

Themenüberblick

- **swissYPG Austauschabend Zürich**
- **Ausschreibung des Prix Junior**
- **pharmaSuisse Delegierten-
versammlung vom 28./29. Mai**
- **Fähigkeitsausweis FPH in pharma-
zeutischer Betreuung von Alters-
und Pflegeheimen**
- **Interview**



- **swissYPG-Austauschabend in Zü-
rich**

Liebe Mitglieder

Die Vorbereitungen für unser Symposium kommen gut voran. Die Referentinnen sind alle bestimmt und es folgen bald die Besprechungen zum konkreten Inhalt der Vorträge. Das Symposium wurde kürzlich von der FPH Offizin akkreditiert und wird mit 25 FPH-Punkten belohnt. Nota bene ist der Besuch des Seminars für YPG-Mitglieder gratis. Haltet euch also den 21. November in der Agenda frei! Wir freuen uns auf viele anwesende Mitglieder.

Euer Vorstand swissYPG

Der zweite swissYPG Austauschabend wurde von der ZAP (Zukunft Apotheker und Pharmazeuten) in Zürich organisiert. Wir fanden uns im sympathischen Lokal Hin&Weg ein, fünf Minuten von den Gleisen des HB entfernt. Jacqueline Bezençon und Fabienne Böni von swissYPG wurden von einer grossen Gruppe Studierenden empfangen, und schon wurde ausgetauscht was das Zeug hielt. Das Interesse über Themen, Arbeitsweisen und Dauer von Doktoraten war sehr gross für die Studierenden des 5. Jahreskurses. Die Semesterplanung und die Gepflogenheiten der Studierenden von Zürich und Basel wurden verglichen und es wurden Anekdoten aus dem Apothekenalltag erzählt. Die gute Stimmung hob an, als auch noch Nadja Stohler und Sandra Hofmann dazu stiessen. Mit diesen beiden Frauen kam eine geballte Ladung an Erfahrung bei uns an, die weitergegeben werden wollte. Nadja erzählte von ihren Jobs bei pharmaSuisse als Mitglied des Projektes Apotheker-Ärzte-Qualitätszirkel, in der Offizin und an der Uni Basel, wo sie Vorlesungen in Arzneimittelkenntnisse für die Studierenden im Assistenzjahr hält und „nebenbei“ in der Basel Pharmacoepidemiology Unit doktoriert. Sie forderte die Studierenden auf, das zu tun, was ihnen Spass mache und überzeugte sie, dass sie ihren Weg schon finden würden. Sandra, welche an der ETH Zürich doktoriert hatte, kam gerade von Holland zu Besuch, wo sie eine Stelle als Assistenzprofessorin am Departement für Bio-

medical Engineering an der Technischen Universität in Eindhoven innehat. Ausserdem leitet sie die Gruppe Skeletal Tissue Engineering Group, Institute for Biomechanics, ETH Zürich. Sandra und Nadja plauderten aus dem Nähkästchen und erzählten gerne und offen aus Ihrem Erfahrungsschatz.

In diesem Sinne kann man wirklich sagen, dass ein reger Austausch stattgefunden hat. Wir würden uns für die kommenden Austauschabenden sehr über die Teilnahme von noch mehr swissYPG KollegInnen freuen!

NICHT VERPASSEN! Der nächste Austauschabend findet im September in Lausanne statt. Das genaue Datum und den Ort werden wir euch wie immer per Mail schicken.
fabienne.boeni@unibas.ch

→ Ausschreibung des Prix Junior

SwissYPG setzt ihre Unterstützung für die Forschungsprojekte junger Apotheker fort. Auch dieses Jahr nehmen wir an der Organisation und Verleihung des Prix Junior für die Arbeit eines „Junior-Pharmazeuten“ teil.

Der Preis wird anlässlich des GSASA-Kongresses verliehen, der am 28. und 29. November in Montreux stattfindet. Eine Forschungsarbeit wird unter denjenigen, die von der Jury vorgestellt werden, ausgewählt. Folgendes sind die Bedingungen: Der Autor muss (1) ein Student (Masterarbeit in Pharmazie), (2) ein universitärer Assistent (Doktorarbeit in einem pharmazeutischen Gebiet oder MAS in Spitalpharmazie) oder ein Apotheker in Weiterbildung zum FPH (Diplomarbeit) sein.

