



Gesamtprogramm
Allgemein- und Viszeralchirurgie
Basis- und Aufbaukurse

2025

Schirmherrschaft:

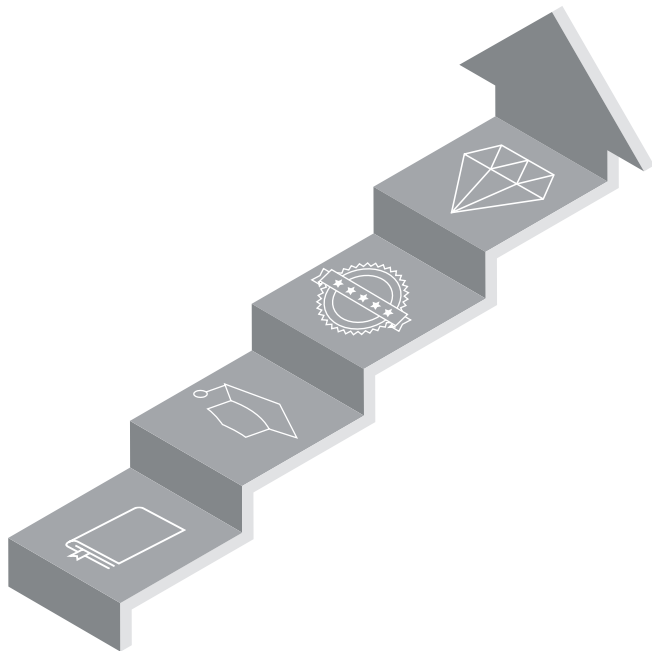


Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg zum Facharzt und darüber hinaus.

Die chirurgische Ausbildung erfordert viel praktisches Training und Anleitung, wofür im Klinikalltag oft nur wenig Zeit bleibt.

Unsere praxisorientierten Trainingskurse haben einen sehr hohen Anteil an Hands-On Übungen, die von erfahrenen Referenten angeleitet werden.

Durch kurze Vortragsblöcke wird auch die relevante Theorie fachgerecht vermittelt, weshalb Sie sich durch eine ausgeglichene Kombination aus Theorie und Praxis, alltagstaugliches Wissen aneignen.



Erfahren Sie mehr zu unseren Konzepten auf www.aesculap-akademie.de.

Was uns auszeichnet



Vermittlung relevanter Theorien
in Kurzvorträgen und Diskussionen

Praktisches Training an realitätsnahen
Übungsmodellen und Präparaten



Erfahrene Referenten
(Experten auf ihrem Gebiet)



Kleine Gruppen für besseres Lernen
und Hands-On Training in 2er Teams



Blended Learning Ansatz:
E-Learning zur Vor- und Nachbearbeitung



Kursübersicht 2025

	JAN	FEB	MRZ	APRIL	MAI	JUNI	JULI	AUG	SEPT	OKT	NOV	DEZ	EUR inkl. MwSt.	Seite
ALLGEMEINCHIRURGIE														
Basiskurs Chirurgische Nahttechniken Mediziner, OP, Pflege		20. – 21.02. Berlin				02. – 03.06. Tuttlingen							420,00	6
VISZERALCHIRURGIE														
Trainingskurs Anastomosentechniken in der Viszeralchirurgie Mediziner					27.05. Berlin				26.09. Tuttlingen				420,00	8
Basiskurs Laparoskopische Chirurgie Mediziner	20. – 23.01. Tuttlingen	17. – 20.02. Tuttlingen	17. – 20.03. Tuttlingen	07. – 10.4. Tuttlingen			07. – 10.07. Tuttlingen		15. – 18.09. Tuttlingen	13. – 16.10. Tuttlingen		01. – 04.12. Tuttlingen	1.090,00	10
Aufbaukurs Laparoskopische Hernienchirurgie Mediziner	27. – 29.01. Tuttlingen				14. – 16.05. Berlin						24. – 26.11. Tuttlingen		1.200,00	12
Aufbaukurs Laparoskopische colo-rectale Chirurgie Mediziner		24. – 26.02. Tuttlingen					30.06. – 02.07. Tuttlingen				17. – 19.11. Berlin		1.450,00	14
Aufbaukurs Laparoskopische Chirurgie oberer GI-Trakt Mediziner									22. – 24.09. Tuttlingen				1.300,00	16
Faszination Viszeralchirurgie Mediziner			07. – 09.03. Tuttlingen		16. – 18.05. Tuttlingen								1.790,00	18

Inhalte

Sie erlernen die "Essentials", wie das korrekte Werfen eines chirurgischen Knotens, verschiedene Hautverschlusstechniken, Ligatur setzen, Laparotomie- und Bauchdeckenverschluss und bekommen einen Einblick in das Thema Darmnähte. Der Kurs ist geprägt von praxisnahen Übungen und überblickende Einführungen in die Nadel- und Nahtmaterialkunde.

