.10. - 17.12.2026 11:15 - 12:45 Uhr 8x 43041 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 64,00 € <i>Antonia Wagemans</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 28.10. - 16.12.2026 17:45 - 19:15 Uhr 8x 43043 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 64,00 € 	



 Spanisch	Nr.
Spanisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 26.08. - 16.12.2026 19:30 - 21:00 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 96,00 € 	48001
Spanisch A1.2 – für Anfänger*innen mit ersten Vorkenntnissen <i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 27.08. - 17.12.2026 17:30 - 19:00 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 88,00 € 	48003
<i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 25.08. - 29.09.2026 10:00 - 11:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 72,00 € 	48013
Spanisch A1.3 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 27.10. - 15.12.2026 10:00 - 11:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 72,00 € 	48014
<i>Joana Landeo Pasache</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 01.09. - 06.10.2026 10:30 - 12:00 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 72,00 € 	48005
<i>Joana Landeo Pasache</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 27.10. - 01.12.2026 10:30 - 12:00 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 72,00 € 	48006
Spanisch A1.4 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Joana Landeo Pasache</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 01.09. - 01.12.2026 18:30 - 20:00 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 96,00 € 	48007
Spanisch A1.6 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Joana Landeo Pasache</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 01.09. - 01.12.2026 16:45 - 18:15 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 11 96,00 € 	48015



 Spanisch	Nr.
Spanisch A1/A2 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 25.08. - 15.12.2026 19:30 - 21:00 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 72,00 € 	48017
Spanisch A2.1 – Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 25.08. - 15.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 72,00 € 	48019
<i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 27.08. - 17.12.2026 19:00 - 20:30 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 88,00 € 	48023
Spanisch A2.2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 24.08. - 14.12.2026 19:05 - 20:35 Uhr 12x Fachschule für Technik und Gestaltung R 33 96,00 € 	48022
Spanisch A2/B1 <i>Jürgen Leiner</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 17.08. - 05.10.2026 18:15 - 19:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 64,00 € Mo., 26.10. - 14.12.2026 18:15 - 19:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 64,00 € 	48060 48065
Spanisch B1 – für Fortgeschrittene <i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 24.08. - 14.12.2026 17:30 - 19:00 Uhr 12x Fachschule für Technik und Gestaltung R 33 96,00 € 	48090
Spanisch B2 – für Fortgeschrittene <i>Leonor Miranda</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 25.08. - 15.12.2026 11:45 - 13:15 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 96,00 € 	48104



 Französisch	Nr.
Französisch A1.1 – Schnupperkurs für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Meike Bruhns</i> • Mo., 24.08. - 07.09.2026 18:00 - 19:15 Uhr 3x Fachschule für Technik und Gestaltung R 23 30,00 €	45001
Französisch A1.2 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Lilia Drouiche</i> • Do., 20.08. - 08.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 96,00 € • Do., 29.10. - 17.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 96,00 €	45005 45006
Französisch A1.5 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Meike Bruhns</i> • Mo., 14.09. - 14.12.2026 18:00 - 19:15 Uhr 12x Fachschule für Technik und Gestaltung R 23 80,00 €	45008
Französisch A2.2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Dr. Andreas Bonnermeier</i> • Mi., 23.09. - 16.12.2026 12:30 - 14:00 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 88,00 €	45015
Französisch A2/B1 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Meike Bruhns</i> • Do., 10.09. - 10.12.2026 17:45 - 19:00 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 80,00 €	45022



 Französisch	Nr.
Französisch B1/B2 – für Teilnehmer*innen 60+ „Odette toulemonde“ <i>Evamaria Mattig</i> • Mo., 21.09. - 14.12.2026 10:30 - 12:00 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 80,00 €	45040G
Französisch B1/B2 <i>Dr. Andreas Bonnermeier</i> • Mi., 23.09. - 16.12.2026 10:45 - 12:15 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 88,00 €	45059
Französisch B1/B2 Ça se discute! Konversation für Fortgeschrittene <i>Dr. Andreas Bonnermeier</i> • Mo., 21.09. - 14.12.2026 16:15 - 17:45 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 88,00 €	45060

Bei Fragen melden Sie sich gerne unter 0461 85 5000.

Anmelden können Sie sich telefonisch, per E-Mail oder online auf vhs-flensburg.de.

Weitere Kurse finden Sie auf unserer Website.



 Italienisch	Nr.
Italienisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse Meike Bruhns • Di., 25.08. - 06.10.2026 18:00 - 19:15 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 48,00 €	46002
Italienisch A1.2 – für Anfänger*innen mit geringen Vorkenntnissen Meike Bruhns • Di., 27.10. - 15.12.2026 18:00 - 19:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 56,00 €	46003
Italienisch A1.4 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen Meike Bruhns • Mi., 02.09. - 07.10.2026 15:00 - 16:15 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 40,00 €	46005
Italienisch A1.5 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen Meike Bruhns • Mi., 04.11. - 16.12.2026 15:00 - 16:15 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 48,00 €	46006
Italienisch A1.6 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen Meike Bruhns • Mi., 23.09. - 09.12.2026 18:00 - 19:15 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 102,00 €	46010



 Italienisch	Nr.
Italienisch A2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen Witold Ludwig • Di., 01.09. - 08.12.2026 18:30 - 20:00 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 80,00 € Solveig Werninger • Mo., 28.09. - 07.12.2026 16:00 - 17:30 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 72,00 € Solveig Werninger • Di., 29.09. - 08.12.2026 10:45 - 12:15 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 72,00 €	46013
Italienisch A2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen Solveig Werninger • Mi., 30.09. - 09.12.2026 17:30 - 19:00 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 72,00 €	46034
Italienisch A2.5 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen Witold Ludwig • Do., 03.09. - 10.12.2026 18:30 - 20:00 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 80,00 €	46032
Italienisch B1 Witold Ludwig • Do., 03.09. - 10.12.2026 20:15 - 21:45 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 80,00 € Solveig Werninger • Do., 01.10. - 10.12.2026 10:30 - 12:00 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 72,00 €	46039
	46049



 Arabisch	Nr.
Arabisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse 42000 <i>Lilia Drouiche</i>	
• Di., 18.08. - 06.10.2026 16:45 - 18:15 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 96,00 €	


 Chinesisch	Nr.
Chinesisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse 42100 <i>Chang Min Radau</i>	
• Di., 25.08. - 24.11.2026 19:30 - 21:00 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 96,00 €	
Chinesisch A1.3 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen 42104 <i>Chang Min Radau</i>	
• Di., 25.08. - 24.11.2026 17:50 - 19:20 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 96,00 €	

vhs-flensburg.de




 Japanisch	Nr.
Japanisch A1.3 Onlinekurs – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Chika Brix</i>	
• Di., 01.09. - 06.10.2026 20:00 - 21:30 Uhr 6x online 48,00 €	46306D
• Di., 27.10. - 24.11.2026 20:00 - 21:30 Uhr 5x online 40,00 €	46307D
Japanisch A2.2 Onlinekurs – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Chika Brix</i>	
• Do., 03.09. - 08.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr 6x online 48,00 €	46317D
• Do., 29.10. - 26.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr 5x online 40,00 €	46318D
Japanisch A2/B1 Onlinekurs – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Chika Brix</i>	
• Di., 01.09. - 06.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr 6x online 48,00 €	46334D
• Di., 27.10. - 24.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr 5x online 40,00 €	46335D



 Schwedisch	Nr.
Schwedisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Roy von Koenig</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 19.08. - 07.10.2026 17:15 - 18:45 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 64,00 € 	47301
Schwedisch B1 – Onlinekurs Konversation och lektyr <i>Benjamin Werner</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 21.09. - 14.12.2026 19:00 - 20:30 Uhr 11x online 88,00 € 	47318D

 Norwegisch	Nr.
Norwegisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse Bildungsurlaubsveranstaltung <i>Andreas Kunz</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 18.01. - 22.01.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 € 	46602
Norwegisch A2 <i>Ellen Terese Soendenaa</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 18.08. - 08.12.2026 19:30 - 21:00 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 144,00 € 	46618
Norwegisch B2 <i>Ellen Terese Soendenaa</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 18.08. - 08.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 08 144,00 € 	46623



 Niederländisch	Nr.
Niederländisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse Bildungsurlaubsveranstaltung <i>Andreas Kunz</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 14.09. – Fr., 18.09.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 € 	46505
Niederländisch A1.3 – für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Dr. Andreas Bonnermeier</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 21.09. - 14.12.2026 18:00 - 19:30 Uhr 11x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 88,00 € 	46503

 Ungarisch	Nr.
Ungarisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Erika Ágoston</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 19.08. - 07.10.2026 18:30 - 20:00 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 96,00 € 	46400

