

# Handbuch “Breast Next”

## Willkommen zu „Breast Next“ – Ihre Vorbereitung auf den Kurs Ästhetische Brustchirurgie

Hallo liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,

ich bin Lars, euer Akademiedirektor, und freue mich, euch beim Online-Kurs „Breast Next“ zu begrüßen! Damit ihr perfekt startet, hier alles, was ihr wissen müsst: Zeitplan, Zeitaufwand, Software und Hardware – inklusive Infos zu optionalen Hands-On-Trainings und möglichem Sponsoring. Unser Kurs ist praxisnah, interaktiv und bringt euch die ästhetische Brustchirurgie näher – lasst uns loslegen!

### Kursteil A

Der hybride Onlinekurs, der weiter unten im Detail beschrieben wird. Er ist Voraussetzung für die Teilnahme am Kurs Teil B, der Masterclass.

### Kursteil B Masterclass

Das Erlernen der Operationstechniken. Im Rahmen der Masterclass wird an Patient:innen eine ästhetische Brustoperation durchgeführt. Dies beinhaltet nicht nur die eigentliche Operation, sondern auch alle Schritte vor und nach der Operation, sowie am Tag der Behandlung. Die Operation wird online und offline vorbereitet, sodass ihr perfekt auf die OP eingestimmt und vorbereitet seid. Zur Vorbereitung gehören:

1. Besprechung der Patientenanamnese, Wünsche, Patientenbilder
2. Planung der Operation/Operationsmethode anhand von Messungen, Wünsche und der Patientenbilder
3. Vorbereitung der Einzeichnung
4. Implantatwahl, falls erwünscht
5. Wie wird die Patientin vorbereitet
6. Wie wird die Patientin postoperativ bis zur Entlassung behandelt
7. Wie wird die Patientin nach Entlassung begleitet (Nachbehandlungsplan)

Teilnehmerzahl: maximal vier

Kursteil B Details: [Handbuch Breast Next Masterclass \(Hands-On Kurse\)](#)

Preise: [Kurspreise Breast Next](#)

## DGPRÄC Fachtheoriezertifikat

Wird ausgestellt, nachdem man den hybriden Online Kurs "Breast Next"/Kursteil A erfolgreich abgeschlossen hat.

Für eine erfolgreiche Teilnahme müssen folgende Kriterien erfüllt werden:

1. Anwesenheit und Teilnahme an mindestens einem von vier Zoom-Webinaren (immer samstags alle zwei Wochen) und Nacharbeiten der restlichen Zoom-Webinare im Eigenstudium anhand der Videoaufzeichnungen.
2. Abgabe von mindestens vier Aufgaben, die im Eigenstudium erstellt werden müssen. Dies sind beispielsweise die Anfertigung von Fotos und erfolgreiche Tests.
3. Facharzt oder Fachärztin für Plastische und Ästhetische Chirurgie. Verleihung des Zertifikats ggf. auch später, nach erfolgreicher Facharztprüfung.

## DGPRÄC Zertifikat Praxis-Excellenz/Breast Next Master

Wird ausgestellt, nachdem man Kursteil A und B erfolgreich abgeschlossen hat. Für eine erfolgreiche Teilnahme müssen folgende Kriterien für den Kursteil B/Masterclass erfüllt werden:

1. Teilnahme an einer Masterclass
2. Aktive Mitarbeit an Vor- und Nachbereitung der Masterclass
3. Facharzt oder Fachärztin für Plastische und Ästhetische Chirurgie. Verleihung des Zertifikats ggf. auch später, nach erfolgreicher Facharztprüfung.

## Kursteil A

Individuelle Kurskonzeption mit Integration von kursgruppen spezifischen Inhalten. Diese werden durch den Einsatz von Mixed-Media Elementen individuellem Feedback und problemorientierten Anwendungsfällen ergänzt. Hierbei werden die von den Kursteilnehmer:innen erstellten Inhalte direkt in den Kurs eingearbeitet und einer Analyse unterzogen. Dies steht im starken Kontrast zu statischen Kurskonzepten und

one-size-fits-all. Wir wenden modernste Lehrmethoden, unterstützt durch die Universität Witten Herdecke an, Dabei steht z.B. Lernen durch Lehren, Gamification, Buddy-System und strategiegestütztes Lernen im Mittelpunkt und fördert gleichzeitig die intrinsische Motivation. Das Lernen in einem Safe Space – einem geschützten Lernraum - steht während des gesamten Kurses an oberster Stelle. Wir haben Gastbeiträge verschiedener Profis ihres Faches. Die Kursteilnehmenden können selbst Agendawünsche in das Curriculum einfließen lassen und somit den Kursinhalt mitgestalten. Der Kurs endet mit einer abschließenden Zusammenfassung der wichtigsten Lehrinhalte. Damit ist es aber für die Kursteilnehmer noch nicht zu Ende. Vielmehr geht es dann erst richtig los, sich in der entstandenen Community über den medizinischen Messenger Siilo in den nächsten Jahren auszutauschen. So könnt ihr zusammen mit euren Kurs Kolleginnen und Kurs Kollegen weiter wachsen und wahre Experten des Faches werden.