- 70% Hands-On Anteil

Zielgruppe

- Weiterbildungsassistenten aller operativen Disziplinen am Anfang der Ausbildung
- Chirurgisches Assistenzpersonal, dessen Aufgabengebiet den Wundverschluss beinhaltet
- Tierärzte

Programm

Tag 1

09:00 – 16:45 Uhr

- Theoretische Grundlagen: Wundheilungsphasen / Nahtmaterial- und Nadelkunde
- Praktische Übungen am Knotenbänkchen und tierischen Präparat
 - Einzelknopfnah / Fortlaufende Naht
 - Rückstichnaht nach Donati und Allgöwer
 - Intracutannaht
 - Ligatur / Durchstechungsligatur
 - Drainage-Annaht
 - Wundverschluss mit Hautklammern / Hautkleber

Tag 2

09:00 – 13:15 Uhr

- Theoretische Grundlagen des schichtweisen Bauchdeckenverschlusses
- Aktuelle Studienlage
- Theoretische Grundlagen der Darmnaht
- Praktische Übungen an verschiedenen Präparaten
 - Faszienverschluss / Einzelknopfnah / Schlingennaht / Short-Stitch Technik
 - Praktische Übungen am Darmmodell / Übernähung von Serosadefekten



Termine

Tuttlingen

Berlin

02. – 03.06.2025

20. – 21.02.2025

Kursgebühr

420,00 Euro inkl. Mwst.

In der Gebühr sind enthalten: Kursunterlagen, Mittagessen, Erfrischungen

Online-Anmeldung

Anmeldung im Internet unter
<https://bbraun.info/aakbcn>
oder direkt hier:



Inhalte

Es sollen die korrekten Nahttechniken mit den notwendigen Prinzipien für die erfolgreiche Heilung unter Anleitung trainiert werden. Zuvor wird in einer theoretischen Einführung vor jedem Abschnitt auf die zu beachtenden Besonderheiten und Kernregeln hingewiesen. Sie werden nach dem Kurs in der Lage sein, alle wesentlichen Anastomosen anlegen zu können, so dass Sie diese Techniken unmittelbar in den Klinikalltag übertragen können.

- 90% Hands-On Anteil

Zielgruppe

Assistenten in der Weiterbildung zum Facharzt für Chirurgie / Viszeralchirurgie und Fachärzte.

Programm

08:30 – 17:00 Uhr

- Begrüßung und Teamvorstellung
- Grundlagen der Anastomosenheilung
- Gastrointestinale Anastomosen
- Anastomosentechniken an Magen und Darm:
Hands-on an Organmodellen inkl. jeweiliger kurzer theoretischer Einführung
 - End-zu-End Anastomosen
 - End-zu-Seit Anastomosen
 - Seit-zu-Seit Anastomosen
 - Ösophagojejunostomie

- Gefäßanastomosen:
Hands-on an Organmodellen inkl. jeweiliger kurzer theoretischer Einführung
 - Arteriennaht
 - End-zu-End Anastomosen
 - End-zu-Seit Anastomosen
 - Dichtigkeitsprüfungen
 - Optional: Patchplastik, Gefäßprothese
- Biliodigestive Anastomose:
Hands-on an Organmodellen inkl. jeweiliger kurzer theoretischer Einführung



Termine

Tuttlingen

Berlin

26.09.2025

27.05.2025

Kursgebühr

420,00 Euro inkl. Mwst.

In der Gebühr sind enthalten: Kursunterlagen, Mittagessen, Erfrischungen und E-Learning Modul

Online-Anmeldung

Anmeldung im Internet unter
<https://bbraun.info/aakta>
oder direkt hier:



Inhalte

E-Learning-Tool zur Vorbereitung kombiniert mit praktischen Übungen vor Ort in Pelvi- und Perfusionstrainern zum Erlernen der grundlegenden OP-Techniken wie Cholezystektomie oder Appendektomie.