 Russisch	Nr.
Russisch Schnupperkurs A1.1 – für Anfänger*innen <i>Kathrin Menschenin</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 22.08.2026 11:00 - 12:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 12,00 € 	47200
Russisch A1.1 – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Kathrin Menschenin</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 03.09. - 08.10.2026 17:30 - 19:00 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 72,00 € 	47201



Russisch	Nr.
Russisch A2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Oksana Klatsess</i> • Mo., 17.08. - 14.09.2026 18:00 - 19:30 Uhr 5x Fachschule für Technik und Gestaltung R 25 60,00 €	47212
Russisch A2 – für Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen <i>Oksana Klatsess</i> • Mo., 26.10. - 30.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr 6x Fachschule für Technik und Gestaltung R 25 72,00 €	47213

Plattdeutsch	Nr.
Plattdeutsch – Wi lehrt PLATT! – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Margit Waschull</i> • Mo., 14.09. - 30.11.2026 19:30 - 21:00 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 120,00 €	41801
Plattdeutsch – Wi lehrt PLATT! für Anfänger*innen mit Vorkenntnissen <i>Margit Waschull</i> • Mo., 14.09. - 30.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 120,00 €	41804
Plattdüütsche Stammdisch: Plattdüütsch Snacken för Jung un Oolt <i>Dr. Annemarie Jensen</i> • Do., 27.08.2026, 15:00 – 17:15 Uhr • Do., 24.09.2026, 15:00 – 17:15 Uhr • Do., 29.10.2026, 15:00 – 17:15 Uhr • Do., 26.11.2026, 15:00 – 17:15 Uhr	418218 418219 418220 418221
Für alle Termine gilt: vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé kostenfrei	


Gebärdensprache	Nr.
Gebärdensprache – für Anfänger*innen ohne Vorkenntnisse <i>Regina Thoms</i> • Mo., 17.08. - 05.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 12 64,00 €	41714
• Mo., 02.11. - 25.01.2027 17:30 - 19:00 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 12 80,00 €	41715
• Mo., 02.11. - 25.01.2027 19:10 - 20:40 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 12 80,00 €	41716
Gebärdensprache – für Fortgeschrittene <i>Regina Thoms</i> • Do., 05.11. - 21.01.2027 17:30 - 19:00 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 12 80,00 €	41732
• Do., 05.11. - 21.01.2027 19:10 - 20:40 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 12 80,00 €	41733
Gebärdensprache für Fortgeschrittene – Konversationskurs <i>Regina Thoms</i> • Do., 20.08. - 08.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr 8x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 12 64,00 €	41739
• Di., 03.11. - 26.01.2027 17:30 - 19:00 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 12 80,00 €	41740
• Di., 03.11. - 26.01.2027 19:10 - 20:40 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 12 80,00 €	41741



Die vhs Flensburg ist anerkannter Träger des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (BAMF) für die Durchführung von Integrationskursen, Berufssprachkursen, Prüfungen und Einbürgerungstests.



Integrationskurse


Der Weg in einen Integrationskurs beginnt immer mit dem Besuch unserer Deutschberatung. Aktuelle Beratungszeiten und weitere Informationen finden Sie hier: 



Nach der Beratung erhalten Sie eine E-Mail mit Ihrem Einstufungstermin. An diesem Tag stellen wir fest, welcher Deutschkurs zu Ihnen passt.

In vielen Fällen ist die Kursteilnahme für Sie kostenlos.

Integrationskurse bestehen aus zwei Teilen: dem Sprachkurs und dem Orientierungskurs. Beide Teile enden mit einer Prüfung (DTZ - Deutsch-Test für Zuwanderer und LiD – Test Leben in Deutschland).

Haben Sie beide Prüfungen bestanden, bekommen Sie vom BAMF das „Zertifikat Integrationskurs“. Viele weitere Informationen für Zugewanderte und Kursteilnehmende finden Sie hier: 



1		EINSTUFUNG
2		INTEGRATIONSKURS • Sprachkurs A1 - B1 • Orientierungskurs
3		PRÜFUNG • Deutschtest für Zuwanderer (DTZ) • Leben in Deutschland (LiD)
4		„ZERTIFIKAT INTEGRATIONSKURS“



Berufssprachkurse

Unsere berufsbezogenen B2-Kurse umfassen 500 Unterrichtseinheiten. Der Unterricht findet in den Vormittagsstunden statt. Die Kurse dauern etwa ein halbes Jahr. Während dieser Zeit haben Sie 12 Tage Urlaub. Dieser wird von uns festgelegt.

Im Anschluss an den Kurs nehmen Sie an der B2-Prüfung teil. Dafür entstehen Ihnen keine Kosten. Für die Teilnahme an unseren Berufssprachkursen (B2) benötigen Sie:

- » eine Berechtigung vom Jobcenter/Sozialzentrum, der Agentur für Arbeit oder des Bundesamtes (BAMF)
- » Deutschkenntnisse auf B1-Niveau

Bei Interesse an unseren Integrations- oder Berufssprachkursen schreiben Sie uns bitte eine E-Mail an deutschlernen@flensburg.de.

Einbürgerungstest

Für Menschen, die die deutsche Staatsbürgerschaft anstreben, bietet die vhs Flensburg regelmäßig Einbürgerungstests an. Termine finden Sie auf www.vhs-flensburg.de

Die Anmeldung erfolgt immer persönlich in der Geschäftsstelle der vhs Flensburg in der Flensburg Galerie.

Der Test kostet 25,00 €. Für die Anmeldung benötigen Sie Ihren Ausweis.

vhs Lernportal

Deutsch lernen:
vhs-lernportal.de/Deutsch
kostenfrei – jederzeit – an jedem Ort

ein Projekt des Deutschen Volkshochschul-Verbands e.V.

GEFÖHRT VOM
Bundesministerium für Bildung und Forschung



Deutschkurse für alle

In unseren Deutschkursen können Sie auf unterschiedlichen Niveaustufen Ihre Sprachkenntnisse verbessern. Diese Kurse finden an zwei oder drei Tagen in der Woche statt. Die Kosten tragen Sie selbst.

Sie können entscheiden, zu welchem Kurs Sie sich anmelden. Für eine Einstufung Ihrer Sprachkenntnisse nutzen Sie einfach den Einstufungstest des Cornelsen-Verlages:



Anmeldungen sind über unsere Website, telefonisch oder persönlich bei der Geschäftsstelle der vhs Flensburg in der Flensburg Galerie möglich.

Deutsch A1	
Deutsch A1 (Montag und Donnerstag)	41410
<i>Swe Nwe Hmwe</i>	
• Do., 03.09. - 25.01.2027 17:30 - 20:00 Uhr 33x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 06 400,00 €	
Deutsch A1 (Montag und Donnerstag)	41411
<i>Evgenia Deibert</i>	
• Mo., 31.08. - 21.01.2027 17:30 - 20:00 Uhr 33x vhs-Zentrum Schulgasse 400,00 €	

Deutsch A2	
Deutsch für den Alltag – für Menschen 60+	41412
<i>Ursula Müllenbach</i>	
• Mo., 07.09. - 24.09.2026 15:00 - 16:30 Uhr 6x vhs-Zentrum Schulgasse 10,00 €	
Aussprachetraining Deutsch	41413
<i>Frida Temme</i>	
• Do., 10.09. - 08.10.2026 17:30 - 19:00 Uhr 5x vhs-Zentrum Schulgasse 47,00 €	



Deutsch A2	
Deutsch A2 (Montag und Donnerstag)	41420
<i>Julia Schaller</i>	
• Mo., 21.09. - 11.02.2027 17:30 - 20:00 Uhr 33x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 17 400,00 €	
Deutsch A2 am Nachmittag (Montag und Donnerstag)	41421
<i>Evgenia Deibert</i>	
• Mo., 31.08. - 21.01.2027 14:30 - 17:00 Uhr 33x vhs-Zentrum Schulgasse 400,00 €	

Deutsch B1	
Deutsch B1 (Dienstag)	41430
<i>Fabian Unmack</i>	
• Di., 01.09. - 23.03.2027 17:30 - 21:00 Uhr 25x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 17 440,00 €	
Briefe und Emails schreiben für Alltag und Beruf	41431
<i>Ivana Popadic</i>	
• Di., 01.09. - 22.09.2026 10:00 - 11:30 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 06 32,00 €	
Prüfungsvorbereitung für telc A2 - B1 Prüfung (Montag und Mittwoch)	41432
<i>Katharina Gawlik</i>	
• Mo., 24.08. - 23.09.2026 17:00 - 20:30 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 16 182,00 €	
Die telc A2 – B1 Prüfung findet am 02.10.2026 statt und kostet zusätzlich 170€.	
Fit für den Deutschtest für Zuwanderer (DTZ)	41433
<i>Katharina Gawlik</i>	
• Mo., 09.11. - 09.12.2026 17:00 - 20:15 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 16 260,00 €	



