

Das Herz eines Boxers

Schauspiel von Lutz Hübner.





Vorhang auf!

Kultur fördern lässt Menschen daran teilhaben.

Ob große oder kleine Bühne – ein Auftritt vor Publikum ist immer einzigartig. Damit alle das eigene Talent erkennen können, ist Kulturförderung wichtig. Diesem gesellschaftlichen Engagement fühlt sich die Sparkasse Aachen seit Jahren verpflichtet und engagiert sich für eine lebendige Kulturlandschaft in der Region.
sparkasse-aachen.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Aachen

Liebes Publikum,

auf zwölf Quadratmetern stehen sich heute zwei Generationen gegenüber, die gern übereinander schimpfen. Dabei können sie voneinander noch so viel lernen. Ein 16-Jähriger und ein Über-80-Jähriger, deren Leben so unterschiedlich sind. Doch Themen wie Freiheit, Einsamkeit und Selbstwert verbinden sie.

Nach 18 Jahren bringen wir Lutz Hübners Komödie „Das Herz eines Boxers“ erneut auf die Bühne. Freuen Sie sich auf eine frische Neuinterpretation des Stücks. „Lutz Hübner hat ein sympathisches, warmherziges Kammerspiel über das Leben-Lernen und Leben-nicht-Verlernen geschrieben.“ Mit diesen Worten zeichnete die Jury 1998 „Das Herz eines Boxers“ mit dem Deutschen Jugendtheaterpreis aus. Und trifft damit den Kern der Geschichte.

Einen unterhaltsamen Schlagabtausch wünschen Ihnen

Maren Dupont & Tom Hirtz

regio IT

IMMER EINE GUTE PERFORMANCE.

KOMM IN UNSER
ENSEMBLE!



regioit.de/jobs



HIT Sütterlin



Die
Handschrift
der Frische

An zwei Standorten für Sie in Aachen

Schurzelter Str. 565, Vaals Grenze mit Getränkemarkt
Krefelder Str. 199, am alten Tivoli

www.hit-suetterlin.de



HIT Sütterlin



hitsuetterlin

LOKAL, REGIONAL, NICHT EGAL.

Wir bei der STAWAG fördern nicht nur Innovationen wie den Ausbau der erneuerbaren Energien, sondern auch zahlreiche kulturelle, soziale und sportliche Programme. Und das tun wir nicht irgendwo und für irgendwen – wir bündeln unsere Energie für alle Menschen in Aachen und der Region.

Warum wir das tun? Weil es uns nicht egal ist, was aus Aachen und unserer Region wird. Wir kommen von hier und wollen hier noch viel bewegen. Damit auch nachfolgende Generationen unsere schöne Region genauso erleben können, wie wir heute – bunt, weltoffen und mit dem Herz am richtigen Fleck.

Mehr über unser Engagement für die Region finden Sie unter:
stawag.de/engagement



FÜR DICH. VOR ORT. VERSORGT.



Das Herz eines Boxers

Schauspiel von Lutz Hübner.

Aufführungsrechte: HARTMANN & STAUFFACHER GmbH Verlag für Bühne, Film, Funk und Fernsehen, Köln

Premiere: 06. März 2025, DAS DA THEATER

Aufführungsdauer: ca. 1 Stunde und 45 Minuten (inkl. 30 Minuten Pause)

Besetzung

Inszenierung	Tom Hirtz
Bühnenbild	Frank Rommerskirchen, Judith Meyer
Kostüme und Ausstattung	Rebekka Rück
Maske	Nadine Dupont
Dramaturgie	Maren Dupont
Leo	Walter Gontermann
Jojo	Dennis Papst
Bühnenbau	Kay Müller, Tobias Kulka
Regieassistenz	Johannes Kaluza, Katharina Elwein
Ausstattungsassistenz	Carla Mattke, Mathilda Vorderwülbecke
Abendspielleitung	Joshua Behrens, Lukas Eisenburger, Jürgen Melzer, Carola Nellissen, Anke Woopen
Technik	Armin Pappert (Leitung), Katharina Elwein, Johannes Kaluza, Paul Köster, Maya Osterburg, Ida Rost
Sprecherziehung	Ingrid Schäfermeier
Boxtraining	Josef Gottfried (PTSV Aachen e. V.)
Theaterpädagogik	Monika Espe, David Kindt, Franziska Schmid, Sammy-Jo Wooley



Ein großer Dank gilt dem Luisenhospital Aachen für die Bereitstellung von Requisiten.