- 90% Hands-On Anteil
- Aufwendiges Wetlab-Szenario

Zielgruppe

Assistenten zu Beginn ihrer Weiterbildung zum Facharzt für Chirurgie / Viszeralchirurgie

Programm

Tag 1

09:30 – 17:00 Uhr

- Begrüßung & Kennenlernen
- Vorstellung und Einweisung in das Instrumente – und Geräteequipment
- Orientierungsübungen im geschlossenen Pelvitainer, parallel dazu Basisübungen am virtuellen Simulationstrainer – Erstellen des „First-Scores“
- Naht- und Knotentechnik am offenen Modell

Tag 2

09:00 – 17:00 Uhr

- Extra- und intrakorporale Naht- und Knotenübungen
- Trokarplatzierung und Präparationsschritte
- Laparoskopische Cholezystektomie

Tag 3

09:00 – 17:00 Uhr

- Appendektomiesimulation und Gefäßpräparation sowie Nahtübungen am Dünndarm
- Laparoskopische Cholezystektomie inkl. Trouble Shooting

Tag 4

09:00 – 16:00 Uhr

- Komplikationsvermeidung bzw. Komplikationsbeherrschung bei der laparoskopischen Cholezystektomie
- Freies Üben an verschiedenen Präparaten

Termine

Tuttlingen

20. – 23.01.2025

17. – 20.02.2025

17. – 20.03.2025

07. – 10.04.2025

07. – 10.07.2025

15. – 18.09.2025

13. – 16.10.2025

01. – 04.12.2025

Kursgebühr

1.090,00 Euro inkl. Mwst.

In der Gebühr sind enthalten: Kursunterlagen, Mittagessen, Erfrischungen und E-Learning Modul

Online-Anmeldung

Anmeldung im Internet unter
<https://bbraun.info/aakblc>
oder direkt hier:



Inhalte

Praktische Übungen an Präparaten und am avitalen Tier unter Anleitung erfahrener Chirurgen

- OP-Techniken wie TEP und TAPP, MILOS
- OP-Liveübertragung
- 60% Hands-on Anteil
- Arbeiten mit 3D-System möglich

Zielgruppe

Assistenten in der Weiterbildung zum Facharzt für Chirurgie / Viszeralchirurgie

Programm

Tag 1

09:30 – 17:00 Uhr

- Begrüßung & Einführung in die minimalinvasive Hernienchirurgie: Leitlinien, aktuelle Literatur, TEP, TAPP
- Das „richtige“ Netz
- Komplikationsmanagement, Finanzielle Rahmenbedingungen der Hernienchirurgie (ambulant und stationär)
- Endoskopisches Nähen am Tierpräparat

Tag 2

08:30 – 17:00 Uhr

- Übertragung zweier Live-OPs
- TEP und TAPP

Tag 3

08:30 – 15:30 Uhr

- Bauchwandhernien (aktuelle Leitlinien, Literatur, neue Techniken)
- Prävention der Narbenhernie, Bauchdeckenverschluss, Prophylaktischer Netzeinsatz
- TEP und TAPP
- MILOS



Termine

Tuttlingen

Berlin

27. – 29.01.2025

14. – 16.05.2025

24. – 26.11.2025

Kursgebühr

1.200,00 Euro inkl. MwSt.

In der Gebühr sind enthalten: Kursunterlagen, Mittagessen, Erfrischungen

Online-Anmeldung

Anmeldung im Internet unter
<https://bbraun.info/aakalh>
oder direkt hier:



Inhalte

Praktische Übungen an Präparaten und am avitalen Tier unter Anleitung erfahrener Chirurgen

- Indikationen und Kontraindikationen der OP-Verfahren (Sigmaresektion, Rektumresektion etc.)
- OP-Liveübertragung
- 70% Hands-on Anteil
- Arbeiten mit 3D-System möglich

Zielgruppe

Assistenten in der Weiterbildung zum Facharzt für Chirurgie / Viszeralchirurgie und Fachärzte

Programm

Tag 1

09:00 – 17:00 Uhr

- Begrüßung und Einführung in den Kursablauf
- Nahttechniken, Knotentechniken extra- und intrakorporal im Pelvitainer
- Einführung Laparoskopische colo-rectale Chirurgie
- Anastomosenübungen im Pelvitainer

Tag 2

08:30 – 17:00 Uhr

- Liveübertragung Sigmaresektion bei Sigma Divertikulitis
- Naht- und Anastomosenübungen im Pelvitainer
- Laparoskopische Sigmaresektion

Tag 3

08:30 – 15:30 Uhr

- Komplikationsvermeidung, Komplikationen und Komplikationsmanagement in der laparoskopischen Chirurgie
- Laparoskopische Rektopexie
- Laparoskopische tiefe anteriore Rektumresektion mit Colonpouch-analer Anastomose



Termine

Tuttlingen

Berlin

24. – 26.02.2025

17. – 19.11.2025

30.06. – 02.07.2025

Kursgebühr

1.450,00 Euro inkl. MwSt.

