

Gut leben mit HAE

Kostenlos

Webinar für Menschen mit hereditärem Angioödem und ihre Angehörigen

SAMSTAG

**21. November
2026**

UHRZEIT

**10:00–11:30
Uhr**

WO

**Online via
Zoom**

Was ist HAE eigentlich genau? Wie gelingt der Alltag – auf Reisen, beim Sport, im Beruf? Und was hilft, wenn Stress zur Belastung wird? In diesem Webinar beantworten Expertinnen und Experten aus Deutschland und der Schweiz diese Fragen und nehmen sich Zeit für Ihre.

Das Programm auf einen Blick

Auftakt	Willkommen durch die drei Patientenorganisationen
ca. 20 Min.	HAE verstehen: Das Wichtigste auf einen Blick Dr. Andrina Neff, HOCH St. Gallen
ca. 25 Min.	Leben mit HAE: Aktiv, sicher, selbstbestimmt Kathrin Schön, Charité – Universitätsmedizin Berlin
ca. 25 Min.	Stress und HAE: Vermeiden, vorbereiten, lernen Felix Müller, Coach
Abschluss	Gemeinsame Diskussionsrunde mit allen Referierenden

Nach jedem Vortrag ist Zeit für Ihre Fragen über den Chat. Mehr zu den Beiträgen auf der Rückseite.



So nehmen Sie teil

Ohne Anmeldung: QR-Code scannen oder Link öffnen:

<https://us02web.zoom.us/j/84466801534?pwd=Sj96r2CEBH8dFHKnXp1b0Q2BKB8aDm.1>

Meeting-ID: **844 6680 1534** · Kenncode: **785270**

Die Veranstaltung wird aufgezeichnet und ist später unter www.youtube.com/@GutlebenmitHAE abrufbar.

Die Beiträge

1

HAE verstehen: Das Wichtigste auf einen Blick

Dr. Andrina Neff, HOCH St. Gallen · ca. 20 Min.

Was genau ist das hereditäre Angioödem, wodurch entstehen die Beschwerden und welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es heute? In dieser Einführung gibt Dr. Andrina Neff einen verständlichen Überblick über die wichtigsten Grundlagen von HAE. Ziel ist es, Betroffenen und Angehörigen ein besseres Verständnis der Erkrankung zu vermitteln und Sicherheit im Umgang mit HAE zu geben.

2

Leben mit HAE: Aktiv, sicher, selbstbestimmt

Kathrin Schön, Charité – Universitätsmedizin Berlin · ca. 25 Min.

Ein Leben mit hereditärem Angioödem bedeutet nicht, auf Reisen, Sport oder andere Aktivitäten verzichten zu müssen. In dieser praxisnahen Session gibt Kathrin Schön einen Überblick darüber, worauf Menschen mit HAE im alltäglichen Leben achten sollten und wie sie typische Herausforderungen erfolgreich meistern können. Anhand konkreter Beispiele werden Themen wie Reisen, Bewegung, Sport und persönliche Planung beleuchtet. Ziel ist es, Sicherheit zu vermitteln und Betroffene dabei zu unterstützen, ihr Leben mit HAE selbstbestimmt und aktiv zu gestalten.

3

Stress und HAE: Vermeiden, vorbereiten, lernen

Felix Müller, Coach · ca. 25 Min.

Stress kann bei HAE eine besondere Rolle spielen – nicht nur als möglicher Auslöser, sondern auch durch die Sorge davor, dass etwas passieren könnte. In dieser kurzen Session mit dem Coach und HAE-Betroffenen Felix Müller geht es deshalb nicht um klassische Entspannungstipps, sondern um drei alltagstaugliche Strategien: vermeiden, vorbereiten und lernen. Anhand konkreter Beispiele wird gezeigt, wie sich belastende Situationen besser einschätzen und vorbereiten lassen. Ziel ist es, unnötigen Stress zu reduzieren und sich im Umgang mit HAE handlungsfähiger zu fühlen.

Nach jedem Vortrag: Fragen über den Chat. Zum Abschluss: gemeinsame Diskussionsrunde.

Gemeinsam eingeladen von



Lucia Schauf
1. Vorsitzende
HAE Vereinigung e.V. (DE)



Adelheid Huemer, MSc
Obfrau
HAE Austria (AT)



Vorstand der Schweizer HAE-Vereinigung (CH)
Marcel Bühlmann (Kassier, 1. v. l.), Helene Saam (Präsidentin, 2. v. l.), Ania Müller (Beisitzerin, 3. v. l.) und Ernst Greber (Vizepräsident, 4. v. l.)