

POLITIK, GESELLSCHAFT UND UMWELT	
Psychologie für jedermann - Grundlagen (OHDZ10607) Mo., 31.08.26 18:00-20:15 Uhr 4 Termine 54,00 €	„Picky Eater“: Wählerisches Essverhalten bei Kindern (OHDZ10581) Do., 10.09.26 16:00-18:00 Uhr 1 Termin 8,80 €
Kräuterwanderung (OHDZ10907/08) Sa., 12.09. & 31.10.26 09:00-12:00 Uhr 1 Termin 13,20 €	Vortrag: Robert Douglas - eine Offizierskarriere (OHDZ10111) Mi., 16.09.26 18:00-19:30 Uhr 1 Termin 6,60 €
Die Shoah & die DDR: Jüd. Stimmen im staatl. Antifaschismus (OHDZ10001) Di., 29.09.26 19:00-21:00 Uhr 1 Termin kostenfrei	„Pflege-Pause“ - Gesprächskreis für Angehörige (OHDZ10609/10) Mo., 10.08. & Di., 06.10.26 16:30-18:00 Uhr 1 Termin kostenfrei
Vermögensaufbau mit ETFs (OHDZ10321) Di., 06.10.26 18:00-19:30 Uhr 1 Termin 6,60 €	Richtig erben und vererben (OHDZ10301) Mi., 07.10.26 18:00-19:30 Uhr 1 Termin 6,60 €
Vortrag: Delitzscher Türmerstochter (OHDZ10112) Mi., 07.10.26 18:00-19:30 Uhr 1 Termin 6,60 €	Tacheles reden! Vortrag zu jüdischem Leben & Festen (OHDZ10002) Mi., 07.10.26 19:00-21:00 Uhr 1 Termin kostenfrei
„Ist der essbar?“ Mit der vhs auf Pilzwanderung (OHDZ10901/03) So., 11.10. & Sa., 17.10.26 08:30-12:15 Uhr 1 Termin 16,50 €	Wissenswertes zur Betriebskostenabrechnung (OHDZ10302) Mi., 28.10.26 17:00-18:30 Uhr 1 Termin 6,60 €
Droht ein neuer „Faschismus“? Vortrag & Diskussion (OHDZ10003) Mi., 28.10.26 19:00-21:00 Uhr 1 Termin kostenfrei	Vorsorge im Alter: Vollmacht & Patientenverfügung (OHDZ10303) Mi., 04.11.26 17:00-18:30 Uhr 1 Termin 6,60 €
Vortrag: Wie die Eisenbahn nach Delitzsch kam (OHDZ10113) Mi., 04.11.26 18:00-19:30 Uhr 1 Termin 6,60 €	Natürlich durch die Erkältungszeit bei Kindern (OHDZ10583) Do., 05.11.26 16:00-18:00 Uhr 1 Termin 8,80 €
Warum die Demokratie schützen? Vortrag & Diskussion (OHDZ10004) Mi., 11.11.26 19:00-21:00 Uhr 1 Termin kostenfrei	Kräuterwerkstatt: Adventskalender (OHDZ10910) Di., 17.11.26 17:00-20:00 Uhr 1 Termin 34,00 €
Mit KI Ziele leichter erreichen (OHDZ10005) Di., 01.12.26 19:00-21:00 Uhr 1 Termin kostenfrei	Die Geschichte der Delitzscher Kleinbahn (OHDZ10114) Mi., 02.12.26 18:00-19:30 Uhr 1 Termin 6,60 €

JUNGE VHS & ELTERN	
Gitarre (ohne Noten) ab 7 Jahre - mit Vorkenntnissen (OHDZ21314) Do., 20.08.26 17:30-18:30 Uhr 12 Termine 48,00 €	Nähen lernen für Kids (9-16 Jahre) (OHDZ20931) Mo., 31.08.26 16:00-17:30 Uhr 8 Termine 48,00 €
Familienatelier - Fantastische Tiere (OHDZ20711) Sa., 10.10.26 10:00-13:30 Uhr 1 Termin 40,40 €	Ferienangebot: Nähen lernen für Kids (9-16 Jahre) (OHDZ20904) Mo., 12.10.26 09:30-11:45 Uhr 3 Termine 5,00 €
Selbstverteidigung auf Taekwondo-Basis (OHDZ30271) Di., 13.10.26 10:00-13:00 Uhr 1 Termin 5,00 €	Ferienangebot: Drucken mit Legosteinen (OHDZ20707) Sa., 17.10.26 10:00-12:15 Uhr 1 Termin 5,00 €
Ferienangebot: Malen und Zeichnen für Kinder (OHDZ20706) Mo., 19.10.26 10:00-12:15 Uhr 3 Termine 5,00 €	Musikgarten für Kleinstkinder (0-18 Monate) (OHDZ21322) Mi., 28.10.26 14:45-15:30 Uhr 3 Termine 28,80 €