In der Gebühr sind enthalten: Kursunterlagen, Mittagessen und Erfrischungen

Online-Anmeldung

Anmeldung im Internet unter
<https://bbraun.info/aakalcrc>
oder direkt hier:



Inhalte

Praktische Übungen an Präparaten und am avitalen Tier unter Anleitung erfahrener Chirurgen

- Indikationen und Kontraindikationen der OP-Verfahren (Fundoplikatio etc.)
- OP-Liveübertragung
- 70% Hands-on Anteil
- Arbeiten mit 3D-System möglich

Zielgruppe

Assistenten in der Weiterbildung zum Facharzt für Chirurgie / Viszeralchirurgie und Fachärzte

Programm

Tag 1

09:30 – 17:30 Uhr

- Begrüßung und Einführung in den Kursablauf
- Laparoskopische Magenchirurgie z. Bsp. Ulkuschirurgie; GE; Refluxchirurgie; Hiatushernie
- Naht- und Knotentechniken am Tierpräparat
- Ulkusübernähung / Fundoplicatio / Gastroenterostomie



Tag 2

08:30 – 17:00 Uhr

- Liveübertragung einer laparoskopischen Magenoperation
- Adipositaschirurgie
- Laparoskopische Fundoplicatio, Gastroenterostomie, Schlauchmagen etc.

Tag 3

09:00 – 15:00 Uhr

- Komplikationsvermeidung und -beherrschung
- Laparoskopische Fundoplicatio, Gastroenterostomie
- Schlauchmagen / Bypass

Termin

Tuttlingen

22. – 24.09.2025

Kursgebühr

1.300,00 Euro inkl. MwSt.

In der Gebühr sind enthalten: Kursunterlagen, Mittagessen, Erfrischungen

Online-Anmeldung

Anmeldung im Internet unter
<https://bbraun.info/aaklogi>
oder direkt hier:



Inhalte

In der operativen Medizin stehen Wissen, Entscheidung, manuelle Umsetzung und klinisches Resultat in einem unmittelbaren Zusammenhang. Das macht die besondere Faszination der Chirurgie aus.

Um hierfür gerüstet zu sein, braucht es praktisches Lernen und Training – wofür im Arbeitsalltag oft wenig Zeit bleibt. Unser Kurs möchte Sie hier unterstützen.

Ihre Vorteile

- Kleine Teams von max. 4 Teilnehmern pro Arbeitsplatz
- Individuelle Betreuung durch je einen Referenten pro Arbeitsplatz
- 95% Hands-on Anteil
- Ausgiebige Übungsmöglichkeiten durch Einrichtung von zusätzlichen Backtable-Stationen
- Theorievermittlung durch E-Learning und Diskussion

Zielgruppe

Assistenten in der Weiterbildung zum Facharzt für Chirurgie / Viszeralchirurgie.
Da es sich um einen Fortgeschrittenen-Kurs handelt, wird die Teilnahme ab dem 4. Weiterbildungsjahr empfohlen.

Programm

Tag 1

08:00 – 17:00 Uhr

- Begrüßung, Einführung und Vorstellung
- Teameinteilung / Einweisung in den OP / Tierschutzbelehrung
- Lernen in der Chirurgie
- Einführung: Darmresektionen und Darmanastomosen, Strikturoplastiken, Stoma-Anlage

- Praktische Darmchirurgie am Lebedtier: Resektionen und Anastomosen, Strikturoplastik
- Einführung: Magenresektionen, Gastrektomie, Gastroenterostomie
- Praktische Magenchirurgie am Lebedtier

Tag 2

09:00 – 17:00 Uhr

- Einführung: Leberresektionen und Gallenwegschirurgie
- Praktische Leber-, Gallenblasen- und Gallenwegschirurgie am Lebedtier

Tag 3

09:00 – 15:00 Uhr

- Einführung: Operationen an Pankreas und Milz, Gefäßchirurgie
- Praktische Übungen an Pankreas und Milz, Vertiefung einzelner Operationstechniken am Lebedtier
- Abschlussbesprechung / Evaluation / Ausgabe der Teilnahmezertifikate

Termine

Tuttlingen

07. – 09.03.2025

16. – 18.05.2025

Kursgebühr

1.790,00 Euro inkl. Mwst.

