

## „Endo Spring Break“-Ease

Als erfahrene Zahnärztin, die sich seit vielen Jahren intensiv mit dem Thema Wurzelbehandlung auseinandersetzt, dachte ich, ich wüsste genau, was eine gute Fortbildung ausmacht. Doch der „Endo Spring Break“ hat meine Erwartungen in vielerlei Hinsicht übertroffen, und die Gründe dafür liegen klar auf der Hand: Es waren die Leidenschaft und Leichtigkeit, die mich dort erwarteten, gepaart mit einer perfekten Organisation.

Ein Highlight war bereits die Teilnehmerliste, die uns einige Tage vor Beginn der Veranstaltung zugeschickt wurde. Dadurch konnten wir uns schon im Voraus auf das Wiedersehen freuen. Auch die Organisation der Fahrt vom Flughafen zum Hotel durch Marion Becht war bemerkenswert. Sie hatte die Ankunftszeiten verglichen und Teilnehmerpaare oder Teams gebildet, die gemeinsam die Fahrt antreten konnten. Das vermittelte mir das Gefühl, wirklich geschätzt zu werden.

Die Location war ein weiterer Pluspunkt. Das Hotel, umgeben von einer malerischen Bucht und den Bergen, war einfach traumhaft (Abb. 1). Doch nicht nur die Kulisse, sondern auch die Tatsache, dass die Veranstaltung auf einer Insel stattfand, trug dazu bei, dass man förmlich einen Neustart erlebte, sobald man das Flugzeug bestieg. Man ließ jegliche Planungen und Alltagsthemen hinter sich und war offen für neue Erfahrungen.

Die Gründe, die uns zur Fortbildung treiben, sind vielfältig: das Verlangen nach Wissen, das Bedürfnis nach Austausch mit Kolleginnen und Kollegen und die Suche nach neuen Ideen oder Bestätigung in dem, was wir tun. All dies lässt sich perfekt in dem nicht zu großen Kreis der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, weit weg von Zuhause, kalibrieren und erreichen.

Die Vorträge waren zweifellos auf dem höchsten internationalen Niveau, mit Referentinnen und Re-



**Abb. 1** Blick auf das Tagungshotel auf Mallorca.



**Abb. 2 und 3** Entspannte Atmosphäre beim Get-together und in der Mittagspause in der Sonne.

ferenten, die entweder auf dem letzten Kongress der European Society of Endodontology (ESE) oder im Düsseldorfer Master-Studiengang gesprochen hatten. Frau Prof. Dr. Tina Rödiger bot eine hervorragende kritische Bewertung der aktuellen Forschungsmethoden sowie der Möglichkeiten und Grenzen der orthograden Revisionen. Prof. Hagay Shemesh lieferte ebenso eine kritische Beurteilung der DVT-Diagnostik und des Erfolgs in der Endodontie. Dr. Tom Schloss sprach über mikrochirurgische Re-Operationen, während Dr. Gianluca Plotino sich detailliert mit Themen wie chemischer Aufbereitung und Strategien für optimale Restaurationen nach der Wurzelbehandlung auseinandersetzte.

Die Menge an Informationen und gesuchten Antworten wurde jedoch durch die kollegialen Gespräche weiter ausgebaut. Ganz genau wissen wir doch, dass das, was wir aus den Vorträgen mitnehmen, eine Sache ist, aber die Gespräche hinter den Kulissen oft genauso bereichernd sind. Es beeindruckte mich immer wieder, wie jede/r mit jeder/m sprach, da sich alle sympathisch fanden. Unabhängig vom Alter vereinten uns alle die Leidenschaft und eine gewisse Leichtigkeit in dem, was wir repräsentieren und worüber wir diskutierten.

Dr. Jürgen Wollner und der Vorstand des VDZE zeigten sich als herzliche Gastgeber, die sich aktiv unter die Teilnehmenden mischten und für eine angenehme Atmosphäre sorgten.

Die drei Tage auf Mallorca waren geprägt von Leidenschaft, Vertrauen, Offenheit und Engage-

ment. Die emotionale Verbundenheit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer und die entspannte Atmosphäre trugen dazu bei, dass ich mich sofort wohl und willkommen fühlte.