Treffpunkt Beratung und Sprachtraining
**Treffpunkt Beratung und Sprachtraining
(Deutsch A2-B1)**
Dozententeam

- Fr., 04.09. - 11.09.2026 | 13:30 - 16:30 Uhr | 2x 41470
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **25,00 €**
- Fr., 02.10. - 09.10.2026 | 13:30 - 16:30 Uhr | 2x 41472
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **25,00 €**
- Fr., 13.11. - 20.11.2026 | 13:30 - 16:30 Uhr | 2x 41474
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **25,00 €**
- Fr., 11.12. - 18.12.2026 | 13:30 - 16:30 Uhr | 2x 41476
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **25,00 €**

**Treffpunkt Beratung und Sprachtraining
(Deutsch B1-B2+)**
Dozententeam

- Sa., 05.09. - 12.09.2026 | 12:30 - 15:30 Uhr | 2x 41471
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **25,00 €**
- Do., 01.10. - 10.10.2026 | 12:30 - 15:30 Uhr | 2x 41473
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **25,00 €**
- Sa., 14.11. - 21.11.2026 | 12:30 - 15:30 Uhr | 2x 41475
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **25,00 €**
- Sa., 12.12. - 19.12.2026 | 12:30 - 15:30 Uhr | 2x 41477
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **25,00 €**

(Ermäßigung um 50% in vielen Fällen möglich)

Beim ersten Termin treffen wir uns im Kulturcafé und sammeln Ihre Wünsche, trinken Tee und Kaffee und lernen neue Leute kennen.

Das zweite Treffen findet online über Zoom statt. Hier werden Ihre Wünsche ausführlich beantwortet. Sie lernen verschiedene Institutionen kennen, die helfen können.


Ehrenamtliche Angebote
Begegnungscafé

414911

- Mo., 24.08. - 14.12.2026 | 18:00 - 20:00 Uhr | 15x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Kulturcafé | **kostenfrei**

Deutsch sprechen für alle - Spazieren, sammeln und quatschen

41460

Marianne Pletzing

- Mi., 26.08. - 10.11.2026 | 4x | **kostenfrei**
Treffpunkte und Uhrzeiten finden Sie auf www.vhs-flensburg.de

Wir gehen bei jedem Treffen in einem anderen Teil Flensburgs spazieren. Dabei sammeln wir nach dem Motto „Nicht mein Müll, aber meine Umwelt“ alles ein, was nicht in die Landschaft gehört. Während wir sammeln und sprechen, erweitern wir unser Wissen über Flensburg und die Strukturen der Gesellschaft, in der wir leben.

vhs-flensburg.de



Fotografie	Nr.
Bessere Fotos mit dem Smartphone <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Mo., 31.08.2026 18:00 - 20:00 Uhr Zentralschule Harrislee R 56 23,70 € 	57450H
Landschaftsfotografie mit Smartphone oder Kamera <i>Shahram Abrishamchi</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Sa., 19.09. - 20.09.2026 10:00 - 15:00 Uhr 2x Treffpunkt: vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 56,00 € 	57430
Einführung in die Fotografie für Spiegelreflex-Systemkameras und hochwertige Kompaktkameras <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Mi., 04.11. - 02.12.2026 18:30 - 20:15 Uhr 5x 57421 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 94,80 € • Beginn: Mi., 06.01. - 03.02.2027 18:30 - 20:15 Uhr 5x 57422 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 94,80 € 	
Einführung in die Fotografie für Spiegelreflex-Systemkameras und hochwertige Kompaktkameras – Theorie – Wochenendkurs <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Fr., 04.12. - 05.12.2026 15:00 - 13:00 Uhr 2x 57423 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 86,90 € • Beginn: Fr., 15.01. - 16.01.2027 15:00 - 13:00 Uhr 2x 57424 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 86,90 € 	
Spiegelreflex- und Systemfotografie Aufbaukurs I – Workshop Blitzlichtfotografie in Theorie und Praxis <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Fr., 29.01.2027 15:00 - 20:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 55,30 € 	57425

Fotografie	Nr.
Spiegelreflex- und Systemfotografie Aufbaukurs II – Nachtaufnahmen und Lichtmalerei in Theorie und Praxis <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Fr., 12.02.2027 15:00 - 20:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 55,30 € 	57426
Spiegelreflex- und Systemfotografie Aufbaukurs III – Panorama-Fotografie und HDR in Theorie und Praxis <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Sa., 06.03.2027 09:00 - 14:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 55,30 € 	57427
Spiegelreflex- und Systemfotografie Aufbaukurs IV – Bildgestaltung, Perspektive und Bildaufbau <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Sa., 20.03.2027 09:00 - 14:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 04 55,30 € 	57428
vhs - Fototreff: Tal der Krusau / Tunneltal <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Mo., 13.07.2026 19:00 - 21:00 Uhr Treffpunkt: Waldparkplatz Padborg / DK Østergade 18,00 € 	57477
vhs - Fototreff: Stadtwerke Flensburg <i>Thomas Raake</i> <ul style="list-style-type: none"> • Beginn: Mo., 10.08.2026 19:00 - 21:00 Uhr Treffpunkt: Stadtwerke Flensburg 18,00 € 	57478



Fotografie	Nr.
vhs - Fototreff: Museumsdorf Unewatt <i>Thomas Raake</i> • Beginn: Mo., 14.09.2026 19:00 - 21:00 Uhr Treffpunkt: Parkplatz vom Museumsdorf Unewatt an der Nordstrasse 15,00 €	57471
vhs - Fototreff: Blaue Stunde und Nachtaufnahmen am Flensburger Hafen <i>Thomas Raake</i> • Beginn: Mo., 12.10.2026 19:00 - 21:00 Uhr Treffpunkt: Hafenspitze 15,00 €	57472
Malen und Zeichnen	Nr.
Atelierbesuche <i>Cornelia Jetter</i> • Mo., 07.09.2026 - 15.02.2027 17:00 - 18:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 59,00 €	23003
Flensburger Malstudio – Flensburger Ateliertage • Sa., 07.+ So. 08.11.2026 10:00 - 17:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Malstudio kostenfrei	230012
Einführung in das Handlettering <i>Heike Ruffershöfer</i> • Sa., 26.09.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 10,00 € (Sonderpreis FlensburgerLeben)	23005



Malen und Zeichnen	Nr.
Kreative Ideen fürs Handlettering <i>Heike Ruffershöfer</i> • Sa., 24.10.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 24,00 €	23006
Malen nach Herzenslust – Ausdrucksmalen <i>Sigrid Nolte-Schefold</i>	
• Mi., 19.08 - 16.09.2026 18:15 - 19:45 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 95,00 €	23101
• Mi., 30.09. - 28.10.2026 18:15 - 19:45 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 95,00 €	23102
• Mi., 11.11. - 09.12.2026 18:15 - 19:45 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 95,00 €	23103
Freiluftmalerei – Sommerkurs – Zeichnen und Malen in Flensburg <i>Christiane Maria Behnke</i>	
• Sa., 22.08.2026 10:30 - 12:00 Uhr Treffpunkt VHS Zentrum Nikolaikirchhof R04 12,00 €	23116
• Sa., 29.08.2026 10:30 - 12:00 Uhr Treffpunkt VHS Zentrum Nikolaikirchhof R04 12,00 €	23117
• Sa., 05.09.2026 10:30 - 12:00 Uhr Treffpunkt VHS Zentrum Nikolaikirchhof R04 12,00 €	23118



Malen und Zeichnen	Nr.
Farben mischen – Grundlagen der Malerei <i>Nadine Iben</i>	
• Sa., 29.08.2026 15:00 - 16:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 12,00 €	23121
• Sa., 21.11.2026 15:00 - 16:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 12,00 €	23122
Pinself Techniken – Lebendige Malflächen gestalten <i>Nadine Iben</i>	
• Sa., 29.08.2026 16:30 - 18:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 12,00 €	23123
• Sa., 21.11.2026 16:30 - 18:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 12,00 €	23124
Mandala malen nach C.G. Jung <i>Nanne Jensen</i>	23131
• Sa., 10.10.2026 15:00 - 19:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 36,00 €	
Kreativ im Skizzenbuch: Malen zur Entspannung <i>Ann-Katrin Friedrich</i>	23202
• So., 27.09.2026 11:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 18,00 €	
Kreativ im Skizzenbuch: Einfache Bäume malen <i>Ann-Katrin Friedrich</i>	23203
• So., 25.10.2026 11:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 18,00 €	
Kreativ im Skizzenbuch: Blumen malen und zeichnen <i>Ann-Katrin Friedrich</i>	23204
• So., 29.11.2026 11:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 18,00 €	