Die swissYPG will mit diesem Preis junge Apotheker auf dem Gebiet der Forschung auszeichnen. Die Finanzierung und Organisation wird dank der Unterstützung der Pharmafirma Mepha ermöglicht.

Zur Abgabe der Abstracts findet ihr Informationen auf www.gsasa.ch

Viel Glück allen Teilnehmenden!
marielaure.weibel@phel.ch



→ pharmaSuisse Delegiertenversammlung von 28./29. Mai

An der zweiten DV des Jahres wurden zahlreiche Entscheidungen gefällt. Da sich unmöglich alle Themen aufzählen lassen, haben wir hier die relevantesten Themen zusammengestellt.

Die Schweizerische Gesellschaft für pharmazeutische Wissenschaften (SGPhW) wurde als neues Kollektivmitglied von pharmaSuisse aufgenommen. Gerrit Borchard von der Uni Genf, der die Gesellschaft neuerdings präsidiert, wies auch auf den alljährlich stattfindenden Swiss Pharma Science Day hin, der heuer am 28. August im Langhans-Auditorium in Bern stattfinden wird.

Für einige Diskussionen sorgte der Antrag des Vorstandes, die Bedingungen abklären zu dürfen, unter welchen die Führung eines FPH-Titels in Offizinpharmazie für die Abrechnung mit den Krankenkassen obligatorisch werden könnte. Mehrere Delegierte gaben zu bedenken, dass ein Obligatorium den Krankenkassen mehr Macht zukommen lassen würde und dass es grundsätzlich eine sehr grosse Hürde ist, um überhaupt noch die Verwaltung einer Apotheke zu übernehmen. Gegenredner wiesen auf die aktuelle Tendenz hin, dass unter anderem schon im Tessin lieber billige, ausländische Apotheker angestellt werden, welche die schweizerische Gesetzes- und Arzneimittellandschaft nicht kennen. Auch die Fremdbesitzer von Apotheken, insbesondere von grossen ausländischen Ketten, hätten kein Interesse an qualitativ hochwertig ausgebildeten Apothekern, sondern in erster Linie an Profitmaximierung. Damit drohe dem Apotheker langfristig die finanzielle und standesmässige Abwertung zur Nebenfigur am Rx-Fenster in einem riesigen Shop, wie das heute schon in den Ketten-Apotheken der USA der Fall ist. Für die Sicherung der beruflichen Zukunft sei die Besetzung der Nische „Qualität“ daher zwingend. Ausserdem war der Grundgedanke bei der Entwicklung des FPH-Titels, einen dem FMH bei den Medizinern äquivalenten Titel zu schaffen, der dem Apotheker auch zu mehr Verantwortungskompetenzen verhelfen sollte. Zuletzt mahnte eine Rednerin, dass es un-

fair gegenüber den FPH-Absolventen sei, wenn die langwierige Ausbildung nicht auch durch einen beruflichen Mehrwert belohnt wird. Der Vorstand betonte zudem, dass es hier erst um interne Vorabklärungen geht, die noch keine definitive Entscheidung bedeutet. Die Mehrheit liess sich von diesem Argument überzeugen und stimmte dem Antrag zu.

In einem weiteren Antrag bat der Vorstand um die Erarbeitung eines Projekts, das auf Netcare basieren soll und den Fokus auf die Zusammenarbeit mit Ärzten der FMCH legt. FMCH vertritt 16 invasiv-chirurgisch tätige Facharztverbände (z.B. Gynäkologen, Angiologen und Handchirurgen). Das ausgeweitete Projekt soll nach der Triage in der Apotheke die direkte Weiterweisung an diese Fachärzte ermöglichen. Auf die Frage, warum man ausgerechnet auf diese Ärztegruppe zugehe, antwortete der Vorstand, dies ergebe sich aus bestehenden guten Kontakten und den vielversprechenden Ergebnissen des bisherigen Netcare-Projekts. Daher stimmte die DV dem Antrag zu.

Die Einführung pharmazeutischer Dienstleistungen, insbesondere des Polymedikationschecks, offenbarte die grosse Schwierigkeit für Apotheker, diese Art von Leistung im Betrieb zu etablieren. Der Vorstand beantragte daher die Schaffung einer Coaching-Stelle im Verband, die von den Kantonen im frei wählbaren Rahmen für Schulungen gebucht werden kann. Die Kosten übernehmen dabei die Kantone. Die Idee fand grosse Zustimmung und wurde entsprechend mit grossem Mehr angenommen.