Volkshochschule Nordsachsen
 Unterer Bahnhof
 Eisenbahnstr. 14
 04509 Delitzsch
 Tel.: 03421 / 758 - 7232
 E-Mail: delitzsch@vhs-nordsachsen.de

www.vhs-nordsachsen.de

Öffnungszeiten:

Dienstag 09:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 18:00 Uhr
 Donnerstag 09:00 - 12:00 Uhr | 13:00 - 18:00 Uhr
 (in den Ferien bis 16:00 Uhr)

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.



Die Volkshochschule Nordsachsen wird durch den Landkreis Nordsachsen und durch Spenden der Sparkasse Leipzig gefördert.



www.vhs-nordsachsen.de

Geschäftsstelle Delitzsch



Programm
**Herbst
 Winter
 2026**

*Gemeinsam lernen, gemeinsam wachsen -
 deine Reise beginnt bei uns!*

GESUNDHEIT		● krankenkassengefördert	
Nordic Walking (OHDZ30232) ● Mi., 19.08.26 10:00-11:00 Uhr 8 Termine 53,40 €		Herbstbalance-Yoga (OHDZ30103) Do., 20.08.26 19:00-20:30 Uhr 8 Termine 68,80 €	
Waldbaden- Eintauchen in die Heilkraft des Waldes (OHDZ30171) Mo., 24.08.26 17:00-19:00 Uhr 1 Termin 11,50 €		Rückenfit - Rückenkräftigung (am Morgen) (OHDZ30231) ● Di., 08.09.26 08:00-09:00 Uhr 10 Termine 66,60 €	
CANTIENICA®Yoga - starte frisch in den Tag! (OHDZ30121) Mi., 09.09.26 09:00-10:00 Uhr 12 Termine 76,80 €		CANTIENICA®Yoga - Gelenke SPECIAL (OHDZ30122) Mi., 09.09.26 10:15-11:30 Uhr 12 Termine 96,00 €	
Yoga und Meditation in der Mittagspause (OHDZ30123) Mi., 09.09.26 11:45-12:45 Uhr 12 Termine 76,80 €		Pilates (OHDZ30233) ● Mi., 09.09.26 17:00-18:00 Uhr 10 Termine 66,60 €	
Klangreise und Klangmeditation (OHDZ30110/11) Mi., 09.09. & 28.10.26 17:00-18:30 Uhr 4 Termine 56,00 €		Bodystyling - Bauch-Beine-Po (OHDZ30200) Mo., 14.09.26 18:15-19:30 Uhr 10 Termine 71,70 €	
Conscious Breathwork: Atmen, loslassen, auftanken (OHDZ30161/62) Fr., 18.09. & 27.11.26 16:00-18:00 Uhr 1 Termin 11,50 €		Die natürliche Hausapotheke: Ätherische Öle (OHDZ30401) Mo., 21.09.26 18:00-19:30 Uhr 1 Termin 8,60 €	
Progressive Muskelentspannung (OHDZ30142) ● Mo., 28.09.26 17:00-18:30 Uhr 10 Termine 100,00 €		Tanz-Fitness - Ganzkörperworkout zu Musik (OHDZ30206) Mo., 28.09.26 18:00-19:00 Uhr 8 Termine 45,90 €	
Klangzeit (OHDZ30115/17) Fr., 02.10. & 06.11.26 09:00-10:30 Uhr 1 Termin 14,00 €		Neurographik: kreativ & achtsam (OHDZ30116/18) Fr., 02.10. & 06.11.26 11:00-13:00 Uhr 1 Termin 18,70 €	
Mit Yoga und Meditation zu mehr Leichtigkeit (OHDZ30124/25) Fr., 09.10. & So., 15.11.26 18:00 & 15:00 Uhr 1 Termin 22,00 €		Erholbarer Schlaf (OHDZ30601/02) Do./Fr., 22.10. & 20.11.26 18:00-19:30 Uhr 1 Termin 8,60 €	
DIY-Workshop: Emotionen & ätherische Öle (OHDZ30403) Mo., 23.11.26 18:00-20:15 Uhr 1 Termin 22,90 €		Yoga - Achtsamer Advent (OHDZ30109) Do., 26.11.26 19:00-20:30 Uhr 4 Termine 34,40 €	
<i>Kochen, Backen & Gesunde Ernährung</i>			
Mit der Frischkornbowl voll lebendig durch den Tag! (OHDZ30505) Mo., 14.09.26 17:00-20:30 Uhr 1 Termin 46,10 €		Salate & Dressings leicht gemacht (OHDZ30506) Mo., 21.09.26 17:00-20:30 Uhr 1 Termin 57,10 €	
Brotbackkurs Roggenkruste (OHDZ30510) Fr., 02.10.26 17:00-21:30 Uhr 2 Termine 84,70 €		Wildkräuter und -früchte selber verwerten (OHDZ30512) Sa., 31.10.26 13:00-17:00 Uhr 1 Termin 30,90 €	
Aufstriche mit Vitalkick (OHDZ30507) Mo., 09.11.26 17:00-20:30 Uhr 1 Termin 46,10 €		Sauerkraut selber machen (OHDZ30520) Sa., 28.11.26 10:30-12:30 Uhr 1 Termin 11,50 €	
Workshop Fermentation: Hausgemachte Geschenke (OHDZ30521) Sa., 28.11.26 13:00-15:00 Uhr 1 Termin 11,50 €		Erzgebirgischen Weihnachtsstollen backen (OHDZ30511) Fr., 11.12.26 17:00-21:30 Uhr 1 Termin 86,70 €	