Malen und Zeichnen	Nr.
Kreativ im Skizzenbuch: Collagen kleben <i>Ann-Katrin Friedrich</i>	23205
• So., 13.12.2026 11:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 18,00 €	
Landschaftsmalen nach Bob Ross – Winterlandschaft mit Nordlichtern Ein Tag – ein Gemälde – für Anfänger*innen und Fortgeschrittene <i>Rose Adrian Trienen</i>	
• Sa., 05.12.2026 10:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 72,50 €	23231
<i>Rose Adrian Trienen</i>	
• So., 06.12.2026 10:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 20 72,50 €	23232
Aquarell- und Acrylmalerei für Anfänger*innen und Fortgeschrittene <i>Nadezda Heckel</i>	23245
• Do., 01.10. - 10.12.2026 09:45 - 13:00 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 156,00 €	
Aquarell-, Pastell-, Acryl- und Ölmalerei für Anfänger*innen und Fortgeschrittene <i>Nadezda Heckel</i>	23246
• Mo., 05.10. - 14.12.2026 09:45 - 13:00 Uhr 9x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 156,00 €	
Aquarellmalen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene <i>Caroline Junge</i>	23254
• Mi., 16.09. - 09.12.2026 16:15 - 17:45 Uhr 10x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 80,00 €	



Malen und Zeichnen	Nr.
Naturstudien Stillleben: Grundlagen des Zeichnens <i>Caroline Junge</i>	
• Mi., 16.09. - 07.10.2026 18:15 - 19:45 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 48,00 €	23261
• Mi., 28.10. - 09.12.2026 18:15 - 19:45 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 72,00 €	23262
Spielerisch und experimentell malen – Magische Tiere des Ozeans <i>Joana Landeo Pasache</i>	23300
• Sa., 12.09.2026 10:30 - 13:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 10,00 € (Sonderpreis FlensburgerLeben)	
Kreatives Aquarell – Blumen malen <i>Joana Landeo Pasache</i>	23301
• Fr., 18.09.2026 17:15 - 20:45 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 44,00 €	

vhs-flensburg.de



Malen und Zeichnen	Nr.
Kreative Collage – Winterlicher Flow <i>Joana Landeo Pasache</i>	23302
• Sa., 28.11.2026 10:30 - 13:30 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 34,00 €	
Linoldruck, Linolschnitt – für Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse <i>Bettina Schwarze</i>	
• Sa., 19.09.2026 10:00 - 12:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 18,00 €	23303
• Sa., 24.10.2026 10:00 - 12:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 18,00 €	23304
• Sa., 21.11.2026 10:00 - 12:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 18,00 €	23305
Handarbeit	Nr.
Handweben <i>Maren Petersen</i>	25001
• Mo., 14.09. - 07.12.2026 17:30 - 21:30 Uhr 10x Fachsule R 75 216,00 €	
Die Kunst des Bandwebens Traditionelle Muster neu entdeckt <i>Linnéa Bergsträsser</i>	
• Sa., 10.10. - 11.10.2026 11:00 - 15:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 66,00 €	25003
• Sa., 17.10. - 18.10.2026 11:00 - 15:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21, 66,00 €	25004



Handarbeit	Nr.
Masche für Masche zum Fest – Der Häkelkurs für Anfänger*innen <i>Linnéa Bergsträsser</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 26.10. - 07.12.2026 17:00 - 18:30 Uhr 7x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 84,00 € 	25100
Stricken: RVO – Raglan von oben <i>Ursula Duscha</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 22.09. – 29.09.2026 18:00 - 20:15 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 36,00 € Di., 03.11.2026 - 10.11.2026 18:00 - 20:15 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 36,00 € 	25101 25102
Selbst genäht Nähen und Schneiden für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen <i>Monika Vogel</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 16.09. - 04.11.2026 10:00 - 13:00 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 144,00 € Mi., 11.11. - 09.12.2026 10:00 - 13:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 120,00 € 	25216 25217
NähZeit – Mittwochskurs Nähen für Anfänger*innen und Fortgeschrittene <i>Ute Fehse-Klüttermann</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 02.09. - 07.10.2026 18:30 - 21:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 144,00 € Mi., 28.10. - 02.12.2026 18:30 - 21:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 144,00 € Mi., 09.12. - 03.02.2027 18:30 - 21:30 Uhr 6x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 144,00 € 	25221 25222 25224



Handarbeit	Nr.
Nähkurs Konfektion – Bekleidung <i>Ida Ebeling</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 31.08. - 28.09.2026 16:00 - 19:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 120,00 € Di., 06.10. – 03.11.2026 16:00 - 19:00 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 72,00 € Di., 10.11. - 01.12.2026 16:00 - 19:00 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 96,00 € 	25231 25232 25233
Wochenend-Nähkurs Konfektion – Bekleidung <i>Ida Ebeling</i> <ul style="list-style-type: none"> Fr., 06.11. - 07.11.2026 Sa., 15:00 - So., 14:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 21 66,00 € 	25234
Kunsthandwerk	Nr.
Goldschmiede-Workshop Anfertigung eines eigenen, individuellen Schmuckstückes <i>Dominique Lenoir</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 12.09.2026 10:00 - 17:30 Uhr Schmuckes Atelier D. Lenoir 175,00 € Sa., 17.10.2026 10:00 - 17:30 Uhr Schmuckes Atelier D. Lenoir 175,00 € Mi., 28.10. - 04.11.2026 15:00 - 19:00 Uhr 2x Schmuckes Atelier D. Lenoir 175,00 € 	25121 25122 25123



Kunsth Handwerk	Nr.
Komm töpf ern – Schnupperkurs an der Drehscheibe <i>Mareen Pries</i>	
• Mi., 09.09.2026 16:00 - 19:00 Uhr Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 53,00 €	25150
• Mi., 14.10.2026 16:00 - 19:00 Uhr Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 53,00 €	25151
• Mi., 11.11.2026 16:00 - 19:00 Uhr Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 53,00 €	25152
Komm töpf ern – Grundkurs an der Drehscheibe Schritt für Schritt die Grundlagen des Töpf erns kennenlernen <i>Mareen Pries</i>	
• Di., 08.09. - 29.09.2026 16:00 - 18:30 Uhr 4x Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 165,50 €	25153
• Di., 06.10. - 27.10.2026 16:00 - 18:30 Uhr 4x Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 165,50 €	25154
• Di., 03.11. - 24.11.2026 16:00 - 18:30 Uhr 4x Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 165,50 €	25155



Kunsth Handwerk	Nr.
Komm töpf ern – Aufbaukurs an der Drehscheibe Techniken festigen und sicherer drehen lernen <i>Mareen Pries</i>	
• Do., 10.09. - 01.10.2026 16:00 - 18:30 Uhr 4x Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 175,50 €	25156
• Do., 08.10. - 29.10.2026 16:00 - 18:30 Uhr 4x Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 175,50 €	25157
• Do., 05.11. - 26.11.2026 16:00 - 18:30 Uhr 4x Mareen Pries Jägerweg 16 (Weiche) EG links, 24941 Flensburg 175,50 €	25158
Basteln	Nr.
Meeresrauschen für die Seele – Maritime Mobiles aus Naturschätzen gestalten <i>Linnéa Bergsträsser</i>	25300
• Sa., 22.08.2026 11:00 - 15:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 36,00 €	
Die tolle Albumfaltung: Faltkarte, Einlegealbum und Klappschachtel <i>Heike Ruffershöfer</i>	25301
• Sa., 10.10.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 24,00 €	



Basteln	Nr.
Die Masu-Schachtel: Eine Schachtel, viele Variationen <i>Heike Ruffershöfer</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 07.11.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 24,00 € 	25302
Alles für Weihnachten und Advent: Dekorationen, Schachteln und Tüten <i>Heike Ruffershöfer</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 14.11.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 24,00 € 	25303
Sterne, Sterne, und eine Kugel – Gefaltete Dekorationen für die Weihnachtszeit <i>Heike Ruffershöfer</i> <ul style="list-style-type: none"> So., 15.11.2026 10:00 - 13:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Atelier 24,00 € 	25304

Bei Fragen melden Sie sich gerne unter 0461 85 5000.

Anmelden können Sie sich telefonisch, per E-Mail oder online auf vhs-flensburg.de.

Weitere Kurse finden Sie auf unserer Website.



Smartphone & Multimedia	Nr.
Anfangsschritte mit dem Handy <i>Joachim Schulz</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 18.08. - 20.08.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x Bürgerhaus Harrislee Fraktionszimmer (Nr. 17) kostenfrei (GBZ) Mi., 26.08. - 28.08.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 06 kostenfrei (GBZ) 	52100H
Digitale Sprechstunde der vhs in der Stadtbibliothek <i>Joachim Schulz</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 10.09. - 17.12.2026 15:30 - 16:30 Uhr 8x Stadtbibliothek Flensburg Flensburg Galerie, 2.OG kostenfrei 	52095
Grundzüge meines Handys verstehen <i>Joachim Schulz</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 14.09. - 16.09.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x Bürgerhaus Harrislee Fraktionszimmer (Nr. 17) kostenfrei (GBZ) Mo., 28.09. - 30.09.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 06 kostenfrei (GBZ) 	52101H
Smartphone / Tablet – Einfach erklärt für Seniorinnen und Senioren – Nicht den Anschluss verlieren und das Smartphone als smarten Assistenten nutzen <i>Inge Kösters</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 19.10. - 02.11.2026 11:00 - 12:30 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé 97,80 € 	52080

**Smartphone & Multimedia**

Nr.