Nachdem pharmaSuisse vor mehreren Monate die Kandidatensuche für das Verbandspräsidium eröffnet hatte, ersuchten Delegierte aus mehreren Kantonen, dass für dieses Amt ein detailliertes Stellenprofil erstellt und eine Findungskommission gebildet würde, um möglichst viele geeignete Kandidaten zur Wahl stellen zu können. Dominique Jordan und der Vorstand lehnten diesen Antrag grundsätzlich ab, da sie nicht als „Königsmacher“ auftreten möchten. Ein Stellenprofil sei auch nur bedingt aussagekräftig, da der Präsident letztlich selbst bestimmen wird, welche Aufgaben er selbst übernehmen will und welche er eventuell an einen Geschäftsführer delegieren will. Auch Fragen über den Lohn oder das ungefähre Arbeitspensum blieben damit unbeantwortet. Nach einer hitzigen Diskussion zogen diese Delegierten den Antrag zurück und stellten sich dafür ihrerseits als Ansprechpersonen für poten-

tielle Kandidaten zur Verfügung. Fabian Vaucher deponierte indes unter Applaus der Anwesenden seine Kandidatur beim Vorstand.

Die vom Bundesrat geschaffene Stelle eHealth Suisse möchte die Grundlagen bereitstellen, um das elektronische Patientendossier flächendeckend in der Schweiz einzuführen und die bereits kantonal geführten Projekte miteinander zu verbinden. PharmaSuisse wurde hierzu angefragt, die Gestaltung des Bereichs eMedikation zu übernehmen, während beispielsweise die FMH den eSpitalaustritt gestalten wird. Dies ist eine wichtige Gelegenheit für die Apotheker, in der eHealth-Strategie des Bundes mitzuarbeiten, zumal heute schon 99% der Apotheken informatisiert sind. Der Antrag auf Bildung einer entsprechenden Arbeitsgruppe wurde daher ohne Diskussion gutgeheissen. Wie bei vielen gesundheitspolitischen Vorgängen liegt auch hier die Hauptverantwortung auf Ebene der Kantone. Darum sucht pharmaSuisse für jeden Kanton einen eHealth-Verantwortlichen. Gewiss ist das auch für junge Apotheker eine Möglichkeit, sich zu engagieren. Diese sollten daher am Kantonalverband direkt beteiligt sein, um effizient beraten und umsetzen zu können.

Die DV wurde darüber informiert, dass nachdem die Anerkennung der FPH-Titel Offizin und Spital durch den Bund in der Verordnung zum MedBG verankert ist, die Akkreditierung dieser Weiterbildungsgänge unmittelbar vor der Unterzeichnung beim Bundesrat steht. Bald umzusetzende Auflagen bestehen in der genaueren Definition der Pflichtinhalte für die Weiterbildung Spital. Offene Fragen hinterlässt die Auflage, dass die Apotheken als Weiterbildungsstätten für den FPH anerkannt werden müssen. Wie und durch welches Gremium dies erfolgen soll, ist zurzeit in Abklärung.

Für die Kurse zu Impfung und Injektionstechniken liegen 2013 erst etwa 70 Anmeldungen vor. Neu ist, dass für den Impfkurs der Erwerb einer viavac-Lizenz zwingend ist, da damit intensiv während des Kurses gearbeitet wird. Für angestellte Apotheker bedeutet dies, dass sie ihren Arbeitgeber zur Installation von viavac in der Apotheke bewegen müssen.

Unter Meldungen der Kollektivmitglieder informierte auch swissYPG über den Stand des Symposiums im November. Auch die aseph machte Werbung für das World Health Students Sympo-

sium (WHSS), welches in der zweiten Septemberwoche stattfindet. Etwa 300 Studierende aus den Bereichen Medizin, Pharmazie, Pflegewissenschaften und Physiotherapie werden teilnehmen. SwissYPG wird dabei die Jury für den Poster-Wettbewerb organisieren.

