

## Pressemitteilung

# Eine schöne Geschichte für die Gesundheit und Gemeinschaft

## AOK Niedersachsen unterstützt Vorlesetag

Hannover, 21.11.2025

**„Vorlesen spricht Deine Sprache“ ist heute Motto beim bundesweiten Vorlesetag in Kitas, Schulen, Pflegeheimen. Die AOK Niedersachsen unterstützt die große Initiative für Kinder und Erwachsene u.a. in Wennigsen, Rinteln, Hilter, Osnabrück und Hannover – da war die AOK mit dem Buch „Eugen Roths Großes Tierleben“ im AWO-Pflege- und Gesundheitszentrum Lotte Lemke-Haus Vahrenwald zu Besuch.**

Sandra Kuwatsch, Mitglied des Vorstandes der AOK Niedersachsen: „Vorlesen ist alltagsnahe Prävention. Es stärkt kognitive Fähigkeiten, fördert soziale Teilhabe und steigert die Lebensqualität. Und Vorlesen schafft natürlich Nähe und bringt Freude in den Alltag. Gerade für ältere Menschen ist das eine einfache Möglichkeit, aktiv zu bleiben und Einsamkeit vorzubeugen.“

Gemeinsames Lesen ist ein wichtiger Beitrag für die geistige Gesundheit, durch das Zuhören werden Aufmerksamkeit, Fantasie und Erinnerung aktiviert. Auch die sprachlichen Fähigkeiten profitieren davon und bleiben länger erhalten. Vorlesen verbindet – und tut gut. Angehörige, Pflege- und Betreuungskräfte oder Ehrenamtliche: Wer vorliest, schenkt nicht nur Geschichten, sondern auch Wohlbefinden.

Gesundheitsförderung und Prävention sind in jeder Lebensphase wirksam. Deshalb engagiert sich die AOK Niedersachsen nicht nur in Kitas, Schulen und Betrieben mit Gesundheitsprojekten, sondern bietet auch Pflegeeinrichtungen qualifizierte Beratung und spezielle Angebote für Bewohnende und Mitarbeitende.

Auf den Internetseiten der AOK finden Interessierte zahlreiche Informationen rund ums Vorlesen sowie zu Prävention in der Pflege:

[www.aok.de/nds/vorlesen-mit-jolinchen/](http://www.aok.de/nds/vorlesen-mit-jolinchen/)

[www.aok.de/nds/praevention-stationaere-pflege](http://www.aok.de/nds/praevention-stationaere-pflege)

[BGF für Pflegekräfte | AOK-Arbeitgeberservice](#)

[www.aok.de/nds/gp/](http://www.aok.de/nds/gp/)

### Über die AOK Niedersachsen

Die AOK ist die größte Krankenversicherung in Niedersachsen (Marktanteil 39,8 Prozent). Über 3 Millionen Versicherte können sich auf den Schutz einer starken Gemeinschaft verlassen. Zwischen Nordsee und Harz ist die Gesundheitskasse an über 100 Standorten vertreten. Die AOK beschäftigt landesweit rund 7.200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Der Haushaltsetat beträgt in der Kranken- und Pflegeversicherung rund 17,5 Milliarden Euro