



Sprachen

### Dänisch-Intensivkurs für Anfänger\*innen

Für Teilnehmer\*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 179,00 €

**W40302** Mo – Fr, 07.03. – 11.03.22

**X40301** Mo – Fr, 19.09. – 23.09.22

### Dänisch Auffrischkurs – A1

Fortsetzung des Intensivkurses; auch für Anfänger\*innen mit Grundkenntnissen

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 169,00 €

**W40304** Mo – Fr, 02.05. – 06.05.22

**X40303** Mo – Fr, 28.11. – 02.12.22

### Englisch Auffrischung I – A2

Hörverständnis, Sprechfähigkeit und Grammatik festigen

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 179,00 €

**W40602** Mo – Fr, 14.03. – 18.03.22

**W40603** Mo – Fr, 27.06. – 01.07.22

**X40601** Mo – Fr, 12.09. – 16.09.22

### Englisch Auffrischung II – A2/B1

Fortsetzung des Auffrischkurses I; auch für Teilnehmer\*innen mit entsprechenden Vorkenntnissen auf A2-Niveau

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 179,00 €

**W40605** Mo – Fr, 16.05. – 20.05.22

**X40604** Mo – Fr, 07.11. – 11.11.22

### Business English – B1

Participants will need to have at least 6 years of school English

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 198,00 €

**X40607** Mo – Fr, 05.12. – 09.12.22

### Französisch Auffrischung

Auffrischung von Grundkenntnissen und Basisgrammatik

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 169,00 €

**W40800** Mo – Fr, 25.04. – 29.04.22

### Italienisch Kompaktkurs für Anfänger\*innen

Für Teilnehmer\*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 169,00 €

**W40900** Mo – Fr, 07.02. – 11.02.22

### Spanisch Kompaktkurs für Anfänger\*innen

Für Teilnehmer\*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 169,00 €

**W42202** Mo – Fr, 20.06. – 24.06.22

### Norwegisch Kompaktkurs für Anfänger\*innen

Für Teilnehmer\*innen ohne oder mit sehr geringen Vorkenntnissen

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 179,00 €

**X41500** Mo – Fr, 24.10. – 28.10.22

### Snack man eenfach Plattdüütsch

Für alle, die gerne auf Plattdeutsch mitreden möchten

5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 169,00 €

**W426057** Mo – Fr, 28.03. – 01.04.22

– Änderungen vorbehalten –

Bild Vorderseite: Pixabay

# Bildungsurlaub

Nach dem Schleswig-Holsteinischen Weiterbildungsgesetz (WBG) haben Beschäftigte Anspruch auf 5 Tage Bildungsfreistellung pro Jahr. Die Freistellung muss mindestens 6 Wochen vor Beginn beim Arbeitgeber beantragt werden.

Auch wenn Sie keinen Anspruch auf Bildungsurlaub haben, stehen Ihnen unsere Veranstaltungen offen!



Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.vhs-husum.de](http://www.vhs-husum.de).



# Bildungsurlaub 2022 an der VHS Husum

Volkshochschule Husum e.V.  
Schobüller Straße 38 – 40  
25813 Husum



[mail@vhs-husum.de](mailto:mail@vhs-husum.de)  
[www.vhs-husum.de](http://www.vhs-husum.de)



Kultur

### Eine kreative Reise zu meinem Selbst

Der eigene Schaffensprozess als Tür zur Kreativität  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 210,00 €  
**W2584** Mo – Fr, 04.07. – 08.07.22

### Bildreportage "Der Nationalpark Wattenmeer"

Erstellung individueller Bildreportagen und aussagestarker  
Einzelfotos zu Themen der Region  
(Kurszeiten teilweise wetter- und tidenabhängig)  
5 Tage, 8:30 – 22:00 Uhr, 409,00 €  
**W2833** Mo – Fr, 11.07. – 15.07.22

### Husum im Bild – gemalt, gezeichnet

Eine künstlerische Exkursion durch die Stormstadt  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 210,00 €  
**W2582** Mo – Fr, 18.07. – 22.07.22

### Malen in der Landschaft Emil Noldes

In der nordfriesischen Weite wird gezeichnet und gemalt  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 210,00 €  
**W2580** Mo – Fr, 01.08. – 05.08.22

### Naturfotografie im Welterbe Wattenmeer

Die Wattenmeernatur als spannendes Fotomotiv  
5 Tage, Kurszeiten tidenabhängig, 300,00 €  
**W2837** Mo – Fr, 22.08. – 26.08.22



Arbeit-Beruf

### Typisch! Die ticken eben anders

Interkulturelle Konflikte – wie Lösungswege aussehen können  
3 Tage, 9:00 – 16:30 Uhr, 175,00 €  
**W5906** Mo – Mi, 14.02. – 16.02.22

### Selbstbewusst im Job

Auch schwierige Arbeitssituationen selbstbewusst meistern  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 247,00 €  
**W5913** Mo – Fr, 21.03. – 25.03.22

### Teamentwicklung – Was ist das und wie funktioniert's?

Arbeiten in einem starken Team: Anregungen, Methoden und Übungen  
3 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 175,00 €  
**W5908** Mi – Fr, 15.06. – 17.06.22

### Rhetorik und Kommunikation für den Beruf

Sicherer kommunizieren, überzeugender auftreten und argumentieren  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 170,00 €  
**X5901** Mo – Fr, 05.09. – 09.09.22

### Ausbildung der Ausbilder (AEVO)

Vorbereitung auf die Ausbildereignungsprüfung  
10 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 505,00 €  
**X5005** Mo – Fr, 14.11. – 25.11.22