Mit dem Handy einkaufen – Wie geht das?

52102H

Joachim Schulz

- Mo., 26.10. - 28.10.2026 | 09:00 - 12:30 Uhr | 3x
Bürgerhaus Harrislee | Fraktionszimmer (Nr. 17)
kostenfrei (GBZ)

Künstliche Intelligenz (KI) mit dem Handy

Joachim Schulz

- Mo., 23.11. - 25.11.2026 | 09:00 - 12:30 Uhr | 3x 52103H
Bürgerhaus Harrislee | Fraktionszimmer (Nr. 17) | **102,00 €**
- Mo., 07.12. - 09.12.2026 | 09:00 - 12:30 Uhr | 3x 52091
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 06 | **102,00 €**

Outlook

Nr.

vhs-Digitalkurs: MS Outlook – Power Workflows im Büromanagement

51131D

Strukturierte Kommunikation, intelligente Priorisierung und durchgängige Selbstorganisation

Thorsten H. Bradt

- Fr., 20.11.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | online | **36,00 €**

Excel

Nr.

MS Excel – Datenauswertung mit Pivot-Tabellen

51328

Andreas Ganz

- Mi., 09.09. - 11.09.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | 3x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 07 | **105,00 €**

MS-Excel Dashboard – Zusammenfassung, Übersicht, Erstellung – Fortgeschrittenenkurs

51306

Andreas Ganz

- Sa., 12.09. - 13.09.2026 | 09:00 - 16:00 Uhr | 2x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 07 | **141,00 €**

Excel

Nr.

MS Excel – kompakt am Wochenende

51311

Inge Kösters

- Sa., 24.10. - 25.10.2026 | 10:00 - 16:15 Uhr | 2x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 07 | **103,25 €**

**MS Excel – fundiert und vielseitig
Excel für EinsteigerInnen, die etwas mehr wollen**

51310

Harald Niegel

- Mo., 26.10. - 30.10.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 07 | **163,00 €**

**MS-Excel Stromkosten, Haushaltsbuch, Finanzierungen
Unterstützung im Haushalt**

51331

Andreas Ganz

- Sa., 07.11. - 08.11.2026 | 09:00 - 16:00 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 07 | **141,00 €**

MS-Excel Statistik – Fortgeschrittene

51330

Andreas Ganz

- Mo., 16.11. - 18.11.2026 | 18:00 - 21:00 Uhr | 3x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 07 | **106,00 €**

MS-Excel PowerQuery – Aufbereitung Daten

51329

Andreas Ganz

- Mo., 23.11. - 25.11.2026 | 18:00 - 21:00 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 07 | **107,00 €**



Excel	Nr.
 vhs-Digitalkurs: MS Excel – Datenvisualisierung mit KI Hacks und Pivot Dynamische Auswertungen, Dashboards und schnelle Insights aus großen Datenmengen <i>Thorsten H. Bradt</i> • Mo., 23.11.2026 18:30 - 21:30 Uhr online 36,00 €	51132D
 vhs-Digitalkurs: MS Excel – Datenanalyse mit KI Hacks und Power Query Saubere Daten, intelligente Transformationen und fundierte Entscheidungen <i>Thorsten H. Bradt</i> • Mo., 23.11.2026 18:30 - 21:30 Uhr online 36,00 €	51134D
PowerPoint	Nr.
MS PowerPoint – Visuelle Unterstützung von Vorträgen und mehr <i>Andreas Ganz</i> • Sa., 05.12. - 06.12.2026 10:00 - 17:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 140,00 €	51406
InDesign	Nr.
Professionelles Layout mit Adobe InDesign CS6/CC – Grundlagenkurs <i>Andreas Ganz</i> • Do., 03.09. - 04.09.2026 09:30 - 16:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 136,00 €	52127



Künstliche Intelligenz (KI)	Nr.
Künstliche Intelligenz (KI) – Eine Einführung am Beispiel von ChatGPT <i>Lothar Schweizer</i> • Mi., 16.09.2026 19:00 - 20:30 Uhr Bürgerhaus Harrislee Bürgertreff 20,00 €	54456H
KI-Anwendung für Beruf und Alltag – Fortgeschrittene <i>Lothar Schweizer</i> • Do., 08.10.2026 19:00 - 20:30 Uhr Bürgerhaus Harrislee, Raum folgt 38,00 €	54457H
KI Werkstatt Reihe – Online – Gesamtkurs <i>Arno Schimmelpfennig</i> • Mo., 21.09. - 18.01.2027 17:30 - 20:00 Uhr 8x vhs Cloud 156,00 €	54450R
Einzelkurse KI-Werkstatt	Nr.
Alltag – Zeit sparen im echten Leben <i>Arno Schimmelpfennig</i> • Mo., 21.09.2026 17:30 - 20:00 Uhr vhs Cloud 28,00 €	54451D
Sicherheit – Deepfakes und KI Betrug erkennen <i>Arno Schimmelpfennig</i> • Mo., 05.10.2026 17:30 - 20:00 Uhr vhs Cloud 28,00 €	54452D
Ehrenamt – Protokoll, Einladung, Social Media Nach diesem Abend schafft Ihr Verein mehr mit weniger Aufwand <i>Arno Schimmelpfennig</i> • Mo., 19.10.2026 17:30 - 20:00 Uhr vhs Cloud 28,00 €	54453D



Einzelkurse KI-Werkstatt

Nr.

Gesundheit – Nach diesem Abend verstehen Sie Ihren Arztbrief und Ihren Beipackzettel in 2 Minuten

54454D

Arno Schimmelpfennig

- Mo., 16.11.2026 | 17:30 - 20:00 Uhr
vhs Cloud | **28,00 €**

Kreativ – Nach diesem Abend gestalten Sie Grußkarten, Fotobücher und Texte, die begeistern

54455D

Arno Schimmelpfennig

- Mo., 30.11.2026 | 17:30 - 20:00 Uhr
vhs Cloud | **28,00 €**



Weitere vhs-Digitalkurse finden Sie im Bereich Arbeit & Beruf sowie bei den Bildungsurlauben.



vhs-flensburg.de



Grundbildungszentrum

In Flensburg entsteht ein neues Grundbildungszentrum, das Beratung, Kurse und Lernmöglichkeiten in allen Bereichen anbieten wird, die für ein selbstbestimmtes Leben in der Gesellschaft nötig sind. Dies umfasst z.B. Lesen, Schreiben, Rechnen, Medien- und Digitalkompetenz, Verbraucher*innen- und Gesundheitsthemen und vieles weitere.

Gerne beraten wir Sie.

Rufen Sie uns unter 0461 - 85 5000 an.

Lesen & Schreiben	Nr.
Besser lesen und schreiben lernen für Erwachsene <i>Sylvia Selke</i>	67009
<ul style="list-style-type: none"> • Fr., 21.08. - 18.12.2026 13:00 - 14:00 Uhr 16x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 kostenfrei 	
Besser lesen und schreiben lernen für Erwachsene <i>Gisela Hofmann</i>	67010
<ul style="list-style-type: none"> • Mi., 09.09. - 09.12.2026 09:30 - 11:00 Uhr 12x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 kostenfrei 	
Besser lesen und schreiben lernen für Frauen <i>Sylvia Selke</i>	67011
<ul style="list-style-type: none"> • Mi., 19.08. - 16.12.2026 15:15 - 16:15 Uhr 16x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 kostenfrei 	
Besser lesen und schreiben lernen für Gehörlose <i>Regina Thoms</i>	67012
<ul style="list-style-type: none"> • Mi., 19.08. - 16.12.2026 13:45 - 14:30 Uhr 16x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 14 kostenfrei 	