**Innovation ohne
Kund:innen ist wie
Theater ohne
Publikum**

**Innovation, die bei deinen
Kund:innen beginnt**

www.dialego.de



Das Stück

Das Herz eines Boxers

Stumpfsinnig und schweigend sitzt der ehemalige Preisboxer Leo seine Tage im Altenheim ab. Viel lieber wäre er allerdings bei einem Freund in Frankreich. Leos Ruhe endet abrupt, als der 16-jährige Jojo auftaucht. Der Teenager muss Sozialstunden wegen Mofadiebstahls im Altenheim ableisten. Dabei wollte er bloß dem Anführer seiner Clique imponieren, der ihn aber zum Dank verhöhnt. Wie im Ring stehen sich Leo und Jojo zunächst als Gegner gegenüber.

Doch schon bald bricht Leo sein Schweigen, und das sympathische Großmaul Jojo wird ganz kleinlaut. Denn der alte Boxer hat manch guten Tipp, wie auch der Jugendliche sein Kämpferherz entdecken kann, um sein Leben auf die Reihe zu kriegen. Eine verrückte Freundschaft beginnt, die das Leben der anfänglichen Kontrahenten völlig verändert.

In Lutz Hübners temporeichem Stück „Das Herz eines Boxers“ kämpfen sich zwei Außenseiter gemeinsam zurück ins Leben. Es ist eine Geschichte über Freundschaft und darüber, was Alt und Jung voneinander lernen können.



WALTER + REIF
Ingenieurgesellschaft mbH

Tragwerksplanung
Bauphysik
Brandschutz
SiGeKo
Gutachten



www.wr-ing.de

Standort Aachen

Charlottenburger Allee 60
52068 Aachen

Tel.: +49 (241) 949 090

Mail: info@wr-ing.de

Standort Duisburg

Harmoniestraße 2a
52068 Aachen

Tel.: +49 (203) 570 83 760

Mail: info-du@wr-ing.de

Foto: Stefan Müller

Rolläden • Markisen • Fenster

KUTSCH



Sonnenschutz

Markisen

Fenster und Haustüren

Jalousien und Rollos

Rollläden

Insektenschutzgitter

Garagentore

Aachen-Brand, Sigsfeldstraße 5

Telefon 0241 568 768 0

www.rolladen-kutsch.de

100 %
elektrisch.

LEAPMOTOR



Das KOHL automobile Team wünscht dem DAS DA Theater erfolgreiche und allen Besuchern unterhaltsame Aufführungen der Komödie „Das Herz eines Boxers“.

Leapmotor T03: Energieverbrauch komb.: 16,3 kWh/100 km; CO₂-Emission komb.: 0 g/km; CO₂-Klasse: A; Elektrische Reichweite komb.: 260 km. Antrieb: Strom. Abbildung zeigt Sonderausstattungen.

Mehr
Informationen



LEAPMOTOR T03: JETZT ANGEBOT ANFRAGEN!

LEAPMOTOR

KOHL
Immer in Bewegung

KOHL automobile Vertriebs GmbH
Neuenhofstr. 166 · 52078 Aachen
0241 92 77 0 · kontakt@kohl.de
www.kohl.de



Statement

Die Erfahrungen hinter der Geschichte

Seit der Uraufführung 1996 steht „Das Herz eines Boxers“ bis heute weltweit auf Spiel- und Stundenplänen. Im Interview mit dem Reclam-Verlag verrät Autor Lutz Hübner, was ihn zu dem Stück inspiriert hat.

”

Ich hatte mit 16 einen Ferienjob in der Demenzstation eines Altersheims und war da wegen Personalmangels schon sehr früh für alles zuständig, was sonst nur ausgebildete Pfleger*innen machen. Anfangs fühlte ich mich völlig überfordert und hatte regelrecht Angst vor den Alten, aber je besser ich sie kennenlernte, etwas von ihren Biografien erfuhr, was sie konnten und was sie beschäftigte, desto wertvoller fand ich diese Erfahrung; das war eigentlich der Auslöser, diese Geschichte zu schreiben.