Der Vorstand sieht für den Herbst 2013 das Thema Grippeimpfung als Hauptmotiv der Kampagne vor. Angestrebt wird neben der Impfberatung auch die Möglichkeit des Impfkafes, wo es die Kantonsbehörden erlauben. Im selben Sinne, dass nur unter Einbezug der Apotheker und Apotheken genügende Impfquote in der Bevölkerung bei Bedarf erreicht werden können, unterstützt pharmaSuisse das Epidemienengesetzes, über welches am 22. September wegen Referendum abgestimmt wird. Ein Antrag auf Ausarbeitung der Kampagne 2013 wurde gutgeheissen. Für 2014 soll die Impfkampagne dann auf die Thematik der Masern verlegt werden, wofür das BAG eine Kampagne vorbereitet. Ausserdem wird über die Ausweitung der bisher regional durchgeführten Nierenkampagne nachgedacht. Weiter werden für 2014 die Themen Darmkrebs und Blutzuckermessungen (Diabetes- Früherkennung) in der Apotheke für Kampagnen geprüft.

Den Delegierten wurden die Anliegen und politischen Aktionen von pharmaSuisse in Rahmen der laufenden HMG-Revision vorgestellt. Hauptziele sind eine bessere Ausnützung der Kompetenzen der Apotheker und Infrastrukturen der Apotheken im Rahmen der medizinischen Grundversorgung, Verstärkung der Patientenrechte beim Arzneimittelbezug, gleiche Auflagen an Apotheker und SD-Ärzte sowie Bekämpfung der Fehlanreize und Korruption.

Für die Arbeit der Qualitätszirkel hat man sich mit den Krankenkassen auf eine Abgeltung für den Apotheker geeinigt. Unter bestimmten Bedingungen (mind. 5 Ärzte, mind. drei Treffen pro Jahr) wird eine rückwirkende Zahlung von Fr. 16'000 pro Jahr getätigt. Die Mittel stammen aus dem paritätischen Fonds zwischen pharmaSuisse und den Krankenkassen, der aus dem Effizienzbeitrag der Apotheken gespeist wird. Zudem wird über Benchmarks, sprich quantitative Grenzen der Einsparung, diskutiert, für welche zusätzliche Entschädigungen gesprochen werden können.

Das Studienkonzept für die netCare-Studie wurde den Ethikkommissionen in den Kantonen zur Genehmigung vorgelegt. Bisher wurden über 2000

Algorithmen in den Apotheken abgeklärt, wovon etwa die Hälfte Harnwegsinfekte und ein Viertel Konjunktivitis betreffen. 70% der Fälle konnten durch den Apotheker alleine abschliessend behandelt werden.

Die E-Learning-Plattform Pharmacademy für die Qualitätszirkel-Kurse läuft nun seit März und in Kürze wird der zweite Kurs aufgeschaltet. Die Gestaltungsmöglichkeiten werden als sehr positiv bewertet, sodass die Kurse attraktiv und ansprechend sind. Man werde die technischen Möglichkeiten noch besser auszureizen versuchen.

Diese DV zeigt, dass eine Reihe von Projekten, die von pharmaSuisse teils schon vor langer Zeit erarbeitet hat, ihre Wirkung entfalten und damit die Zukunft des Berufs festigen. Nun liegt es aber auch an uns, diese Werkzeuge und Möglichkeiten mit in die Praxis zu nehmen und für den Patienten spürbar umzusetzen. Nur so wird sich die öffentliche Wahrnehmung der Apothekerinnen und Apotheker nachhaltig verbessern.
florian.sarkar@bluewin.ch

→ **Fähigkeitsausweis FPH in pharmazeutischer Betreuung von Alters- und Pflegeheimen.**

Angesichts der höheren Lebenserwartung und der steigenden Zahl von Patienten mit Polymedikation, welche auch die Alters- und Pflegeheime betreffen, müssen diese Institutionen mit der zunehmenden Komplexität der Pharmakotherapie, steigenden Kosten und den verschiedenen therapiebezogenen Risiken zurecht kommen.

Um daher der steigenden Nachfrage der kantonalen Gesundheitsdirektionen nach Kostendämmung und Sicherstellung der Qualität im Medikamentengebrauch zu begegnen, setzt sich die pharmazeutische Betreuung allmählich durch als Reformprojekt für eine nie da gewesene Kostentransparenz, Qualität der Verschreibung und des Medikamentengebrauchs in der Institution sowie die Entwicklung der Zusammenarbeit mit den Ärzten und dem Pflegepersonal, welches in der Umgebung des Bewohners arbeitet.