**Eine Mindestzahl von 10 Kursteilnehmer muss erreicht werden, damit der Kurs stattfindet.**

## 1. Zeitplan – Wann läuft was?

- **Kursstart: 20. September 2025**
  - **Dauer:** 10 Wochen, bis 29. November 2025
  - **Webinare:** 4 Zoom-Sessions, jeweils samstags von 11:00–13:30 Uhr (2,5 Stunden), alle zwei Wochen:
    - Webinar 1: 20. September 2025 – Erstgespräch, Brustvergrößerung
    - Webinar 2: 4. Oktober 2025 – OP-Planung und Bruststraffung
    - Webinar 3: 18. Oktober 2025 – OP-Tag und Bruststraffung & Vergrößerung
    - Webinar 4: 1. November 2025 – Nachsorge und Brustverkleinerung & eure Themen
  - **Videoaufzeichnungen und Zusammenfassungen:** In der Woche nach jedem Webinar abrufbar (z. B. für Webinar 1 ab 22. September 2025).
  - **Wöchentlicher Rhythmus:**
    - Montags: Eigenstudium (Moodle, ca. 15 Minuten).
    - Bis Freitag: Praktische Übung zu Hause (ca. 1 Stunde), Abgabe per Moodle.
    - **Durchgehend:** Siilo-Diskussionen (ca. 30 Minuten/Woche, flexibel).
  - **Optional:** Masterclass (Hands-On-Trainings, 1–2 Tage, Termine nach Kursende, z. B. Dezember 2025, separat angekündigt).
- 

## 2. Zeitaufwand – Was investiert ihr?

- **Online-Kurs Gesamt:** Ca. 35 Stunden über 10 Wochen (bei mindestens 10 Teilnehmern; bei weniger als 10 Teilnehmern findet der Kurs nicht statt).
- **Pro Woche:**

- Webinare: 2,5 Stunden alle zwei Wochen (4 x 2,5h = 10 Stunden gesamt, ~1,25h/Woche).
  - Eigenstudium: 15 Minuten (10 x 15min = 2,5 Stunden gesamt, ~15 min/Woche).
  - Praktische Übungen: 1 Stunde (10 x 1h = 10 Stunden gesamt, ~1h/Woche).
  - Siilo-Community: 30 Minuten (10 x 30 min = 5 Stunden gesamt, ~30 min/Woche).
  - Flexibel: Zusätzliche Lektüre/Diskussionen (ca. 7,5 Stunden optional, ~45 min/Woche).
  - **Masterclass (Hands-On-Trainings):** Optional, ca. 10-15 Stunden (1-2 Tage), nach dem Kursende.
  - **Tipp:** Plant 3-4 Stunden pro Woche für den Kurs – Hands-On kommt später dazu!
- 

### 3. Software – Was braucht ihr und woher kriegt ihr's?

- **Zoom:** Für die Webinare.
    - Download: [zoom.us/download](https://zoom.us/download) – kostenlos (Basisversion reicht).
    - Anleitung: Meldet euch mit eurer E-Mail an, den Webinar-Link bekommt ihr per E-Mail.
  - **Moodle:** Lernplattform für Videos, Studien, Übungen.
    - Zugriff: Link kommt vor Kursstart per E-Mail – kein Download, läuft im Browser (z.B. Chrome).
    - Login: Zugangsdaten mit dem Link.
  - **Siilo:** Messenger für Community-Austausch.
    - Download: [siilo.com/download](https://siilo.com/download) – kostenlos für iOS/Android/PC.
    - Anleitung: Installieren, mit Arzt-ID (z. B. DGPRÄC-Nummer) anmelden, Gruppenlink folgt per E-Mail.
  - **E-Mail:** Für Erinnerungen und Links – nutzt euren Standard-Client (z. B. Outlook, Gmail).
  - **Notizen:** App oder Programm für persönliche Notizen, die ihr jederzeit wiederfindet, oder der gute alte Notizblock.
  - **Hinweis:** Sponsoring (z. B. Implantat-Hersteller) könnte zusätzliche Tools (z. B. AR-Apps, Implantate für Hands-On) möglich machen – Infos folgen bei Bedarf.
- 

### 4. Ideale Hardware – Was solltet ihr haben?

- **Computer/Laptop:**
  - Mindestanforderung: Windows 10/MacOS 10.13, 4 GB RAM, stabile Internetverbindung (10 Mbit/s reichen).

- Empfehlung: 8 GB RAM, Webcam (HD), Mikrofon (z. B. Headset) – für klare Zoom-Bilder und Diskussionen.
  - **Smartphone/Tablet:** Für Siilo und Moodle unterwegs (optional, praktisch).
  - **Zusatz:**
    - Drucker/Scanner oder Smartphone-Kamera: Zum Hochladen von Fotos/Übungen (z. B. Anzeichnungen).
    - Stift & Papier: Für Skizzen (z. B. Anatomie).
    - Übungsmaterial: Im digitalen Werkzeugkoffer enthalten und von euch stetig ergänzt (z. B. Edding 3000 zur Anzeichnung).
  - **Masterclass (Hands-On):** Für optionale Trainings später – Details folgen (z. B. wo, mit wem und welche Operationen).
  - **Tipp:** Testet Webcam/Mikrofon vorab in Zoom – wir wollen euch gut sehen und hören!
- 

## 5. So startet ihr perfekt

- **Bis 19. September 2025:**
  - Software installieren (Zoom, Siilo).
  - E-Mail mit Links abwarten (Zugangsdaten).
  - Hardware checken (Internet, Webcam – 10 Mbit/s sind genug).
  - Fragebogen Buddy-System ausfüllen (in Moodle).
- **15.-19. September 2025:** Erstes Eigenstudium (Video auf Moodle).
- **20. September 2025:** Erstes Webinar – seid pünktlich um 11:00 Uhr dabei, aktiv mitmachen lohnt sich!
- **Nach Kursende:** optional: Siilo Breast Next Club. Masterclass (Hands-On-Option in Planung, Termine per E-Mail), Sponsoring könnte Material (z. B. Implantate) liefern – stay tuned!

