

## Sturzprävention

Das Sturzrisiko nimmt mit dem Alter zu. Ein Sturz kann lange medizinische Behandlungen und gesundheitliche sowie soziale Einschränkungen nach sich ziehen. Das Gesundheitsprogramm «Sicher und mobil 70+» unterstützt deshalb die Teilnehmenden bei der Vermeidung von Stürzen.

Dieses Programm bietet die CONCORDIA in Zusammenarbeit mit der Familienhilfe Liechtenstein ihren Versicherten ab 70 Jahren an.

«Sicher und mobil 70+» will Stürze verhindern und mit Prävention die körperliche Fitness älterer Versicherter erhalten und fördern. Weitere Massnahmen erleichtern die körperliche Bewegung und mindern das Sturzrisiko, z. B. durch Vermeidung von Stolperfallen.

### [Sturzprävention](#)

#### **Das Gesundheitsprogramm der CONCORDIA ruht auf drei Pfeilern:**

##### 1. Kostenlose Beratung für alle CONCORDIA-Versicherten

- persönliche telefonische Sturzberatung durch die CONCORDIA
- persönliche Beratung bei Ihnen zu Hause durch Fachpersonen der Familienhilfe Liechtenstein

##### 2. Beiträge für alle CONCORDIA-Versicherten:

- Spikes und Antirutsch-Sohlen für Schuhe
- Hüftprotektoren
- Sehtests beim Optiker

##### 3. Beiträge für CONCORDIA-Versicherte mit den Zusatzversicherungen NATURA und/oder DIVERSA an:

- Bewegungsförderung (NATURA / NATURA<sup>plus</sup>)
- Gehhilfen (DIVERSA / DIVERSA<sup>plus</sup>)
- Sehhilfen (DIVERSA / DIVERSA<sup>plus</sup>)

Für detaillierte Informationen und die Anmeldung zur kostenlosen Beratung bitte die [CONCORDIA](#) kontaktieren.