Lutz Hübner, geb. 1964, arbeitete nach Studium und Ausbildung als Schauspieler und Regisseur am Theater. Seit 1996 ist er u. a. freiberuflicher Schriftsteller. Er zählt zu den meistgespielten Gegenwartsdramatikern Deutschlands. Den Großteil seiner Stücke schreibt er gemeinsam mit seiner Ehefrau Sarah Nemitz.

Bildquelle: hartmann-stauffacher.de/autoren/detail/a44



Bühne frei für deine Karriere

nesseler.de/karriere

ideen bauen

**WIR LIEBEN
DAS THEATER
WIR MACHEN
KEIN THEATER**

**WIR HELFEN
SOFORT!**



Deubner
BAUMASCHINEN

Interview

Wofür es sich lohnt, zu kämpfen

Gut 50 Jahre trennen die Schauspieler Dennis Papst (31) und Walter Gontermann (82) voneinander. Im Interview verraten unsere beiden Protagonisten, was sie verbindet.

Was gefällt euch an „Das Herz eines Boxers“ und an eurer Figur?

Walter: Das Stück ist ein Herzwärmer und gleichzeitig rotzfrech. Denn so gegensätzlich die Figuren sind, finden sie immer wieder eine Verständigungsebene und profitieren voneinander. An der Rolle des Leo gefällt mir, dass er trotz seines Alters aufmüpfig geblieben ist und versucht, sein eigenes Leben zu leben – auf dem Abstellgleis Altenheim. Er hat ein sehr abwechslungsreiches und abenteuerliches Leben geführt, das ihn früh zum Boxen brachte. Dass er dabei Techniker statt Schläger ist, bringt ihn auch im Alter weiter ...

Dennis: ... und schafft die Verbindung zu Jojo, der ein sehr sprunghafter Charakter ist und sich nicht immer zu benehmen weiß. Gleichzeitig ist er ein sehr intelligenter, wortgewandter junger Mann, obwohl er in schwierigen Verhältnissen aufwächst. Ich finde das Stück zeigt sehr gut, wie viel Generationen voneinander lernen können.

Zum Beispiel?

Dennis: Dass etwa Kompetenzen nichts mit Alter zu tun haben: Alte Menschen brauchen nicht automatisch Unterstützung oder sind langsam im Kopf. Auch junge Menschen sind eigenständige Lebewesen, die Ahnung und eine Meinung haben.

Walter: Man sollte immer genauer hinschauen. Vorurteile sind ein generationenübergreifendes Problem. Nicht der erste Eindruck zählt, sondern der zweite Blick, mit dem wir Vorurteile revidieren.



Was habt ihr bereits voneinander gelernt?

Walter: Dennis' Optimismus ist sehr schön.

Dennis: Ich habe von Walter am meisten gelernt, die Ruhe in allem zu finden.

Wofür lohnt es sich zu kämpfen?

Dennis: Man sollte für alles kämpfen, das einem wichtig ist. Vor allem sollten wir Menschen füreinander kämpfen und einstehen.

Walter: Wir sollten dafür kämpfen, dass weiterhin die demokratischen Parteien stark bleiben. Persönlich engagiere ich mich außerdem seit sehr vielen Jahren für die humane, selbstbestimmte Sterbehilfe. Hier gibt es viele Versäumnisse, vor allem auf politischer Ebene. Denn trotz ihrer Relevanz bleibt humane Sterbehilfe leider ein schwieriges, umstrittenes und im Moment totgeschwiegenes Thema.



DIRIP RANDERATH & PARTNER PartG mbB
Wirtschaftsprüfungsgesellschaft · Steuerberatungsgesellschaft

Wir sind **Der | Richtige | Partner**
für Ihren unternehmerischen Erfolg!

AACHEN
52070 Aachen
Am Kraftversorgungsturm 5
Telefon +49 241 - 70 13 00 - 0
Telefax +49 241 - 70 13 00 - 40
E-Mail aachen@drp-partner.de

HEINSBERG
52525 Heinsberg
Klevchen 16
Telefon +49 24 52 - 91 94 - 0
Telefax +49 24 52 - 91 94 - 40
E-Mail heinsberg@drp-partner.de

www.drp-partner.de

APAG
Partnerin der
Mobilität

**BEI UNS SIND SIE
DER HAUPTDARSTELLER**

apag.de

Präventionsprojekt

Boxen gegen Gewalt

Fast 108.000 Kinder und Jugendliche wurden 2023 offiziell als kriminelle Tatverdächtige erfasst. Das ist die höchste Zahl seit zehn Jahren. Das Aachener Projekt „Eastside Boxing“ bietet jungen Menschen einen Weg aus der Gewaltspirale.