Beste Grüße,

Lars (Akademiedirektor)

## Buddy-System

- **Was ist das Buddy-System?**

Eine Methode, um durch Zweierteams Lernen, Feedback und Netzwerkaufbau zu fördern – essentiell für die hohen Standards der ästhetischen Chirurgie.
- **Ziele**
  - Praktische Fertigkeiten durch Kooperation verbessern.

- Kollegiales Netzwerk schaffen, das euch langfristig begleitet.
- **Einteilung**
  - Basierend auf geografischen, beruflichen und persönlichen Gemeinsamkeiten.
  - Zuweisung durch die Kursleitung, bekannt gegeben am ersten Tag.
- **Aufgaben**
  - Praktische Übungen, Fallstudien, Peer-Reviews.
  - Feedback in Siilo.
  - Täglicher Austausch, optional dokumentiert im Lerntagebuch.
- **Richtlinien**
  - Respektvoller, vertraulicher Umgang.
  - Offenheit für Feedback, Fokus auf Professionalität.
- **Nach dem Kurs**
  - Bleibt in Kontakt – vielleicht bei uns in einem der PAAU-Clubs.

## Anhang

- Fragebogen für die Einteilung.
- Vorlage für ein Lerntagebuch.

## Wie funktioniert Moodle im Kurs „Breast Next“?

Moodle ist unsere zentrale Lernplattform für den Kurs „Breast Next“. Sie bietet eine strukturierte, benutzerfreundliche Umgebung, in der du Lernmaterialien findest, Aufgaben abgibst und dich mit Inhalten auseinandersetzt – alles an einem Ort, flexibel und sicher.

So nutzt du Moodle:

1. **Zugang:** Melde dich mit deinen Kurs-Zugangsdaten (per E-Mail vor Kursstart erhalten) unter der Kurs-URL (<https://paau-academy.de>) an. Nutze Browser oder die Moodle-App (iOS/Android).
2. **Kursübersicht:** Finde wöchentliche Module mit Videos (z. B. „Komplikationsmanagement“), PDFs (z. B. Checklisten), Quizfragen und Foren. Alles ist klar nach Wochen (z. B. Woche 1–2: Erstgespräch) gegliedert.
3. **Aufgaben:** Lade deine Lösungen (z. B. „Liste 3 Komplikationen auf“, max. 200 Wörter) direkt in Moodle hoch. Deadlines sind angegeben (z. B. „Freitag, 18. Juli“).
4. **Interaktion:** Kommentiere im Forum Antworten von Kolleg:innen (z. B. „Ich ergänze: Ultraschall hilft“) für Peer-Austausch. Foren sind freiwillig, aber empfohlen.

5. **Lernmaterialien:** Nutze Videos, grafische Organisatoren und Quizze, um multisensorisch zu lernen. Downloads sind verfügbar.
6. **Fortschritt:** Verfolge deinen Lernfortschritt in der Übersicht. Benachrichtigungen erinnern dich an Abgaben.

### Tipp:

Logge dich wöchentlich (2-3 Mal) ein, um mit Aufgaben und Materialien Schritt zu halten. Bei technischen Fragen unterstützt dich Nora, unsere Moodle-Expertin, über die Plattform.

### Ziel:

Moodle bietet dir alle Ressourcen für praxisnahes Lernen, strukturiert deinen Fortschritt und fördert Eigenverantwortung.

## Siilo

Siilo ist unsere sichere, intuitive Plattform für den Austausch und die Zusammenarbeit im Kurs „Breast Next“. Sie ermöglicht dir, in Echtzeit mit deiner Gruppe (4-5 Personen) und anderen Teilnehmenden zu kommunizieren, Fälle zu diskutieren und Feedback zu erhalten – alles datenschutzkonform und mobil zugänglich.

### So nutzt du Siilo:

1. **Registrierung & Zugang:** Lade die Siilo-App (iOS/Android) herunter oder nutze die Web-Version. Melde dich mit deiner Kurs-E-Mail an (Zugangsdaten erhältst du vor Kursstart).
2. **Gruppen beitreten:** Du wirst automatisch deiner Kursgruppe zugeteilt. Hier findest du die Falldiskussionen und Aufgaben (z. B. „Poste eine Erfahrung zu einem Serom“).
3. **Beiträge erstellen:** Poste Texte (max. 150 Wörter) oder 1-Minuten-Videos zu den wöchentlichen Aufgaben. Nutze die intuitive Oberfläche, um Inhalte hochzuladen.
4. **Interaktion:** Kommentiere mindestens einen Beitrag deiner Gruppe (z. B. „Gute Idee, aber Ultraschall vorher?“). So förderst du Peer-Lernen und erhältst Feedback.
5. **Benachrichtigungen:** Aktiviere Push-Benachrichtigungen, um keine Aufgabe oder Antwort zu verpassen. Du kannst die Häufigkeit in den Einstellungen anpassen.
6. **Sicherer Lernraum:** Stelle Fragen, teile Erfahrungen – Siilo ist ein urteilsfreier Raum, ideal für offene Diskussionen.