Gesundheit

### Burnout? Nein, danke!

Schutzfaktoren entwickeln, Belastungen besser bewältigen,  
Gesundheit und Lebensqualität stabilisieren  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 240,00 €  
**W3049** Mo – Fr, 21.02. – 25.02.22

### Gesünder leben und arbeiten

Den beruflichen Alltag aktiver gestalten, Zeit- und Stressmanage-  
ment sowie Entspannungsmöglichkeiten erlernen  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 240,00 €  
**W3086** Mo – Fr, 21.03. – 25.03.22

### Rückenfit und Stressprävention im beruflichen Alltag

Die Funktionsweise des Rückens und die Zusammenhänge  
zwischen Stress und Rückenproblemen verstehen lernen  
5 Tage, 8:30 – 16:00 Uhr, 240,00 €  
**W3079** Mo – Fr, 25.04. – 29.04.22

### Shiatsu

Mit Shiatsu ins Gleichgewicht kommen und neue Energie tanken  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 240,00 €  
**W3085** Mo – Fr, 20.06. – 24.06.22

### Achtsamkeit im Beruf

Durch Achtsamkeit zur Stressbewältigung im Berufsleben  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 245,00 €  
**X3084** Mo – Fr, 04.07. – 08.07.22

### Movement – Leistungsfähiger durch Bewegung und Ent- spannung

Mehr Bewegung für Wohlbefinden und Leistungsfähigkeit  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 245,00 €  
**X3086** Mo – Fr, 22.08. – 26.08.22

### Yoga und Stressbewältigung für Beruf und Alltag

Wirkungsvolle Bewegungen aus dem Yoga, abgerundet mit Grund-  
lagen zu Anatomie, Stress und Zeitmanagement  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 245,00 €  
**X3081** Mo – Fr, 10.10. – 14.10.22

### Entspannungstechniken für Frauen

Entspannung und Regeneration in Theorie und Praxis  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 240,00 €  
**X3050** Mo – Fr, 07.11. – 11.11.22

### Resilienztraining: Leistungsfähig im Beruf und Alltag

Herausforderungen meistern, gestärkt aus Krisen hervorgehen  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 245,00 €  
**X3085** Mo – Fr, 21.11. – 25.11.22

### Stressbewältigung mit BenefitYoga® und Meditation

BenefitYoga® bietet verschiedene Hilfen im Umgang mit Stress  
5 Tage, 9:00 – 16:00 Uhr, 245,00 €  
**X3083** Mo – Fr, 12.12. – 16.12.22

Informationen zum Bildungsurlaub  
und zu den Kursen finden Sie hier:



EDV

### Büro-Programme für Einsteiger\*innen

Stufe 1: Grundlagen; Voraussetzungen auf unserer Website  
5 Tage, 9:00 – 16:30 Uhr, 216,00 €  
**W51401** Mo – Fr, 24.01. – 28.01.22  
**W51402** Mo – Fr, 04.04. – 08.04.22  
**X51400** Mo – Fr, 19.09. – 23.09.22

### PC-Anwendungen im Büroalltag

Stufe 2: Aufbauwissen; Voraussetzungen auf unserer Website  
5 Tage, 9:00 – 16:30 Uhr, 216,00 €  
**W51415** Mo – Fr, 07.02. – 11.02.22  
**W51416** Mo – Fr, 30.05. – 03.06.22  
**X51414** Mo – Fr, 07.11. – 11.11.22

### Effektives Arbeiten mit Outlook

Outlook mit vielen, meist ungenutzten Features kennenlernen  
3 Tage, 9:00 – 16:30 Uhr, 130,00 €  
**W51430** Mi – Fr, 04.05. – 06.05.22  
**X51430** Mi – Fr, 26.10. – 28.10.22

### Tabellenkalkulation mit Excel

In der Veranstaltung wird mit Excel 2016 gearbeitet  
5 Tage, 9:00 – 16:30 Uhr, 218,00 €  
**W51450** Mo – Fr, 07.03. – 11.03.22

### Arbeiten mit WordPress

WordPress ist ein Content Management System zur Erstellung von  
Websites  
5 Tage, 8:30 – 16:00 Uhr, 278,00 €  
**W51482** Mo – Fr, 02.05. – 06.05.22

### Arbeiten mit Affinity Publisher

Das ideale Layoutprogramm zur Erstellung von Flyern, Broschüren u.ä.  
5 Tage, 9:00 – 16:30 Uhr, 268,00 €  
**W51483** Mo – Fr, 16.05. – 20.05.22

### Präsentieren mit PowerPoint

Mit PowerPoint ansprechende Präsentationen erstellen  
3 Tage, 9:00 – 16:30 Uhr, 130,00 €  
**X51442** Di – Do, 29.11. – 01.12.22

### Bildbearbeitung mit Photoshop

Das Standardprogramm für die digitale Bildbearbeitung  
5 Tage, 8:30 – 16:00 Uhr, 278,00 €  
**X51480** Mo – Fr, 24.10. – 28.10.22

### EDV-Finanzbuchhaltung

Arbeiten mit dem Finanzbuchhaltungsprogramm DATEV  
5 Tage, 8:30 – 15:45 Uhr, 258,00 €  
**W5607** Mo, 25.04. – 29.04.22, Prüfung am 30.04.22



Gesellschaft-Politik-Umwelt

### Einblicke in den Nationalpark Wattenmeer

Erkundung der Westküste mit unterschiedlichen Schwerpunkten,  
mehr Informationen auf unserer Website  
**W1156** Mo – Fr, 16.05. – 20.05.22  
**W1157** Mo – Fr, 01.08. – 05.08.22  
**W1158** Mo – Fr, 13.06. – 17.06.22  
**W1159** Mo – Fr, 13.06. – 17.06.22