„Wer bei uns mitmacht, muss sich an die Regeln halten“, sagt Achim Pöhland, Projektleiter von „Eastside Boxing“. Dazu gehören ein Verzicht auf Gewalt innerhalb und außerhalb des Trainings sowie ein respektvoller Umgang miteinander, unabhängig von Geschlecht, Religion und Herkunft. Um dies zu unterstützen, gilt zum Beispiel Deutsch als Verständigungssprache. Die Regeln hängen direkt am Eingang des BoxGym in der ehemaligen Nadelfabrik Aachen. Sie helfen dabei, eine positive Atmosphäre zu schaffen, in der die Jugendlichen sportlich und persönlich wachsen können.



Schlagabtausch im BoxGym

Dreimal pro Woche treffen sich jeweils etwa 15 bis 30 Kinder und Jugendliche im Alter von 8 bis 17 Jahren, um gemeinsam zu trainieren. Insgesamt werden im Projekt mehr als hundert



Kinder und Jugendliche betreut. Das BoxGym bietet ihnen einen Ort, an dem sie sich sicher fühlen, sich sportlich betätigen und auspowern können und bei Bedarf Ansprechpartner*innen finden. „Alle Trainerinnen und Trainer wurden vom Jugendhilfeträger IN VIA Aachen geschult. Wenn wir sehen, dass die Jugendlichen Probleme haben, gehen wir im Training auf sie zu“, sagt Josef Gottfried. Er leitet die Abteilung Boxen beim PTSV Aachen e. V., der seit dem Start von „Eastside Boxing“ im Jahr 2007 als gleichberechtigter Kooperationspartner mit im Boot ist. Auch finanziell kann den Jugendlichen unter die Arme gegriffen werden, etwa beim Vereinsbeitrag oder Boxzubehör.

Ins Leben gerufen wurde „Eastside Boxing“ vom „Aachener Wirbelsturm gegen Gewalt“, einer mehrfach ausgezeichneten Initiative zur Prävention von Gewalt unter Jugendlichen. Sie entstand in den 1990er Jahren durch eine Ferienfreizeit für gewalterfahrene Jugendliche von IN VIA Aachen und dem „Kommissariat Vorbeugung“ der Polizei Aachen. Bereits zweimal wurde „Eastside Boxing“ mit dem „Förderpreis für Integration durch Sport“ der Stadt Aachen ausgezeichnet.

„Wer bei uns mitmacht, muss sich an die Regeln halten.“

Achim Pöhland,
Eastside Boxing

www.sportverein-aachen.de/sportart/boxen

W Y N A N D S



M A L E R M E I S T E R

WAS FÜR EIN THEATER!

Großes Kino im DAS DA und eine großartige Kulisse bei Ihnen zu Hause durch uns. Planung, Beratung und Ausführung hochwertiger Malerarbeiten.
Grüner Weg 27 A, 52070 Aachen, Tel 0241 / 15 40 91
info@wynands-malermeister.de



herbert goebels
bad + heizung

Fragen Sie
uns zuerst!

Viktoriastraße 21 . 52066 Aachen . Tel.: 0241 - 50 00 ??
www.herbert-goebels.de

DIE SÜSSE HAUPTROLLE

am Stück und ohne Pause.



Der Bäcker & Konditor

Prävention

Für ein sicheres Aachen

Um potenzielle Straftaten bereits im Vorfeld zu verhindern, ist in jeder Polizeibehörde ein spezielles Kommissariat im Einsatz. Im Interview erklärt der Aachener Kriminalhauptkommissar Peter Arz, warum Kriminalprävention so wichtig ist.

Was sind die Aufgaben des „Kommissariat Vorbeugung“?

Die Kriminalprävention informiert unter anderem über Kriminalitätsformen, Gefährdungseinschätzungen, Opferrisiken und tatbegünstigendes Verhalten. Zudem gibt sie Empfehlungen zu tatreduzierendem Verhalten, zeigt Täterinnen und Tätern die rechtlichen und tatsächlichen Konsequenzen ihres Handelns auf und weist auf Beratungsangebote hin.

Welches Potenzial haben präventive Maßnahmen wie z. B. Anti-Gewalt-Trainings?