Tipp:

Checke Siilo regelmäßig (2–3 Mal pro Woche), um mit den Aufgaben und Diskussionen Schritt zu halten. Bei Fragen hilft dir das Moderationsteam direkt in Siilo!

Ziel:

Siilo verbindet dich mit deiner Community, stärkt den Austausch und macht Lernen flexibel – egal, ob unterwegs oder zu Hause.

## Wie funktionieren die Zoom-Webinare im Kurs „Breast Next“?

Die Zoom-Webinare sind das Herzstück der interaktiven Lernphasen im Kurs „Breast Next“. Sie finden vier Mal während des 8-wöchigen Programms statt (20. September, 4. Oktober, 18. Oktober, 1. November 2025, jeweils 11:00–13:00 Uhr) und bieten dir live Austausch, praktische Übungen und Experten-Input – alles für maximale Praxisnähe.

So nutzt du die Webinare:

1. **Zugang:** Du erhältst vor Kursstart einen Zoom-Link per E-Mail und in Moodle. Logge dich mit deinem Namen ein (Browser oder Zoom-App,iOS/Android).
2. **Struktur:** Jedes Webinar (2 Stunden) folgt einem klaren Ablauf, der ungefähr so aussehen kann:
  - **Schnellstart (15 Min.):** Schreibe auf das Zoom-Whiteboard (z. B. „2 Schritte für Lenas Serum?“).
  - **PBL-Gruppenarbeit (60 Min.):** In Breakout-Räumen (4–5 Personen) erarbeitest du Lösungen (z. B. Nachsorgeplan) mit virtuellen Tools wie Whiteboards oder 3D-Modell Demos.
  - **Präsentationen (20 Min.):** Gruppen teilen ihre Ergebnisse (4 Min. pro Team, via Bildschirmfreigabe oder mündlich).
  - **Wiederholung & Pause (15 Min.):** Teile Takeaways (z. B. „Punktion ist einfach“) und mache eine aktive Pause (z. B. „Stehen, strecken, Schritt nennen“).
  - **Abschluss (10–30 Min.):** Stelle Fragen (z.B. „Wie oft kontrollieren?“), erhalte Experten-Feedback und feiere (z. B. Zertifikatsvergabe).
3. **Interaktion:** Nutze Chat, Whiteboard und Breakout-Räume, um aktiv mitzumachen. Fehler sind erlaubt, Diskussionen erwünscht!
4. **Materialien:** Aufzeichnungen und Zusatzmaterialien (z. B. Checklisten, Videos) sind nach dem Webinar in Moodle verfügbar.

5. **Vorbereitung:** Schließe vorher die Moodle- und Siilo-Aufgaben ab, um optimal vorbereitet zu sein (z. B. „Erfahrung mit Serom posten“).

Tipp:

Teste vorab deine Technik (Kamera, Mikrofon) und sei pünktlich. Bereite Fragen vor, um von Expert:innen (z. B. Gastchirurg:innen) zu profitieren. Falls du nicht live teilnehmen kannst, nutze die Aufzeichnung in Moodle.

Ziel:

Die Webinare fördern Teamarbeit, praktische Anwendung (z. B. Nachsorgeplan für Lena) und Peer-Lernen in einem lebendigen, interaktiven Format. Werde Teil der Community und hebe deine Kompetenz in der ästhetischen Brustchirurgie auf ein neues Level!

## Wie funktioniert das Peer-Review im Kurs „Breast Next“?

Das Peer-Review-Format ist ein zentraler Bestandteil des Kurses „Breast Next“ und fördert den Austausch, die Reflexion und das Lernen voneinander. Es ermöglicht dir, deine Ideen und Lösungen mit Kolleg:innen zu teilen, konstruktives Feedback zu erhalten und deine Kompetenzen in der ästhetischen Brustchirurgie zu schärfen – praxisnah und kollaborativ.

So funktioniert das Peer-Review:

1. **Einreichung deiner Arbeit:** Poste deine Lösungen zu wöchentlichen Aufgaben (z. B. OP-Plan, Nachsorgeplan) in Siilo (max. 150 Wörter oder 1-Min.-Video) oder lade sie in Moodle hoch (z. B. Reflexionsaufgabe, max. 200 Wörter). Beispiele: „Serom punktieren, Druckverband“ oder „Checkliste für Annas Erstgespräch“.
2. **Feedback geben:** Kommentiere in deiner Gruppe (4–5 Personen) mindestens einen Beitrag einer Kollegin oder eines Kollegen in Siilo (z. B. „Punktion gut, aber Ultraschall vorher?“). Feedback soll konstruktiv, präzise und unterstützend sein.
3. **Feedback erhalten:** Hole dir Feedback von mindestens zwei Kolleg:innen zu deinem Beitrag in Siilo (z. B. „Narbenpflege klar, Schmerzmittel nennen?“).
4. **Integration:** Nutze das Feedback, um deine Lösungen zu verfeinern (z. B. „Ich füge Ultraschall hinzu“). Diskutiere in Zoom-Webinaren (z. B. 20. September 2025, 11:00–13:00 Uhr) deine überarbeiteten Ansätze in Breakout-Räumen.
5. **Experten-Input:** In der Abschlussphase (z. B. Woche 8) kommentieren ggf. Gastchirurg:innen ausgewählte Beiträge (z. B. „Keller-Funnel top, Heilungsverlauf detaillierter erklären“), um deine Arbeit zu bereichern.