Schulabschlüsse	Nr.
Auf dem Weg zum Ersten allgemeinbildenden Schulabschluss (ESA) <i>Dozententeam</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., Mi., Do. ab 03.11.2026 - 24.06.2027 jeweils 17:30 - 19:30 Uhr vhs-Zentrum Schulgasse kostenfrei 	69200
Computer, Handy & Co.	Nr.
Anfangsschritte mit dem Handy <i>Joachim Schulz</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mi., 26.08. - 28.08.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 06 kostenfrei • Di., 18.08. - 20.08.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x Bürgerhaus Harrislee Fraktionszimmer (Nr. 17) kostenfrei 	52088 52100H
Digitale Sprechstunde der vhs in der Stadtbibliothek <i>Joachim Schulz</i> <ul style="list-style-type: none"> • Do., 10.09. - 17.12.2026 15:30 - 16:30 Uhr 8x Stadtbibliothek Flensburg (Flensburg Galerie 2.OG) kostenfrei 	52095
Grundzüge meines Handys verstehen <i>Joachim Schulz</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mo., 28.09. - 30.09.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 06 kostenfrei • Mo., 14.09. - 16.09.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x Bürgerhaus Harrislee Fraktionszimmer (Nr. 17) kostenfrei 	52089 52101H
Mit dem Handy einkaufen – Wie geht das? <i>Joachim Schulz</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mo., 26.10. - 28.10.2026 09:00 - 12:30 Uhr 3x Bürgerhaus Harrislee Fraktionszimmer (Nr. 17) kostenfrei 	52102H



Kultur	Nr.
Theater erleben – ein Blick hinter den Vorhang in Kooperation mit dem Schleswig-Holsteinischen Landestheater <i>Susanne von Tobien</i> <ul style="list-style-type: none"> • Di., 15.09. - 10.11.2026 18:00 - 19:30 Uhr 3x Landestheater Treffpunkt am Haupteingang kostenfrei 	20109
Fit für den Alltag	Nr.
Begegnungscafé <ul style="list-style-type: none"> • Mo., 24.08. - 14.12.2026 18:00 - 20:00 Uhr 15x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé kostenfrei 	414911
Deutsch sprechen für alle – Spazieren, sammeln und quatschen <i>Marianne Pletzing</i> <ul style="list-style-type: none"> • Mi., 26.08. - 10.11.2026 16:30 - 18:00 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche Kulturcafé kostenfrei 	41460
Fahrrad- und Pedelec-Pflegekurs Sicher unterwegs durch richtige Wartung <i>Sascha Bruhn</i> <ul style="list-style-type: none"> • Fr., 28.08.2026 15:00 - 18:00 Uhr • Sa., 29.08.2026 10:00 - 13:00 Uhr • Fr., 04.09.2026 15:00 - 18:00 Uhr • Sa., 05.09.2026 10:00 - 13:00 Uhr Ort: Förde Direkt Service GmbH, Kauslundhof 5, 24943 Flensburg kostenfrei	27540 27541 27542 27543



Tastschreiben	Nr.
Sicher auf der Tastatur in 5 Stunden Ohne Hinzuschauen die Tastatur im 10-Finger-System bedienen <i>Inge Kösters</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 26.09.2026 10:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 73,10 € 	54435
Kommunikation	Nr.
Englisch im Büro – Praktische Kommunikation am Arbeitsplatz <i>Ivana Popadic</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 27.08. - 17.09.2026 10:00 - 11:30 Uhr 4x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 48,00 € 	54323
Kommunikation neu denken – Tipps gegen die alltäg- liche Sprachlosigkeit <i>Catja Weißenberger</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 07.11.2026 09:45 - 13:45 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 52,00 € 	54221
Wissen Sie was Sie wollen? Entscheidungen treffen leichter gemacht <i>Catja Weißenberger</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 10.10.2026 09:45 - 13:45 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 52,00 € 	54220



Kindertagespflege	Nr.
Kurzqualifikation zur Kindertagespflegeperson für pädagogische Fachkräfte <i>Anne Catrine Stelter</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 06.10. - 22.12.2026 18:00 - 21:15 Uhr 13x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 253,00 € Anmeldung über die Fachberatung. 	55101
Kita-Weiterbildungsprogramm	Nr.
Kita: Kinder stärken – Resilienzförderung in Kitas <i>Anne Catrine Stelter</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 16.09.2026 09:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 19 120,00 € 	55226
Kita: Scham und Menschenwürde <i>Anne Catrine Stelter</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 24.09.2026 09:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 120,00 € 	55215
Kita: Die Handpuppe als pädagogisches Werkzeug Bewusst auswählen, wirkungsvoll und verantwortungsvoll einsetzen <i>Björn Hollaender</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 28.09.2026 09:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 120,00 € 	55217
Kita: Stressresilienz im beruflichen Alltag <i>Anne Catrine Stelter</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 28.10.2026 09:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 120,00 € 	55214



Kita- Weiterbildungsprogramm	Nr.
Kita: Gitarre leicht lernen – über 80 Kinderlieder und Songs an einem Tag <i>Hakan Hatay</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 07.11.2026 09:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 03 120,00 € 	55224
Hochsensibilität im pädagogischen Alltag erkennen, verstehen und begleiten <i>Birgit Elke</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 29.09.2026 09:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 135,65 € Mi., 04.11.2026 09:00 - 12:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 60,00 € 	55223 55224D
Social Media	Nr.
vhs-Digitalkurs: Social Media Marketing mit Instagram Erfolgskonzepte und – strategien im Business <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 05.10.2026 18:00-19:30 Uhr online 21,50 € 	51126D
vhs-Digitalkurs: Canva – professioneller visueller Content Online Creative Tool der Master Class <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 05.10.2026 20:00 - 21:30 Uhr online 21,50 € 	51128D
vhs-Digitalkurs: Social Media Marketing mit Instagram Erfolgskonzepte und -strategien im Business <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 14.11.2026 10:00 - 13:00 Uhr online 36,00 € 	51129D
vhs-Digitalkurs: Canva – professioneller visueller Content Online Creative Tool der Master Class <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Sa., 14.11.2026 14:00 - 17:00 Uhr online 36,00 € 	51130D

Management	Nr.
vhs-Digitalkurs: Erfolgskonzepte und -strategien im Business <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 05.10.2026 18:00 - 19:30 Uhr online 21,50 € 	51127D
Künstliche Intelligenz (KI) für den Beruf	Nr.
vhs-Digitalkurse – AI Facts – online:	
Einführung in generative KI-Modelle Produktiv arbeiten mit modernen Systemen im Beruf <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 21.09.2026 18:00 - 19:30 Uhr online 21,50 € 	51118D
KI als Kreativitätsbooster Methoden, Prompts und Workflows für Ideenentwicklung und Innovation <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Di., 22.09.2026 18:00 - 19:30 Uhr online 21,50 € 	51119D
KI im Büromanagement Automatisierung, Qualität und Struktur im modernen Büroalltag <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Mi., 23.09.2026 18:00 - 19:30 Uhr online 21,50 € 	51120D
AI Facts – KI in der Textverarbeitung Prompting, Stilsteuerung und Textqualität im professionellen Einsatz <i>Thorsten H. Bradt</i> <ul style="list-style-type: none"> Do., 24.09.2026 18:00 - 19:30 Uhr online 21,50 € 	51121D



**Künstliche Intelligenz (KI) für den Beruf**

Nr.

vhs-Digitalkurse – AI Facts – online:

KI und Tabellenkalkulation 51122D
Automatisierung, Auswertung und Entscheidungsunterstützung

Thorsten H. Bradt

• Fr., 25.09.2026 | 18:00 - 19:30 Uhr | online | **21,50 €**

Die Anatomie des perfekten Prompts 51133D
Prompting Techniken, Prompt Engineering und Meta Prompts

Thorsten H. Bradt

• Fr., 25.09.2026 | 20:00 - 21:30 Uhr | online | **21,50 €**

33 KI-Hacks für das Büromanagement 51123D
Produktiver arbeiten, Zeit sparen und bessere Ergebnisse erzielen

Thorsten H. Bradt

• Mo., 28.09.2026 | 18:00 - 19:30 Uhr | online | **21,50 €**

Prompting, das wirkt 51124D
11 erprobte Tipps für bessere KI Ergebnisse

Thorsten H. Bradt

• Di., 29.09.2026 | 18:00 - 19:30 Uhr | online | **21,50 €****MS Word und MS Copilot (Add In)**

Thorsten H. Bradt

Professionelle Textverarbeitung mit KI-Unterstützung 51125D

• Do., 01.10.2026 | 18:00 - 19:30 Uhr | online | **21,50 €**

Daten verstehen, analysieren und produktiv nutzen 51126D

• Fr., 02.10.2026 | 18:00 - 19:30 Uhr | online | **21,50 €****SkillUp AI! – Onlinekurse**

Nr.

