

PRESSEMITTEILUNG/ 28. April 2026

Runter vom Sofa!

Das große Sommerprogramm der Hamburger Volkshochschule mit 2.500 neuen Kursen ist ab sofort buchbar. Jetzt anmelden für alle Kurse von Mai bis Ende September

„Die Hamburger Volkshochschule ist einer der besten Orte, um Neues zu lernen und in Austausch zu kommen“, sagt **Asja Meretzki, die neue Programmleiterin der VHS**, „Wir vermitteln Wissen, Kreativität, Bewegung und ganz wichtig – wir bringen Menschen zusammen. Also, runter vom Sofa. Wir laden alle Hamburger:innen ein, mit uns unterwegs zu sein, sei es beim beliebten Sommeratelier oder unseren vielen Outdoor-Kursen.“

In allen Bereichen der Hamburger VHS gibt es ab sofort neue Angebote: Kultur & Kreativität, Sprachen, Digitales, Gesellschaft & Politik, Persönlichkeit, Gesundheit & Kochen, Hamburg & Natur sowie Beruf. **Besondere Highlights:**

In Bewegung kommen

Mehr als 200 Outdoor-Kurse aus dem Sommerprogramm finden unter freiem Himmel statt. Dabei sind Bewegungskurse wie Yoga im Stadtpark, Tanzen in Pflanzen und Blumen oder Parksport in Eimsbüttel. Es gibt Fotospaziergänge mit dem Smartphone durch Bergedorf, Skills für ein Mikroabenteuer in der Boberger Niederung, einen Spaziergang als Voicewalk, zur Kraft der Stimme in den Altonaer Parks. Und besonders schön im Sommer: Stand-up-Paddling oder Segeln auf der Alster.

Kunst und Dorfromantik beim VHS-Sommeratelier südlich der Elbe

Vom 3. bis 6. September stehen alle Werkstätten und Ateliers auf dem ehemaligen Obsthof in Moorburg offen. Hier kann man zusammen in den Flow kommen und kreativ sein – sei es Bildhauerei, kreatives Schreiben oder Impro-Theater. Wer sich künstlerisch ausprobieren will, ist hier richtig.

Hamburgs StadtNatur

In Hamburg engagieren sich zahlreiche Naturschutzorganisationen, Initiativen und die Stadt selbst für den Erhalt und die Förderung wertvoller Naturräume. So wird die Stadtnatur gesichert und die Artenvielfalt geschützt – vom Park über kleine Biotop bis zu ausgewiesenen Schutzgebieten. Der neue Themenfokus „StadtNatur“ der Komplizen-Reihe spannt den Bogen vom Baakenhafen bis zum Naturschutzgebiet Duvenstedter Brook. Die Vielfalt naturnaher Lebensräume mitten in der Großstadt ist dabei etwas ganz Besonderes. In der Komplizen-Reihe öffnet die VHS im Rahmen von ca. zweistündigen Einzelterminen regelmäßig Türen zu Hamburger Institutionen und Organisationen.

Sprachen-Specials

Die Hamburger Volkshochschule ist mit 33 Sprachen die größte Sprachschule in Norddeutschland und überzeugt mit einem vielfältigen Angebot. Neben klassischen Sprachkursen stehen kulturelle Formate im Fokus, die Sprache erlebbar machen, wie Polnisch für die Reise, Backen auf Französisch oder eine „English Tea Time“.

Resilienz für die digitale Lebenswelt

Resilienz ist mehr als ein Trend – sie gilt heute als zentrale Zukunftskompetenz in einer komplexen Welt. Neben den bekannten Kursen zu körperlicher und mentaler Gesundheit setzt die Hamburger VHS verstärkt auf Themen zur Infrastruktur im Netz und digitaler Selbstbestimmung. Unter dem Titel „Digitale Souveränität: Kompetent ohne Big Tech“ vermitteln neue Formate praxisnahes Wissen für einen selbstbestimmten Umgang mit digitalen Technologien.

Zum Vormerken

Für Kinder und Jugendliche (9- bis 18-Jährige) findet in den Sommerferien wieder der kostenfreie TalentCAMPus statt. In den einwöchigen Workshops können sie sich in den Bereichen Kreativität, Musik, Tanz, Fotografie, Film oder Graffiti ausprobieren. Diese Kurse sind drei Wochen vor Sommerferienbeginn buchbar. Infos unter: www.vhs-hamburg.de/talentcampus.

Jetzt anmelden!

Die Anmeldung für das neue Programm ist ab sofort rund um die Uhr online möglich unter www.vhs-hamburg.de. Das Angebot lässt sich nach Wochentagen, Uhrzeit und Ort durchsuchen, sortieren und direkt buchen. Das Programm wird laufend aktualisiert.

Die Hamburger Volkshochschule ist die größte Weiterbildungsinstitution in der Stadt. Wohnortnah finden kostengünstige Kurse an rund 250 Lernorten statt und rund 95 Prozent der Teilnehmenden würden die Hamburger Volkshochschule weiterempfehlen. Sprachen lernen oder für die eigene Gesundheit aktiv werden, Position beziehen, Menschen treffen, einen Ausgleich finden – all das ermöglicht Erwachsenenbildung.

Pressekontakt der Hamburger Volkshochschule:

Dorothea Olbertz

Schanzenstraße 75, 20357 Hamburg

Tel.: (040) 60929-5111

E-Mail: d.olbertz@vhs-hamburg.de

Instagram: @vhshamburg