## Peer-Review in Moodle:

Im Moodle Peer Review Verfahren der PAAU<sup>o</sup> DGPRÄC Academy beurteilen sich zwei Kursteilnehmer:innen, im Idealfall die Buddies, gegenseitig nach festgelegten Spielregeln. Der abgebende Peer schickt seinen Beitrag in einem bearbeitungsfähigen Format, wie z.B. MS Word, dem Peer, der bewertet. Dieser entscheidet sich anhand der Kriterien für die Punktevergabe und verfasst einen Kommentar. In diesem Kommentar sollt ihr bitte mindesten drei Punkte nennen in denen sich eure/euer Peer verbessern kann, wie und warum, wenn möglich. Schickt das Dokument zurück dann mit der Bewertung und Kommentar zurück zu eurem Buddy. Der ist für die Abgabe verantwortlich.

## Abgabe Peer Review:

Bitte schreibt jeweils in Moodle oben in die Bewertung, von wem der Plan ist und wer diesen bewertet hat. Denkt daran, dass jeder seine eigene Abgabe hochlädt. Verfasst, nachdem ihr die Anmerkungen Eures Peers gesehen habt, noch 3 eigene Verbesserungsvorschläge.

**Die Abgabe ist nur als PDF möglich. Beschriftet das PDF mit eurem Namen. Das Dokument muss nach Öffnen euren Namen und den Namen Eures Peers im Kopfteil enthalten.**

## Tipp:

Engagiere dich aktiv im Peer-Review (2-3 Beiträge/Kommentare pro Woche), um den maximalen Lerneffekt zu erzielen. Lies die Aufgabenstellungen genau, um gezieltes Feedback zu geben, und sei offen für Vorschläge deiner Gruppe. Bei Fragen unterstützt das Moderationsteam in Siilo oder Moodle.

## Ziel:

Das Peer-Review-Format stärkt kollaboratives Lernen, fördert kritisches Denken und verankert praxisnahe Lösungen (z. B. für Lenas Serom oder Annas Erstgespräch) durch den Austausch mit Peers. Es baut eine unterstützende Community auf, die dich in deiner chirurgischen Weiterentwicklung begleitet, wie z.B. im „Breast Next Club“

## Breast Next Club

Der Breast Next Club ist das Herz unserer Community im und nach dem Kurs „Breast Next“. Er bietet dir eine dauerhafte, unterstützende Plattform, um dich mit Gleichgesinnten zu vernetzen, Fälle zu diskutieren und deine Kompetenzen in der ästhetischen Brustchirurgie langfristig zu stärken. Über Siilo bleibst du auch nach dem Kurs (Start: 20. September 2025) mit anderen Chirurg:innen verbunden – flexibel, sicher und praxisnah.

1. **Zugang:** Als Kursteilnehmer:in bist du automatisch Mitglied. Nutze die Siilo-App (iOS/Android) oder die Web-Version mit deinen Kurs-Zugangsdaten (vor Kursstart per E-Mail).
2. **Austausch:** Teile in der Club-Gruppe Fallbeispiele, stelle Fragen (z. B. „Implantatwahl bei Asymmetrie?“) oder poste Erfahrungen (z. B. „Kapsulektomie erfolgreich“). Max. 150 Wörter oder 1-Min.-Video.
3. **Interaktion:** Erhalte und gib Feedback zu Beiträgen. Der Club ist ein urteilsfreier Raum, in dem offene Diskussionen gefördert werden.
4. **Nachhaltigkeit:** Nach dem Kursende (November 2025) bleibt der Club aktiv, wird dann aber mit einer Gebühr von 99€ pro Jahr kostenpflichtig. Dafür bekommst du Zugang zu monatlichen digitalen Kaminzimmern für den professionellen Austausch viele Hilfsmaterialien, sowie die Expertise deiner, dir wohl bekannten Peers. Alles wird moderiert und begleitet durch deine Trainer.
5. **Events:** Optional kannst du an exklusiven Hands-On-Trainings oder virtuellen Follow-up-Webinaren teilnehmen, die der Club organisiert (Termine in Planung, Infos via Siilo).

Der Breast Next Club verbindet dich mit einer lebendigen Community, die deine Leidenschaft für ästhetische Brustchirurgie teilt. Er unterstützt dich, komplexe Fälle zu meistern, und begleitet dich in deiner beruflichen Entwicklung – für deine Patient:innen und deine Zukunft. Werde Teil von etwas Großem!