SPRACHEN	
Norwegisch für Fortgeschrittene A2.1 (OHDZ41502) Do., 20.08.26 18:00-19:30 Uhr 12 Termine 88,80 €	Englisch mit Zeit & Muße - B1 (Kleingruppe) (OHDZ40603) Fr., 21.08.26 11:00-12:30 Uhr 12 Termine 96,00 €
Italienisch Aufbaukurs A2.1 (OHDZ40901) Di., 25.08.26 17:30-19:00 Uhr 12 Termine 88,80 €	Englisch Aufbaukurs A1.3 (OHDZ40622) Mi., 02.09.26 18:00-19:30 Uhr 7 Termine 51,80 €
Englisch B2 - Konversation (OHDZ40626) Do., 03.09.26 18:15-19:45 Uhr 7 Termine 56,00 €	Englisch mit Zeit & Muße A1.1 (OHDZ40617) Mo., 01.06.26 18:00-19:30 Uhr 12 Termine 88,80 €
Französisch A1 für Wiedereinsteigende (OHDZ40802) Mi., 16.09.26 17:30-19:00 Uhr 8 Termine 56,00 €	Spanisch A1.3 - mit Vorkenntnissen (OHDZ42202) Do., 17.09.26 17:00-18:30 Uhr 12 Termine 88,80 €
Spanisch für Anfänger A1.1 - mit Vorkenntnissen (OHDZ42203) Do., 17.09.26 18:30-20:00 Uhr 12 Termine 84,00 €	Englisch mit Zeit und Muße - A2.1 (Kleingruppe) (OHDZ40606) Do., 01.10.26 17:30-19:00 Uhr 12 Termine 96,00 €



Entdecken Sie auch unsere große Auswahl an Online-Kursen.
Flexibel, vielfältig, überall.



KULTUR UND GESTALTEN

Gitarre spielen (ohne Noten) für Fortgeschrittene (OHDZ21312) Di., 18.08.26 18:30-20:00 Uhr 12 Termine 84,00 €	Kosmetiktasche selber nähen (OHDZ20903) Sa., 29.08.26 09:30-12:30 Uhr 1 Termin 16,00 €
Kreative Keramik ohne Brennofen (OHDZ20811/12) Mo., 14. & 28.09.26 17:00-19:00 Uhr 1 Termin 16,70 €	Nähmaschinen-Führerschein - für Anfänger (OHDZ20934/35) Di., 15.09. & 03.11.26 17:30-19:45 Uhr 4 Termine 42,00 €
Töpfern - Keramisches Gestalten (OHDZ20805) Do., 24.09.26 17:00-19:15 Uhr 6 Termine 97,50 €	Percussion-Workshop: Trommeln für Einsteiger (OHDZ21301) Sa., 17.10.26 13:00-18:00 Uhr 1 Termin 58,00 €
Kreatives Zeichnen - Grundlagen & freie Gestaltung (OHDZ20710) Di., 27.10.26 17:00-19:15 Uhr 5 Termine 52,50 €	Acrylmalerei für Jung und Alt (OHDZ20712) Do., 29.10.26 17:30-19:00 Uhr 4 Termine 28,00 €
Fotografie - Kompaktkurs: Einstieg in Theorie & Praxis (OHDZ21101) Fr., 30.10.26 16:00-19:45 Uhr 2 Termine 52,00 €	Adventskranz-Upcycling (OHDZ20936) Fr., 20.11.26 17:00-20:00 Uhr 1 Termin 18,00 €
Adventskranz binden und gestalten (OHDZ21001) Mo., 23.11.26 16:30-19:30 Uhr 1 Termin 44,00 €	Selbstgenähtes zur Weihnachtszeit (OHDZ20909) Fr., 27.11.26 17:00-20:00 Uhr 1 Termin 14,00 €
Leipziger Leuchtsterne falten & gestalten (OHDZ20708) Sa., 28.11.26 10:00-12:15 Uhr 1 Termin 12,50 €	Cyanotypie - Lichtdruck zur Weihnachtszeit (OHDZ20703) Sa., 05.12.26 10:00-12:15 Uhr 1 Termin 15,00 €
<i>Musik & Tanzen</i>	
Standard-Tanzen für Anfänger & Wiedereinsteiger (OHDZ20502) Mi., 09.09.26 18:15-19:15 Uhr 10 Termine 53,30 €	Lateinamerikan. Tänze (Anfänger & Wiedereinsteiger) (OHDZ20503) Mi., 09.09.26 19:30-20:30 Uhr 10 Termine 53,30 €
Orientalischer Tanz/Bauchtanz (OHDZ20520) Di., 22.09.26 18:00-19:30 Uhr 10 Termine 80,00 €	Modern Square Dance (Anfänger) - Schnupperkurs (OHDZ20501) Do., 29.10.26 18:30-20:45 Uhr 4 Termine 48,00 €