Das kleine große KI-ABC Vol. I Basis: 54510D
Generative KI verstehen – Grundlagen, Funktionsweise, Einordnung

• Sa., 10.10.2026 | 09:30 - 11:30 Uhr | online | **29,00 €**

Das kleine große KI-ABC Vol. II - Aufbau: 54511D
Wirksames Prompting – Struktur, Präzision, Ergebnisqualität

• Sa., 10.10.2026 | 12:30 - 14:30 Uhr | online | **29,00 €**

Das kleine große KI-ABC Vol. III - Routine: 54512D
Generative KI strategisch nutzen – Integration und Produktivität

• Sa., 10.10.2026 | 15:00 - 17:00 Uhr | online | **29,00 €**

Prompting-Techniken, Prompt Engineering und Meta-Prompts 54513D

• Mi., 21.10.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | online | **49,00 €**

MS Word & Copilot: 54514D
Professionelle Geschäftskorrespondenz
Strukturierte Texte, klare Tonalität und effiziente Dokumenterstellung mit KI

• Mo., 02.11.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | online | **49,00 €**

MS Outlook & Copilot: Optimiertes Büromanagement 54515D
Strukturierte Kommunikation, E-Mail-Übersicht und Zeitgewinn mit KI

• Mo., 09.11.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | online | **49,00 €**

MS PowerPoint & Copilot: Business-Präsentationen 54516D
Strukturierte Inhalte, klare Botschaften und effiziente Präsentation

• Fr., 13.11.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | online | **49,00 €**



SkillUp AI! – Onlinekurse

Nr.

MS Copilot Notebooks: Intelligente Notizbücher
KI-gestützte Produktivitätsunterstützung im Selbst- und
Teammanagement

54517D

• Mi., 25.11.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | online | 49,00 €

MS Copilot Chat & MS Copilot in M365
KI-gestützte Arbeitsabläufe und intelligente Assistenz

54518D

• Mi., 02.12.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | online | 49,00 €

Deep Research mit Perplexity & KI-Alternativen
KI-gestützte Tiefenanalyse komplexer Informations-
und Wissensräume

54519D

• Fr., 11.12.2026 | 18:30 - 21:30 Uhr | online | 49,00 €

Dozent*innen
gesucht!

Haben Sie Interesse, einen Kurs bei
uns anzubieten?

Wir freuen uns jederzeit über
frischen Wind. Kontaktieren Sie
uns gerne per E-Mail:
volkshochschule@flensburg.de



Besuchte 2021 den Kurs
„Social Media für
Seniorinnen und Senioren“



Die Volkshochschule
**Vielleicht der
Beginn von etwas
ganz Großem.**

Wir bilden die digitale Gesellschaft. Denn wir nehmen
die Angst vor Bits und Bytes, Chips und KI. Stattdessen
machen wir Lust auf die digitale Zukunft. Egal, ob sie im
Metaversum oder bei Oma Ilse stattfindet.



Bildungsfreistellung – Bildungsurlaub

Arbeitnehmer*innen, die ihren Arbeitsschwerpunkt in Schleswig-Holstein haben, stehen fünf Tage Bildungsfreistellung pro Kalenderjahr zu. Dies regelt das Weiterbildungsgesetz Schleswig-Holstein (WBG). Dieser Anspruch besteht für anerkannte Veranstaltungen der beruflichen, politischen oder auch der allgemeinen Weiterbildung nach Wahl der/des Beschäftigten.

Wer hat Anspruch auf Bildungsfreistellung?

Einen Rechtsanspruch auf Bildungsfreistellung haben alle Beschäftigten (Arbeitnehmer*innen, Angestellte, Auszubildende, Richterinnen und Richter des Landes sowie Beamtinnen und Beamte des Landes und der Kommunen), deren Arbeitsverhältnisse ihren Schwerpunkt in Schleswig-Holstein haben und deren Beschäftigungsverhältnis seit mindestens sechs Monaten besteht.

Wie viele Tage Bildungsfreistellung stehen mir zu?

Grundsätzlich besteht ein Freistellungsanspruch von fünf Arbeitstagen in einem Kalenderjahr. Der Anspruch verringert sich, wenn regelmäßig an weniger als fünf Arbeitstagen in der Woche gearbeitet wird. In Ausnahmefällen kann der Anspruch aus zwei Jahren verblockt werden.

Kosten

Das Arbeitsentgelt wird während der Teilnahme an anerkannten Veranstaltungen fortgezahlt. Die Kursentgelte sind von den Teilnehmenden selbst zu tragen.

Nähere Informationen finden Sie hier:
tinyurl.com/2t2sbthw



Übrigens

Die Weiterbildungsveranstaltungen können natürlich auch von allen anderen Interessent*innen besucht werden, ohne dass ein Anspruch auf Bildungsfreistellung besteht.

Ein Hinweis zum Rücktrittsschluss

Nach dem Rücktrittsschluss prüfen wir, ob genügend Teilnehmende für den Kurs angemeldet sind und der Kurs somit stattfinden kann. Für einige Kurse werden dann erst die Kursunterlagen bestellt. In vielen Fällen ist eine Anmeldung auch noch nach Rücktrittsschluss möglich, fragen Sie uns bitte: **(04 61) 85 50 00**.

Qualität

Um die Qualität der Kurse bei der vhs Flensburg zu gewährleisten, legen wir bei der Auswahl unserer Dozent*innen besonderen Wert auf deren nachweisbare fachliche und pädagogische Qualifikation.



**Kunst & Kreativ**

Nr.

Aquarellmalerei*Caroline Junge*

- Mo., 17.08. – 21.08.2026 | 09:00 - 16:15 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **290,00 €** 234013
- Mo., 25.01. - 29.01.2027 | 09:00 - 16:15 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **350,00 €** 234014
- Mo., 16.08. - 20.08.2027 | 09:00 - 16:15 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **380,00 €** 234015

Einführung in das gegenständliche Zeichnen*Caroline Junge*

- Mo., 12.10. - 16.10.2026 | 09:00 - 16:15 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **323,00 €** 234006
- Mo., 19.04. - 23.04.2027 | 09:00 - 16:15 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **353,00 €** 234016
- Mo., 11.10. - 15.10.2027 | 09:00 - 16:15 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **353,00 €** 234017

Achtsam im Skizzenbuch – Mit Achtsamkeit zu einer neuen kreativen Routine*Ann-Katrin Friedrich*

- Mo., 19.10. - 23.10.2026 | 8:30 - 15:45 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **266,00 €** 234012
- Mo., 12.04. - 16.04.2027 | 8:30 - 15:45 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **326,00 €** 234018
- Mo., 25.10. - 29.10.2027 | 8:30 - 15:45 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | Atelier | **326,00 €** 234021

Gesundheit

Nr.

Stressregulation und Resilienzförderung im Berufsalltag*Dr. Marlene Vogel*

- Mo., 06.07. - 10.07.2026 | 08:30 - 16:30 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **345,00 €** 31192
- Mo., 16.11. - 20.11.2026 | 08:30 - 16:30 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **345,00 €** 31193
- Mo., 14.12. - 18.12.2026 | 08:30 - 16:30 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **345,00 €** 31191
- Mo., 08.02. - 12.02.2027 | 08:30 - 16:30 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **345,00 €** 31194
- Mo., 07.06. - 11.06.2027 | 08:30 - 16:30 Uhr | 5
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **345,00 €** 31195
- Mo., 01.11. - 05.11.2027 | 08:30 - 16:30 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **345,00 €** 31196

Stressbewältigung und Regeneration mit Qigong*Renate Kuschke*

- Mo., 25.01. - 29.01.2027 | 08:30 - 16:00 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **320,00 €** 32439
- Mo., 31.05. - 04.06.2027 | 08:30 - 16:00 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **320,00 €** 32407

Mit BenefitYoga dem Stress begegnen*Ulrike Schmitz*

- Mo., 01.03. - 05.03.2027 | 08:30 - 16:00 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **330,00 €** 311500

Stressbewältigung mit Hilfe von Qigong*Renate Kuschke*

- Mo., 11.10. - 15.10.2027 | 08:30 - 16:00 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 10 | **320,00 €** 32438



Gesundheit	Nr.
Mindfulness Stressbewältigung – Positive Gedanken kultivieren <i>Jürgen Marczinkowski</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 05.04. - 09.04.2027 09:00 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 350,00 € 	311835
Mindfulness Stressbewältigung 2.0 Fortgeschrittene – Positive Gedanken kultivieren <i>Jürgen Marczinkowski</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 14.06. - 18.06.2027 09:00 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 09 320,00 € 	311834
Yoga & meditatives Zeichnen <i>Marion Zobel</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 22.11. - 26.11.2027 09:00 - 16:00 Uhr vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 10 320,00 € 	311501

Bei Fragen melden Sie sich gerne unter **0461 85 5000**.

Anmelden können Sie sich telefonisch, per E-Mail oder online auf vhs-flensburg.de.

Weitere Kurse finden Sie auf unserer Website.