## Community of Practice

- Community of Practice: Eine Community of Practice ist eine Gruppe von Menschen, die ein gemeinsames Interesse oder eine gemeinsame Leidenschaft für einen bestimmten Bereich oder ein bestimmtes Thema haben und die gemeinsam lernen, um ihre Fähigkeiten und ihr Wissen in diesem Bereich zu verbessern. Die Gemeinschaft kann sich um eine bestimmte Branche, einen Beruf oder ein Interesse bilden und kann sowohl formelle als auch informelle Interaktionen unter ihren Mitgliedern umfassen. Das Ziel einer Community of Practice ist es, ein gemeinsames Verständnis und Expertise zu entwickeln und die berufliche Entwicklung ihrer Mitglieder zu unterstützen. \*

- Für die PAAU Akademie heißt das: Selbst der/die erfahrene ästhetische Chirurgen:in weiß nicht alles. Vielleicht hast du dir eine besondere Expertise in einem Teilbereich erarbeitet und weißt mehr als der/die Ausbilder/in. Das ist in Ordnung und zeugt nicht von Inkompetenz des/der Ausbilders/Ausbilderin. Vielmehr ist es sinnvoll, diese Teilkompetenzen zu erkennen und erkennen zu können, den Wert zu schätzen und das Wissen mit anderen zu teilen, damit diese davon profitieren.
- Als Ausbilder sollte ich meine Erfahrung nutzen, um Kompetenzen der Kursteilnehmer zu erkennen und dessen Wert für alle sichtbar zu machen, damit alle anderen Kursteilnehmer\*innen davon ebenfalls profitieren können - eben eine Community of Practice.

## Zoom Breakout Rooms

Zoom Breakout Rooms ermöglichen es Benutzern, in kleinere Gruppen aufgeteilt zu werden, um in einer intimen Umgebung zusammenarbeiten und interagieren zu können. Der Sinn von Zoom Breakout Rooms liegt darin, dass es den Teilnehmern die Möglichkeit gibt, in einem kleinen, persönlichen Rahmen zusammenzuarbeiten, Fragen zu stellen und Diskussionen zu führen, die in größeren Gruppen möglicherweise nicht möglich sind.

Die Verwendung von Breakout Rooms kann auch helfen, das Engagement der Teilnehmer zu erhöhen und die Interaktion und das Networking zu fördern. Es kann auch dazu beitragen, dass Teilnehmer mit unterschiedlichem Wissen und Fähigkeiten zusammenarbeiten, um gemeinsam Aufgaben und Probleme zu lösen.

Breakout Rooms können in einer Vielzahl von Kontexten verwendet werden, einschließlich Online-Klassen, virtuellen Konferenzen, Meetings und Workshops. Sie können auch dazu beitragen, die Zeitmanagement-Fähigkeiten zu verbessern, indem sie die Zeit für Diskussionen und Zusammenarbeit innerhalb der kleineren Gruppen begrenzen. Insgesamt können Zoom Breakout Rooms also dazu beitragen, die Effektivität und Effizienz von Webinaren zu verbessern.

## Zoom-Netiquette

Die Nutzung von Videokonferenzsystemen wie z. B. Zoom ermöglicht uns, einen neuen digitalen Raum zu schaffen. Dieser soll das Lernen und den Austausch fördern und das hat seinen Ausgangspunkt in einem kritisch konstruktiven, aber

respektvollen Umgang miteinander. Das mag selbstverständlich klingen, dennoch soll die Gestaltung des digitalen Raums bewusster vollzogen werden. Aus diesem Grund sollte die vorliegende Netiquette Anlass sein, darüber nachzudenken, wie wir lernen und wie wir miteinander umgehen wollen, gerade auch im Internet.

#### Empfehlungen für gelungene Zoom-Meetings

1. Pünktlichkeit: Trete der Besprechung rechtzeitig oder ein paar Minuten früher bei, um Verzögerungen oder Unterbrechungen zu vermeiden.
2. Kleidung: Kleide Dich angemessen: Kleide dich so, wie Du es für ein persönliches Treffen tun würdest, sofern nicht anders angegeben.
3. Arbeitsplatz: Sucht Euch einen möglichst ruhigen Arbeitsplatz und schaltet potentielle Stör- und Geräuschquellen aus (Smartphone auf lautlos, Radio ausschalten etc.)
4. Internetverbindung: Beachtet vor der Teilnahme, dass keine Downloads oder Streams die Internetverbindung zusätzlich auslasten. Bittet eventuell Familienmitglieder oder Mitbewohnerinnen und Mitbewohner, etwaige Aktivitäten für die Dauer des Zoom-Meetings einzustellen. Falls möglich, verbindet Euer Gerät mit einem LAN-Kabel anstelle des WLAN-Netzes für eine stabilere Verbindung.
5. Kamera & Mikrofon & Hintergrund: Testet vorab Eure Kamera und Mikrofon. Unter folgendem Link findet ihr alle Informationen, um die Video- und Audiofunktionen in einem Test-Meeting zu überprüfen: [Zoom-Test](#). Falls ihr Eure Video- und Audioqualität verbessern möchtet, nutzt eine externe Webcam oder ein Headset. **Wir bitten Euch, nach Möglichkeit Eure Kamera zu aktivieren.** Ein entscheidender Nachteil virtueller Meetings ist das Fehlen des persönliche Kontakts. Wenn alle Teilnehmenden eines Online-Meetings die Kamera aktivieren, können immerhin Gestik und Mimik des Gegenübers gesehen werden. Zoom bietet zudem die Möglichkeit, einen virtuellen Hintergrund zu nutzen, um keinen Einblick in private Räumlichkeiten zu ermöglichen. Alle Informationen zum virtuellen Hintergrund findet ihr unter folgendem Link: [Zoom-Virtueller Hintergrund](#). Das Mikrofon sollte so lange stummgeschaltet sein, bis ihr einen Redebeitrag leistet. Sollte es während des Meetings allerdings zu Verbindungsproblemen für alle Teilnehmenden kommen, dann kann es daran liegen, dass zu viele Videostreams gleichzeitig aktiv sind. Deaktiviert in diesem Fall bitte

die Kamera und aktiviert sie nur dann, wenn ihr einen Redebeitrag leistet. So können Trainer zumindest die sprechenden Personen sehen.