COMPUTER UND BERUF

Smartphone für Einsteiger (alle Betriebssysteme) (OHDZ50110/11) Di., 08.09. & 27.10.26 16:30-18:00 Uhr 4 Termine 44,00 €	Word, Excel & PowerPoint - ein Einstiegskurs (OHDZ50125) Mi., 09.09.26 16:30-18:45 Uhr 5 Termine 82,50 €
Einzelschulung Smartphone/Tablet (OHDZ50107) Do., 10.09.26 14:00-14:45 Uhr 1 Termin 36,00 €	Computerkurs für Anfänger (OHDZ50102/01) Do., 10.09. & 05.11.26 15:00-17:15 Uhr 5 Termine 82,50 €
Interaktive Veranstaltung zum Berufsfeld Soziales (OHDZ50601) Mo., 14.09.26 16:00-17:45 Uhr 1 Termin kostenfrei	Digitale Vorsorge und digitaler Nachlass (OHDZ50113) Mo., 28.09.26 17:30-19:45 Uhr 1 Termin 9,90 €
ChatGPT & Co. - KI für Einsteiger (OHDZ50133) Mo., 05.10.26 17:00-19:15 Uhr 1 Termin 9,90 €	Microsoft Excel - Grundlagen (OHDZ50120) Do., 08.10.26 09:00-14:30 Uhr 1 Termin 119,00 €
Onlinebanking für Senioren (am Bsp. der Sparkasse Lpz) (OHDZ50131) Mo., 12.10.26 10:00-11:30 Uhr 1 Termin kostenfrei	WhatsApp, Signal & Co. - Messenger sicher nutzen (OHDZ50115) Mo., 12.10.26 17:00-19:45 Uhr 1 Termin 9,90 €
Einzelschulung Smartphone/Tablet (OHDZ50109/08) Do., 29.10. & Mo., 02.11.26 10:00-10:45 Uhr 1 Termin 36,00 €	Sicher im Internet – Digitale Selbstverteidigung (OHDZ50134) Do., 29.10.26 11:00-13:15 Uhr 2 Termine 33,00 €
Excel Pivot-Tabellen: Ideen und Lösungen (OHDZ50123) Mi., 04.11.26 18:00-20:15 Uhr 2 Termine 33,00 €	Fotobuch und -kalender selbst gemacht! (OHDZ50114) Mo., 16.11.26 17:30-19:45 Uhr 2 Termine 25,20 €
Smartphone Aufbaukurs (alle Betriebssysteme) (OHDZ50112) Di., 24.11.26 16:30-18:45 Uhr 2 Termine 33,00 €	Künstliche Intelligenz im Alltag - Einstiegskurs (OHDZ50124) Mi., 25.11.26 16:00-18:15 Uhr 2 Termine 33,00 €
Berufliche Veränderungen - Berufsberatung (OHDZ50602) Mo., 30.11.26 16:00-17:45 Uhr 1 Termin kostenfrei	Microsoft Office - Grundlagen (OFDZ50603) Do., 03.12.26 09:00-14:30 Uhr 1 Termin 119,00 €

Newsletter

Per E-Mail informieren wir Sie über Neuigkeiten und interessante Angebote.