Die Vielzahl an täglichen Anfragen belegt den großen Bedarf und die Akzeptanz der Kriminalprävention. Das Aachener Kommissariat hat 1997 etwa das Projekt „Aachener Wirbelsturm gegen Gewalt“ mit initiiert. Anti-Gewalt- und Konfliktbewältigungs-Trainings sowie Krisenintervention und Beratungsangebote haben hohes Potenzial, da sie kurz- und langfristig positive Effekte auf die Gesellschaft haben können. Frühe Intervention, Reduzierung von Gewaltbereitschaft und Aufzeigen anderer Konfliktlösungsmöglichkeiten sind nur drei Aspekte der direkten Wirkung auf junge Menschen. Langfristig tragen sie zur Kriminalitätsreduktion, sozialer Integration und Kostenersparnis bei.

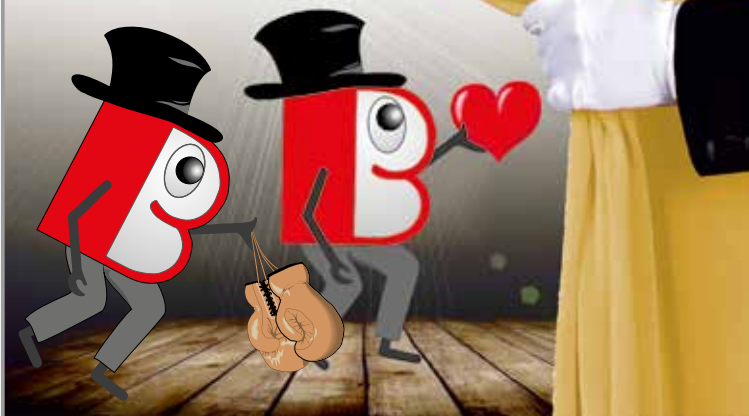
Wie entwickelt sich die Gewaltbereitschaft unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen?

Laut der polizeilichen Kriminalstatistik 2023 steigen die Zahlen der Gewaltkriminalität: Der Anteil der Kinder an allen Tatverdächtigen liegt bei 6,5 Prozent – der höchste Wert seit 2001. Bei Jugendlichen beträgt der Anteil 15,9 Prozent – der höchste Wert seit 2011. Im Vergleich zu 2022 stieg die Gewaltkriminalität bei Kindern bis 14 Jahren um 17 Prozent und bei Jugendlichen von 14 bis 18 Jahren um 14,4 Prozent.



Ihr kompetenter
Partner
in Sachen Gesundheit

wünscht gute
Unterhaltung



Neuköllner Straße 2
D-52068 Aachen
Tel. (0241) 470 370-0

und

Löhergraben 32
D-52064 Aachen
Telefon (0241) 4018515

www.BBmedica.de

Studie

Was bewegt die Jugend heute?

Klimakrise, Kriege und eine gesplante Gesellschaft – die Sorgen der 14- bis 29-Jährigen sind groß. Die Trendstudie „Jugend in Deutschland 2024“ gibt Aufschluss über die Lebensrealitäten der Generation Z.

Mehr als 2.000 Jugendliche und junge Erwachsene haben an der umfassenden Online-Umfrage teilgenommen, deren Ergebnisse im April 2024 veröffentlicht wurden. Die Auswertung zeigt, dass die gesellschaftlichen Entwicklungen viele in einen Krisenmodus versetzen. Themen wie Inflation, teurer Wohnraum, Klimawandel und anhaltende globale Konflikte belasten junge Menschen.



Gleichzeitig legt die Studie einen alarmierenden Anstieg psychischer Belastungen offen. Demnach ist mehr als jede*r Zehnte der Befragten aufgrund psychischer Störungen in Behandlung – junge Frauen häufiger als ihre männlichen Altersgenossen. Zudem besteht eine Verbindung zu

hoher Bildschirmzeit: Je mehr Zeit die Jugendlichen am Smartphone verbringen, desto größer scheinen psychische Probleme zu sein.

Trotz dieses Krisenmodus sei die Generation Z bereit, Verantwortung zu übernehmen: Viele seien motiviert, in Vollzeit zu arbeiten und dabei mitzuwirken, den gesellschaftlichen Wohlstand zu sichern. Gleichzeitig empfänden sie ihren Einfluss allerdings als gering.