In der Ausbildung zum Fähigkeitsausweis FPH in pharmazeutischer Betreuung von Alters- und Pflegeheimen erwirbt man spezifische Kenntnisse und Fähigkeiten:

- Pharmazeutische Kompetenzen (Insbesondere Care Management und Risikomanagement)
- Kompetenzen in öffentlicher Gesundheit
- Management-Kompetenzen
- Persönliche Kompetenzen (z. B. Kommunikation, Leitung eines Qualitätszirkels).

Struktur

Die Weiterbildung wendet sich an Apotheker mit eidgenössischem oder vom BAG anerkannten ausländischen Diplom. Vorkenntnisse in Arbeitstechniken (Insbesondere Leitung von Gruppen) und Informatik (Microsoft Excel) sind erwünscht.

Der sich weiterbildende Apotheker muss während der Weiterbildung eine Pflegeeinrichtung betreuen, welche, soweit vorhanden, zur Versorgung über eine eigene Apotheke oder einen dispensierenden Arzt verfügt.

Die Weiterbildung wird parallel begleitet von praktischen Übungen in der Funktion des verantwortlichen Apothekers einer Institution. Sie dauert zwischen einem und fünf Jahren.

Komponenten der Weiterbildung

Die Weiterbildung in pharmazeutischer Betreuung von Alters- und Pflegeheimen enthält folgende Elemente (Eine akademische Stunde = 45 Minuten).

- Theoretischer Kurs in Gruppen 25 h (3 Tage)
- Persönliche theoretische Arbeit 10.7 h
- Persönliche praktische Arbeit > 240 h (In 1-5 Jahren)
- Diplomarbeit > 80 h (In einem Zeitraum von 1-5 Jahren)

Um die erforderlichen Kompetenzen in pharmazeutischer Betreuung vollständig zu erwerben, muss auch der komplette Kurs Qualitätszirkel Arzt-Apotheker absolviert werden.

Leistungsbestätigung des theoretischen Teils

Der theoretische Teil des Kurses wird gilt als bestanden, sobald der Teilnehmer für seine persönliche Arbeit über die Aufarbeitung der Daten und die statistische Auswertung der relativen Angaben zum Medikamentengebrauch im Heim als erfolgreich bewertet wird. Der Apotheker wird auch im Hinblick auf seine Fähigkeit beurteilt, Graphiken auszuarbeiten und Ergebnisse auszuwerten sowie zu präsentieren.

Leistungsbestätigung des persönlichen praktischen Teils

Der persönliche praktische Teil des Kurses wird durch ein Testat der beruflichen Praxisarbeit bestätigt, welches von der Institution unterzeichnet wird. Dieser Teil muss im Mindesten die Art der vom Teilnehmer übernommenen Tätigkeiten (z.B. Anstellungsvertrag oder Pflichtenheft.) sowie die Dauer der Anstellung beschreiben.

Diplomarbeit

Um den Fähigkeitsausweis FPH in pharmazeutischer Betreuung von Alters- und Pflegeheimen zu erlangen, muss die Diplomarbeit vom zuständigen Gremium akzeptiert werden. Sie setzt sich aus einem Jahresbericht der pharmazeutischen Betreuung in der Institution sowie einer Medikamentenliste des Heims oder einer statistischen Erfassung der im Heim gebrauchten Medikamente zusammen.

Das Anmeldeformular, die Preise und die detaillierten Informationen sind auf der Homepage von pharmaSuisse verfügbar.

(www.pharmasuisse.org → Bildung → Apothekerweiterbildung FPH → Fähigkeitsausweise).

¹Berichte des Bundesamts für Gesundheit, 2011-12

mjzeukeng@gmail.com

→ Interview

Interview mit Damien Cateau, Apotheker FPH in pharmazeutischer Betreuung von Alters- und Pflegeheimen

Damien Cateau hat sein Pharmaziestudium 2008 an der Universität Genf abgeschlossen. Die Weiterbildung zum Fähigkeitsausweis hat er 2011 in Lausanne absolviert.