Emotionen sind ein wegweisendes Instrument, das uns hilft, Entscheidungen zu treffen, und wenn sie in einem solchen Ausmaß positiv sind, ist dies eine Bestätigung dafür, dass die Anmeldung ein guter Schritt in meinem endodontischen Universum war.

Ich kann nur allen Kolleginnen und Kollegen, die sich für Endodontie begeistern, empfehlen, den Spirit der entspannten Kombination aus Wissenschaft und Praxis selbst zu erleben – kurz die „Endo Spring Break“-Ease.\*

## Anreise zum „Endo Spring Break“ 2024 mit Zug und Schiff

Nachdem ich aus Umweltgründen jahrelang nicht zum „Spring Break“ geflogen bin, entschied ich mich dieses Jahr für eine Anreise mit Zug und Schiff. Auf dem Hinweg nahm ich am Mittwochmorgen um 7:00 Uhr den Zug von Frankfurt über Straßburg und Lyon nach Barcelona. Dort kam ich um 19:30 Uhr an. In Lyon hatte ich anderthalb Stunden Zeit zum Umsteigen, die ich nutzte, um außerhalb des Bahnhofs ein kleines Restaurant zu finden und dort etwas Leckeres zu essen. In Barcelona hatte ich genug Zeit, um 22:30 Uhr am Fähranleger für die nächtliche Überfahrt von Barcelona nach Palma de Mallor-

ca zu sein. Ich buchte eine Kabine für mich allein und konnte gut schlafen. Um 6:00 Uhr erreichten wir Palma bei Sonnenaufgang.

Ich hatte mich auf die lange Anreise eingestellt und konnte sie bereits als Teil meiner Auszeit von Praxis und Familie genießen. Da ich unter der Woche reiste, waren die Züge nicht überfüllt, was die lange Fahrt sehr entspannt machte. Zudem war es eine bewusste Entscheidung, dem Umweltaspekt Rechnung zu tragen, denn Flugreisen tragen erheblich zur Umweltbelastung bei. Insbesondere der CO<sub>2</sub>-Ausstoß in großer Höhe ist ein gravierendes Problem, dem ich durch meine Wahl der Anreisemittel entgegenzutreten wollte. Durch die langsamere Anreise konnte ich die Veränderung der Landschaft gut beobachten, besonders nach Lyon, wo sich die Landschaft stark verwandelte, und wir dann eine Weile entlang des Meeres fuhren. Im Gegensatz zu Flugreisen hatte ich dieses Mal ein besseres Gefühl

für die Entfernung und genoss die Reise viel mehr. Ein weiteres Highlight war das Einlaufen mit dem Schiff auf Mallorca bei Sonnenaufgang.

Nach dem Motto „Wartezeit ist geschenkte Zeit“ hatte ich während der Anreise 24 Stunden, die ich sehr gut für mich nutzen konnte.

Während des „Endo Spring Breaks“ hatte ich das Vergnügen, auf der Fortbildung liebe Kolleginnen und Kollegen zu treffen, inspirierende Vorträge zu hören und neben dem köstlichen Essen die außergewöhnlich herzliche und kollegiale Atmosphäre zu genießen. Auch die Rückreise verlief äußerst angenehm. Die Fähre legte tagsüber ab, was mir die Gelegenheit gab, eine Nacht in Barcelona zu verbringen und mir noch ein wenig Zeit zu nehmen, um die Schönheiten der Stadt zu erkunden.\*\*

\*Dr. Marta Siodmok, M.Sc., Berlin, und

\*\*ZA Daniel Reister, Frankfurt am Main

## Save the dates!

Die kommenden VDZE-Veranstaltungen 2024			
Fr.–Sa., 07.–08.06.2024	21. Jahrestagung/23. Endodontie Symposium, Berlin	Information und Anmeldung:	
Fr.–Sa., 13.–14.12.2024	7. Internationaler Kongress ÖGE/VDZE, Wien	Information und Anmeldung:	



Marta Siodmok



Daniel Reister

### Korrespondenzadresse:

Marion Becht  
 VDZE-Sekretariat  
 Weinstraße Süd 4, 67281 Kirchheim  
 Tel.: 0 63 59/30 87 87, Fax: 0 63 59/30 87 86  
 E-Mail: info@vdze.de

Der VDZE dankt den Autoren für Ihren Beitrag.