In der Gebühr sind enthalten: Kursunterlagen, Mittagessen, Erfrischungen

Online-Anmeldung

Anmeldung im Internet unter
<https://bbraun.info/aakfv>
oder direkt hier:



Informationen und Referentenverzeichnis

Veranstaltungsorte

Aesculap Akademie GmbH
Am Aesculap-Platz | 78532 Tuttlingen

Aesculap Akademie GmbH
im Langenbeck-Virchow-Haus
Luisenstraße 58–59 | 10117 Berlin

Anfahrtsplan im Internet unter www.aesculap-akademie.de

Fortbildungspunkte

Für alle Kurse sind Fortbildungspunkte bei der Landesärztekammer Baden-Württemberg und der Ärztekammer Berlin beantragt.



Zimmerreservierung

Zusammen mit der Anmeldebestätigung erhalten Sie eine Übersicht zu Übernachtungsmöglichkeiten. Die Buchung erfolgt durch und auf Kosten der Teilnehmer; bitte nehmen Sie die Reservierung direkt im Hotel Ihrer Wahl vor.

Anreise

Mit der **DB BAHN** zum Sonderpreis zur Veranstaltung und zurück.
Weitere Informationen erhalten Sie unter www.aesculap-akademie.de.

Rücktrittsbedingungen

Sollten Sie an der gebuchten Veranstaltung nicht teilnehmen können, muss zum wirksamen Rücktritt eine schriftliche Absage an die Aesculap Akademie GmbH erfolgen.

Sie haben die Möglichkeit, Ihre gebuchte Veranstaltung zu nachfolgend aufgeführten Konditionen zu stornieren:

- Bis 30 Tage vor der Veranstaltung: Kostenfrei
- Bis 14 Tage vor der Veranstaltung: Wertausgleich durch Umbuchung auf eine andere Veranstaltung oder 10% der Teilnahmegebühr für die Bearbeitung, jedoch mind. 30 Euro
- Bis 7 Tage vor der Veranstaltung: 50% der Teilnahmegebühr wird fällig

- Ab 6 Tage vor der Veranstaltung oder bei Nichterscheinen:
Volle Teilnahmegebühr wird fällig

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der Aesculap Akademie GmbH, die wir auf Anforderung gerne zusenden.

Aus Gründen der Lesbarkeit wurde die männliche Form gewählt, stellvertretend für alle Geschlechter.

Referentenverzeichnis

Dr. med. Khaled Bajaeifer
Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie | Klinikum Konstanz
(Trainingskurs Anastomosentechniken in der Viszeralchirurgie)

Benjamin Beck
Allgemein- und Viszeralchirurgie
Theresiens Krankenhaus und St. Hedwig-Klinik GmbH | Mannheim
(Aufbaukurs Laparoskopische colo-rectale Chirurgie)

Prof. Dr. med. Dieter Birk
Abteilung für Allgemein- und Viszeralchirurgie | Kreisklinik Bietigheim-Bissingen
(Basiskurs Laparoskopische Chirurgie)

Dr. med. Andreas Brügge
Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie | AMEOS Klinikum Haldensleben
(Basiskurs Chirurgische Nahttechniken, Aufbaukurs Laparoskopische Hernienchirurgie)

Prof. Dr. med. Dirk Bulian
Klinik für Viszeral-, Tumor-, Transplantations- und Gefäßchirurgie
Klinikum Köln-Merheim
(Basiskurs Laparoskopische Chirurgie)

Prof. Dr. med. Jan-Hendrik Egberts
Chirurgische Klinik | Israelitisches Krankenhaus Hamburg
(Faszination Viszeralchirurgie)

Tabea Ernst
Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Gefäßchirurgie | Regio Klinikum Pinneberg
(Basiskurs Chirurgische Nahttechniken)

Dr. med. Jürgen Gerberding
 Klinik für Chirurgie –Minimal Invasive Chirurgie und Viszeralchirurgie
 VIVANTES Klinikum Neukölln | Berlin
 (Basiskurs Laparoskopische Chirurgie)