Sprachen	Nr.
Englisch Auffrischkurs A1+ <i>Andreas Bartel N.N.</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 31.05. - 04.06.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 € 	44010
Englisch Auffrischkurs A2 <i>Solveig Werninger & Ginta Schindler</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 09.11. - 13.11.2026 09:00 - 16:30 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 € Mo., 08.03. - 12.03.2027 09:00 - 16:30 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 € Mo., 08.11. - 12.11.2027 09:00 - 16:30 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 € 	44167 44168 44169
Englisch Auffrischkurs B1 <i>Ginta Schindler & Andreas Bartel</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 08.02. - 12.02.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 € 	44258
Englisch B2 <i>Ginta Schindler & Jürgen Leiner</i> <ul style="list-style-type: none"> Mo., 26.04. - 30.04.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 € 	44265

vhs-flensburg.de



Sprachen	Nr.
Dänisch für Beruf und Alltag A1.1 <i>Henrik Vestergaard</i>	
• Mo., 16.11. - 20.11.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	43036
• Mo., 01.03. - 05.03.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	43037
• Mo., 28.06. - 02.07.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	43038
• Mo., 15.11. - 19.11.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	43039
Dänisch für Beruf und Alltag A1.1 in Kooperation mit dem Akademiezentrum Sankelmark <i>Henrik Vestergaard</i>	26-126
• Mo., 12.10. - 16.10.2026 08:30 - 17:00 Uhr 5x Akademiezentrum Sankelmark, Akademieweg 6 24988 Oeversee	
Dänisch für Beruf und Alltag A1.3 in Kooperation mit dem Akademiezentrum Sankelmark <i>Henrik Vestergaard</i>	26-043
• Mo., 28.09. - 02.10.2026 08:30 - 17:00 Uhr 5x Akademiezentrum Sankelmark, Akademieweg 6 24988 Oeversee	

Sprachen	Nr.
Die Seminargebühr für die Bildungsurlaube im Akademie- zentrum Sankelmark beträgt je Person: Mit Übernachtung und Mahlzeiten	
• im Einzelzimmer 655,00	
• im Doppelzimmer 631,00 €	
• als Tagesgast 489,00 €	
Information & Anmeldung: Bianca Clasen, Tel.: 04630-55111, E-Mail: clasen@sankelmark.de	
Dänisch für Beruf und Alltag A1/A2 <i>Henrik Vestergaard</i>	
• Mo., 07.09. - 11.09.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	43069
• Mo., 10.05. - 14.05.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	43071
• Mo., 20.09. - 24.09.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	43072
Dänisch für Beruf und Alltag B1 <i>Walter Paulsen</i>	43070
• Mo., 02.11. - 06.11.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	
Spanisch A1.1 <i>Marlene Paucar Tito</i>	
• Mo., 14.12. - 18.12.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	480114
• Mo., 13.09. - 17.09.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	480115





Sprachen	Nr.
Spanisch Auffrischkurs A1.2 <i>Marlene Paucar Tito</i>	
• Mo., 21.09. - 25.09.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 260,00 €	480207
• Mo., 15.03. - 19.03.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	480208
• Mo., 22.11. - 26.11.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5 vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	480209
Spanisch A1/A2 <i>Marlene Paucar Tito</i>	
• Mo., 23.11. - 27.11.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	480210
• Mo., 21.06. - 25.06.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	480211
• Mo., 13.12. - 17.12.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	480212
Spanisch A2 <i>Marlene Paucar Tito</i>	480217
• Mo., 22.02. - 26.02.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	
Spanisch A2/B1 <i>Marlene Paucar Tito</i>	480225
• Mo., 05.04. - 09.04.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	
Italienisch A1.1 <i>Andreas Kunz</i>	460057
• Mo., 24.08. - 28.08.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	

Sprachen	Nr.
Italienisch A1.2 <i>Andreas Kunz</i>	460058
• Mo., 06.09. - 10.09.2027 09:00 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	
Schwedisch A1.1 <i>Andreas Kunz</i>	
• Mo., 17.08. - 21.08.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	47312
• Mo., 04.10. - 08.10.2027 09:00 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	47313
Norwegisch A1.1 <i>Andreas Kunz</i>	46602
• Mo., 18.01. - 22.01.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	
Norwegisch A1.2 <i>Andreas Kunz</i>	46604
• Mo., 25.01. - 29.01.2027 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	
Niederländisch A1.1 <i>Andreas Kunz</i>	46505
• Mo., 14.09. - 18.09.2026 09:00 - 16:15 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 320,00 €	



EDV & Medien	Nr.
MS Access – Datenbank Anwendungen <i>Andreas Ganz</i>	
• Mo., 05.10. - 09.10.2026 08:30 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 341,00 €	51508
• Mo., 20.09. - 24.09.2027 08:30 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 341,00 €	51509
Professionelles Layout mit Adobe InDesign CS6/CC <i>Andreas Ganz</i>	52124
• Mo., 02.11. - 06.11.2026 08:30 - 16:00 Uhr 2x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 340,20 €	
MS Office im Büroalltag – Korrespondieren, Kommunizieren und Kalkulieren <i>Andreas Ganz</i>	
• Mo., 16.11. - 20.11.2026 08:30 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 298,40 €	51170
• Mo., 15.11. - 19.11.2027 08:30 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 339,00 €	51171
Professionelles Layout mit Adobe Illustrator CC <i>Andreas Ganz</i>	52123
• Mo., 15.03. - 19.03.2027 08:30 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 341,00 €	
MS Excel für Fortgeschrittene – Formeln und Funktionen clever nutzen <i>Andreas Ganz</i>	51335
• Mo., 12.04. - 16.04.2027 08:30 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 333,90 €	

EDV & Medien	Nr.
MS Excel 2016 – Daten bearbeiten, auswerten, analysieren für die tägliche Praxis <i>Harald Niegel</i>	51339
• Mo., 19.04. - 23.04.2027 08:30 - 16:00 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 295,00 €	
MS PowerPoint – Visuelle Unterstützung von Vorträgen und mehr <i>Andreas Ganz</i>	51408
• Mo., 27.09. - 29.09.2027 08:30 - 16:00 Uhr 3x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 07 207,00 €	
Arbeit & Beruf	Nr.
Rhetorik: Rhetorik – Intensivtraining I <i>Barbara Heller</i>	
• Mo., 31.08. - 04.09.2026 09:00 - 16:30 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 327,00 €	54326
• Mo., 19.10. - 23.10.2026 09:00 - 16:30 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 327,00 €	54329
Rhetorik – Intensivtraining II <i>Barbara Heller</i>	54328
• Mo., 05.10. - 09.10.2026 09:00 - 16:30 Uhr 5x vhs-Zentrum an der Nikolaikirche R 18 327,00 €	



Arbeit & Beruf

Nr.

**Resilienz und GFK im Berufsleben:
Resilienztraining – die eigene Widerstandskraft
trainieren**

Anne Catrine Stelter

- Mo., 31.08. - 04.09.2026 | 09:00 - 16:00 Uhr | 5x | 55219
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 09 | **320,00 €**
- Mo., 07.12. - 11.12.2026 | 09:00 - 16:00 Uhr | 5x | 55220
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 18 | **320,00 €**
- Mo., 16.08. - 20.08.2027 | 09:00 - 16:00 Uhr | 5x | 55221
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 18 | **320,00 €**

**Bedürfnisse im Fokus – Scham, Menschenwürde und
Gewaltfreie Kommunikation
Bedürfnisse verstehen und leben**

55222

Anne Catrine Stelter

- Mo., 30.11. - 04.12.2026 | 09:00 - 16:00 Uhr | 5x
vhs-Zentrum an der Nikolaikirche | R 18 | **320,00 €**

vhs-flensburg.de

Absolvierte 2018 den berufs-
bezogenen Deutschkurs B2

Die Volkshochschule
**Vielleicht der
Beginn von etwas
ganz Großem.**

Wir unterstützen Integration. Zugewanderte bringen die Gesellschaft weiter – und das nicht nur als Busfahrerin. Unsere Kurse sorgen dafür, dass es in Zukunft keinen Stillstand gibt. Weder im ÖPNV noch in der Wirtschaft.

Aktuelle Informationen zur Kursanmeldung und zu unseren Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Website **vhs-flensburg.de**



Kontakt

Geschäftsstelle der vhs Flensburg
Süderhofenden 40 • 24937 Flensburg
(in der Flensburg Galerie • 2. OG)
Tel.: 0461 85 5000 • **Fax:** 0461 85 2356
E-Mail: volkshochschule@flensburg.de

Melden Sie sich für unseren Newsletter an und verpassen Sie keine Neuigkeiten mehr!



Folgen Sie uns auf Social Media!

 facebook.com/vhsFlensburg

 instagram.com/vhsflensburg/

Impressum

Herausgeberin: Stadt Flensburg
Fachbereich Bildung, Sport, Kultur
Rathausplatz 15
24937 Flensburg

Gestaltung: Freshkonzept GmbH
Stadt Flensburg

Druck: dieUmweltDruckerei GmbH

Fotos: Nina Schirbel (Titel)
Finja Neubauer (Vorwort)
Adobe Stock (Rückseite)
Stadt Flensburg

Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der vhs Flensburg, einsehbar unter vhs-flensburg.de

Weitere Kurse finden Sie im Laufe des Semesters unter vhs-flensburg.de