6. Anzeigename & Profilbild: Wenn ihr die Zoom App / Desktop Anwendung installiert oder dem ersten Meeting per Einladungslink betretet, werdet ihr nach einem Namen gefragt. Wählt hier bitte Euren richtigen Namen aus. Nur so kann sichergestellt werden, dass ihr in den Online-Meetings identifiziert werden könnt. Es steht Euch außerdem frei, ein Profilbild bei Zoom zu hinterlegen, wenn ihr Euch einen Zoom Account einrichtet.
7. Feedback ohne Worte: Zoom bietet die Möglichkeit, Feedback zu geben, ohne dass ihr Euch per Kamera oder Mikrofon bemerkbar machen müsst. In der Desktopanwendung von Zoom findet ihr diese Symbolleiste im Teilnehmerfenster. Wenn Euch dieses Fenster nicht standardmäßig angezeigt wird, klickt am unteren Bildschirmrand auf den Button „Teilnehmer“. Bitte nutzt diese Möglichkeit des Feedbacks für Rückmeldungen und habt Verständnis dafür, wenn z.B. Trainer nicht sofort auf das Feedback reagieren. Während des Präsentierens ist es nicht leicht, alle Fenster stets im Blick zu haben.
8. Aufzeichnung des Meetings: Als Teilnehmende habt ihr kein Recht dazu, das Meeting über Zoom oder andere Screen-Recorder aufzuzeichnen. Ein Verstoß gegen diese Bestimmung ist eine Verletzung des Persönlichkeits- und Urheberrechts.
9. Technische Probleme & Verbindungsabbrüche: Sollte es bei Euch zu technischen Problemen (z.B. Audioprobleme, eingefrorenes Bild) kommen, dann nutzt zuerst den Zoom Text-Chat, um ohne Störung des Online-Meetings zu erfragen, ob diese Probleme auch bei anderen Teilnehmenden auftreten. Wenn dies der Fall ist, meldet das bitte auf dem gleichen Weg den Trainern. Wenn die Probleme nur bei Euch auftreten, stellt sicher, dass Eure Internetverbindung nicht anderweitig ausgelastet ist (z.B. Downloads oder Streaming-Dienste). Oftmals hilft auch ein Verlassen und erneutes Beitreten des Online-Meetings.
10. Zoom Text Chat: Ihr könnt Fragen, Anmerkungen oder Nachrichten an alle oder gezielt nur an einzelne Teilnehmende (private Nachricht) senden. Beachtet, dass Nachrichten im Chat im Protokoll gespeichert werden können. Vermeidet im Chat Nachrichten, die ablenken könnten oder keinen Themenbezug haben.
11. Bildschirmfreigabe: Zoom ermöglicht während der Konferenz die Freigabe eines Fensters (mit dem relevanten Dokument). Öffnet die

relevanten Dokumente vor der Videokonferenz. Beachtet auch, dass Zoom die Bandbreite ausrichtet und das geteilte Fenster priorisiert, was sich negativ auf die Übertragungsqualität der anderen Nutzenden auswirken kann. Gebt deshalb nur so lange Euer Fenster frei, wie es notwendig ist.

12. Vermeide Multitasking: Widme Dich voll und ganz dem Meeting und beteilige Dich nicht an anderen Aktivitäten oder dem Surfen im Internet.
13. Halte Blickkontakt: Schau in die Webcam anstelle des Bildschirms, wenn Du sprichst oder zuhörst, um ein Gefühl von Engagement zu vermitteln.
14. Sprich klar und prägnant: Formuliere Deine Gedanken deutlich und unterbrich andere nicht. Sprich in einem moderaten Tempo, damit alle folgen können.
15. Sei respektvoll und inklusiv: Behandle alle Teilnehmer höflich und respektvoll und gib jedem die Möglichkeit zu sprechen und seine Meinung zu äußern.
16. Vermeide das Essen während des Meetings: Es ist am besten, Mahlzeiten oder Snacks vor oder nach dem Meeting einzunehmen, um Professionalität zu wahren.
17. Befolge die Meeting-Richtlinien: Halte Dich an spezifische Richtlinien oder Protokolle, die vom Organisator des Meetings festgelegt wurden.
18. Bleibe engagiert: Nimm aktiv am Meeting teil, indem Du aufmerksam zuhörst, Ideen einbringst und bei Bedarf Fragen stellst.
19. Respektiere die Privatsphäre des Meetings: Vermeide es, vertrauliche oder sensible Informationen, die während des Meetings besprochen wurden, an unbefugte Personen weiterzugeben.
20. Verabschiede dich höflich: Bedanke Dich und sage "Tschüss".