swissYPG: *Was war deine Motivation für diese Weiterbildung ?*

Die Apotheke, in der ich arbeite, belieferte seit vielen Jahren zwei Pflegeeinrichtungen, jedoch ohne eine stärkere Zusammenarbeit zu entwickeln. Als das Waadtländer Projekt der Qualitätszirkel in Pflegeheimen lanciert wurde, haben wir die Gelegenheit wahrgenommen und es hat sich natürlich ergeben, dass ich mich auf diesem Gebiet weiterbilde.

swissYPG: *Wie läuft eine Sitzung in deinem Qualitätszirkel normalerweise ab?*

Generell läuft es sehr gut! Wir diskutieren zuerst die Verschreibungsstatistiken der behandelten Stoffklasse und streichen heraus, was uns als gute Praxis erscheint und welche Punkte wir diskutieren möchten. Danach gibt es eine Präsentation des wissenschaftlichen Inhalts, meist auf Basis der QZ-Kurse von pharmaSuisse. Am Schluss wird der wichtigste Teil in einem Konsens formuliert, bei welchem man auch versucht, die Ärzte und Pflegerinnen einzubeziehen, da letztlich das Pflegepersonal an erster Stelle bei der Verabreichung der Behandlungen steht.

Die Anwesenheit der Krankenpflege bei den Sitzungen ist übrigens eine wirkliche Bereicherung im Vergleich zu einer „normalen“ QZ-Sitzung, da in der Regel weder Ärzte noch Apotheker die Therapien verabreichen. Sie sind hierbei an vorderster Front.

swissYPG: *Was waren deine Eindrücke bei deiner ersten Leitung des Qualitätszirkels?*

Ich hatte totale Panik, eine Sitzung mit Ärzten zu leiten! Glücklicherweise war ich an jenem Tag nicht der einzige Apotheker und alles lief ohne Probleme. Ich merkte, dass ich trotz meiner geringen Erfahrung den Ärzten und Pflegenden etwas zu sagen hatte.

swissYPG: *Wie organisierst du die Erstellung des Jahresberichts?*

Ich habe das Glück, unter der Woche Zeit « ausser Dienst » zur Verfügung zu haben; in diesen Momenten komme ich am besten vorwärts. Normalerweise beginne ich ganz am Anfang des Jahres mit der Sammlung der Daten und der statistischen Analyse. Dann erstelle ich für jede Substanzklasse eine Übersicht und notiere die weiter zu entwickelnden Punkte, was mir ein Grundgerüst für den Bericht mit Verweisen, Fragen, Themen usw. gibt. Erst dann beginne ich mit der eigentlichen Redaktion, welche bloss noch ein oder zwei Tage in Anspruch nimmt, wenn man erst einmal weiss, was man sagen möchte. Zuletzt versuche ich, den Bericht von ein oder zwei Personen kritisch gegenlesen zu lassen.

swissYPG: *Ist es wirklich sinnvoll, diese Weiterbildung zu machen, wenn man als junger Apotheker weder Besitzer noch Verwalter ist und die Apotheke womöglich nicht ein Heim mit Medikamenten beliefert?*

Ich denke im Gegenteil, dass Jugend ein Trumpf ist für diese Weiterbildung: Frisch aus der Uni entlassen, haben wir noch unsere ganze Pharmakologie und analytischen Reflexe im Kopf! Hat man allerdings keine Möglichkeit, sie sofort in einem Heim in die Praxis umzusetzen, bleibt der Kurs theoretisch und bringt nicht viel, im Gegensatz zur Weiterbildung zu den Qualitätszirkeln von pharmaSuisse, welche eine exzellente Fortbildung darstellen.

swissYPG: *Arbeitest du heute noch auf dem Gebiet der pharmazeutischen Betreuung?*

Ja, ich bin heute verantwortlich für die pharmazeutische Betreuung zweier Pflegeheime in der Region Nyon.

swissYPG: *Welchen Rat gibst du jungen Apothekerinnen und Apothekern, die sich gerne in diesem Gebiet spezialisieren würden?*

Das wichtigste ist die Praxis! Ideal wäre es, eine Apotheke zu finden, welche eng mit einem Pflegeheim arbeitet, wenn möglich Teil eines Qualitätszirkels ist, und damit zu beginnen, seine eigenen Ideen einzubringen in das, was vor sich geht. Einen Qualitätszirkel aufzubauen oder in einem bereits existierenden Zirkel mitzumachen ist natürlich die beste Art, sich weiterzubilden. mjzeukeng@gmail.com