Prof. Dr. med. Jörg Glatzle
 Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie | Klinikum Konstanz
 (Basiskurs Laparoskopische Chirurgie, Aufbaukurs laparoskopische colo-rectale Chirurgie,
 Trainingskurs Anastomosentechniken in der Viszeralchirurgie)

Dr. med. Uta Heinevetter
 Allgemein-, Viszeral-, Gefäß- und Thoraxchirurgie
 Klinikum Ernst von Bergmann Potsdam
 (Trainingskurs Anastomosentechniken in der Viszeralchirurgie)

Prof. Dr. med. Sebastian Hinz
 Abteilung für Allgemein-, Viszeral-, Gefäß- und Transplantationschirurgie
 Universitätsmedizin Rostock
 (Faszination Viszeralchirurgie)

Prof. Dr. med. Thomas P. Hüttl
 Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie | Dr. Lubos Kliniken – Bogenhausen | München
 (Basiskurs Laparoskopische Chirurgie, Aufbaukurs laparoskopische Chirurgie des oberen GI-Traktes)

Prof. Dr. med. Peter Kienle
 Abteilung für Allgemein- und Viszeralchirurgie
 Theresienkrankenhaus und St. Hedwig-Klinik GmbH | Mannheim
 (Aufbaukurs laparoskopische colo-rectale Chirurgie)

Dr. med. Martin Locher
 MVZ Chirurgie Kiel | Praxisklinik Kiel
 (Faszination Viszeralchirurgie)

Priv.-Doz. Dr. med. Jörn Richard Magdeburg
 Allgemein- und Viszeralchirurgie
 Theresienkrankenhaus und St. Hedwig-Klinik GmbH | Mannheim
 (Aufbaukurs Laparoskopische colo-rectale Chirurgie)

Dr. med. Anne-Sophie Mehdorn
 Klinik für Allgemeine, Viszeral-, Thorax-, Transplantations- und Kinderchirurgie
 Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Campus Kiel
 (Faszination Viszeralchirurgie)

Priv.-Doz. Dr. med. Günther Meyer
 Abteilung für Allgemein- und Viszeralchirurgie | Wolfart Klinik | München-Gräfelfing
 (Aufbaukurs laparoskopische colo-rectale Chirurgie)

Prof. Dr. med. Lars Ivo Partecke
 Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie | Helios Klinikum Schleswig
 (Faszination Viszeralchirurgie)

Regina Pauls
 Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie | Klinikum Osnabrück
 (Faszination Viszeralchirurgie)

Dr. med. Andreas Plamper
 Klinik für Adipositas-, Metabolische, Plastische Chirurgie
 Adipositaszentrum | St. Franziskus Hospital Köln
 (Basiskurs Chirurgische Nahttechniken)

Andrea Pütz
 Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie | Klinikum Konstanz
 (Trainingskurs Anastomosentechniken in der Viszeralchirurgie)

Dr. med. Mario Reineke
 Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie | medius Klinik Nürtingen
 (Basiskurs Laparoskopische Chirurgie, Aufbaukurs laparoskopische Hernienchirurgie)

Dr. med. Harald Reiser
 Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie | Schwarzwald-Baar Klinikum
 Villingen-Schwenningen GmbH
 (Basiskurs Laparoskopische Chirurgie, Aufbaukurs laparoskopische Hernienchirurgie)

Univ. Prof. Dr. med. habil. Sven-Christian Schmidt
 Zentrum für Chirurgie | Klinikum Ernst von Bergmann Potsdam
 (Trainingskurs Anastomosentechniken in der Viszeralchirurgie)

Priv.-Doz. Dr. med. Jürgen Tepel
 Klinik für Allgemein-, Viszeral- und Thoraxchirurgie | Klinikum Osnabrück
 (Faszination Viszeralchirurgie)

Dr. med. Christian von Schassen, M. A.
 Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie | Bundeswehrkrankenhaus Hamburg
 (Faszination Viszeralchirurgie)

Aesculap Akademie GmbH

Am Aesculap-Platz | 78532 Tuttlingen | Tel +49 7461 95-2001

Aesculap Akademie GmbH

im Langenbeck-Virchow-Haus

Luisenstraße 58-59 | 10117 Berlin | Tel +49 30 516 512-0

info@aesculap-akademie.de | www.aesculap-akademie.de

Aesculap Academy – part of the B. Braun Group

V-AK24027_1024
Titelfoto: peoplecreations auf Freepik