## Badges

Regeln zur Erlangung eines Badges

Badges werden am Ende einer Lerneinheit verteilt. Eine Lerneinheit besteht aus einem Webinar und den zwei Wochen danach, bis einschließlich Donnerstag vor dem nächsten Webinar. Leistungen in dieser Zeit werden zusammengerechnet und im anschließenden nächsten Webinar honoriert. Platz eins bekommt das Best Breast Badge. Nachfolgend findet ihr das Punktesystem, nach dem wir die Vergabe des Badges berechnen:

- Hochladen oder Heraussuchen von Lernmaterial, das der Community of Practice zu Gute kommt, wie zum Beispiel Vorher-Nachher-Bilder, Bilder, Videos, Buchbeiträgen, Studien, etc. (10 Punkte pro Lerninhalt)
- Teilnahme in Moodle an Aufgaben im Eigenstudium wie “Häufige Fragen”, “Kriterien für die Implantatwahl”, oder Aufgaben im Peer-Review Verfahren. (20 Punkte pro Aufgabe)
- Aufgaben oder Beiträge in der Siilo Gruppe, die sich mit einem Brust-Thema befassen. (5 Punkte)
- Besondere Leistungen, die allen zugutekommen, werden mit 5-20 Punkten belohnt.
- Arbeit am Skript 10-40 Punkte, je nach Aufwand.

Am Ende des Kurses berechnen wir für den Gesamtsieg alle Punkte zusammen und verleihen folgende Preise:

1. Platz: Gutschein über 500,00 Euro
2. Platz: Gutschein über 300,00 Euro
3. Platz: Gutschein über 100,00 Euro

### **Einlösen des Gutscheins**

Der Gutschein kann auf noch nicht bezahlte Kurse angewendet werden. Aus organisatorischen Gründen kann ein Gutschein nur auf einen Kurs oder Leistung angewendet werden.

Anhänge:

# Fragebogen für die Buddy-Einteilung

## Kurs: Breast Next

Liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,  
Um euch im Buddy-System optimal zusammenzubringen, benötigen wir ein paar Informationen. Dieser Fragebogen hilft uns, Gemeinsamkeiten – beruflich, geografisch oder persönlich – zu finden, damit ihr schnell ein starkes Team bildet. (Keine Sorge, es dauert nur 5 Minuten!) Die Angaben behandeln wir vertraulich und nutzen sie ausschließlich für die Buddy-Einteilung. Ich hoffe, ihr seid genauso gespannt wie ich, wer euer Lernpartner wird!

Bitte füllt den Fragebogen bis [Datum] aus und sendet ihn an [E-Mail-Adresse]. Bei Fragen meldet euch gern – wir wollen, dass ihr euch von Anfang an wohlfühlt.

## 1. Persönliche Daten

- **Name:**
- **E-Mail-Adresse:**
- **Telefonnummer** (optional, für kurzfristige Rückfragen):

## 2. Beruflicher Hintergrund

- **Arbeitsort:** Wo seid ihr tätig? (z. B. Krankenhaus, Klinik, Praxis – bitte Name und Stadt angeben)  
Beispiel: „Klinikum München, München“
- **Spezialisierung:** Welche Erfahrungen bringt ihr in der ästhetischen Chirurgie mit? (z. B. Botox, Filler, Brustvergrößerung, andere Techniken)
- **Berufserfahrung:** Wie lange seid ihr in der ästhetischen Chirurgie tätig?
  - Weniger als 1 Jahr
  - 1–3 Jahre
  - Über 3 Jahre

## 3. Geografische Informationen

- **Wohnort:** In welcher Stadt oder Region lebt ihr?  
Beispiel: „Hamburg“ oder „Umgebung Stuttgart“
- **Arbeitsregion:** Falls unterschiedlich vom Wohnort, wo arbeitet ihr?

## 4. Persönliche Informationen

- **Familiensituation:** (optional) Habt ihr Kinder oder andere relevante Lebensumstände, die für die Einteilung hilfreich sein könnten?  
Beispiel: „Zwei Kinder, 5 und 7 Jahre“
- **Hobbys/Interessen:** (optional) Was macht ihr gern in eurer Freizeit?  
Beispiel: „Reisen, Yoga, Kochen“
- **Besondere Anknüpfungspunkte:** Gibt es etwas, das euch mit einem Buddy verbinden könnte? (z. B. gemeinsame Interessen, Lebensstil)

## 5. Lernziele und Präferenzen

- **Ziele im Kurs:** Was wollt ihr besonders lernen oder vertiefen?  
Beispiel: „Sicherheit bei Filler-Injektionen“ oder „Behandlung tubulärer Brüste“
- **Präferenzen für den Buddy:** (optional) Gibt es etwas, das euch bei der Zusammenarbeit wichtig ist?  
Beispiel: „Jemand mit ähnlicher Erfahrung“ oder „Jemand aus meiner Region“

## 6. Sonstiges

- **Anmerkungen:** Habt ihr weitere Wünsche oder Hinweise für die Einteilung?
- **Feedback zum Fragebogen:** (optional) War etwas unklar? (Ich frage, weil ich den Prozess immer verbessern will!)

### Vielen Dank für eure Zeit!

Mit diesen Informationen stellen wir Teams zusammen, die nicht nur fachlich, sondern auch menschlich harmonieren. Wir teilen euch am ersten Kurstag mit, wer euer Buddy ist, und erklären, warum wir euch zusammengebracht haben. Bis dahin – ich freue mich auf euch!

Herzliche Grüße,  
Lars Kleining, Leiter PAAU-Akademie