Es bleibt zu hoffen, dass vor allem Politik und Bildungsstätten die Sorgen und Bedürfnisse der jungen Generation ernst nehmen und sie dabei unterstützen, eine positive Zukunft zu gestalten.

Generation was?

Generation Silent: 1928 – 1945

Babyboomer: 1946 – 1964

Generation X: 1965 – 1979

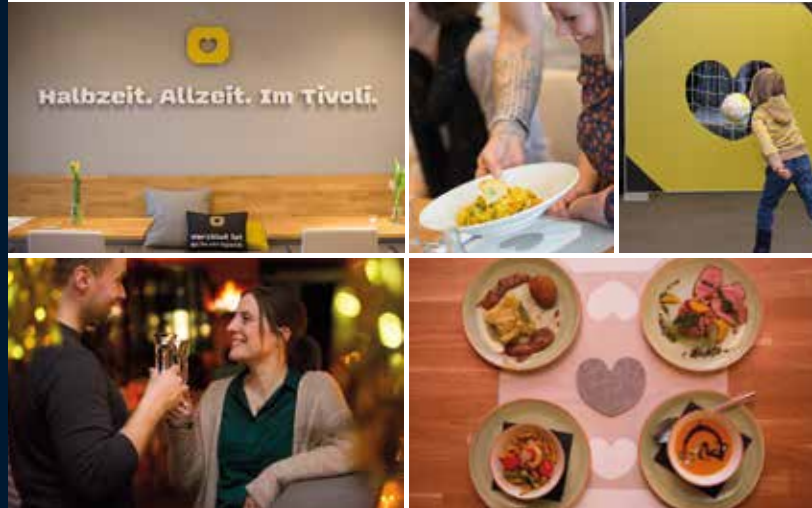
Generation Y: 1980 – 1995

Generation Z: 1996 – 2010

Generation Alpha: ab 2011

klömpchensklub

Essen und feiern. Am Herzschlag von Aachen.



➤ Mittagessen • Mo-Do 12-15 h

Gut und günstig. Schnell und gesund. Mit täglich wechselnden Tagesgerichten. Auch als Abholservice und Catering für Aachen und Umgebung.

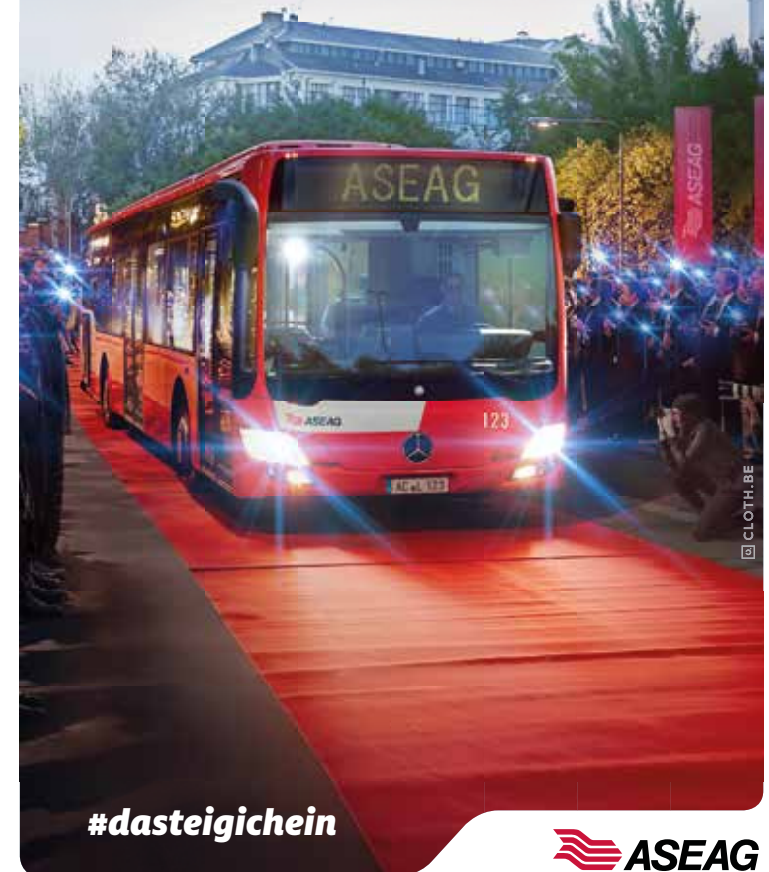
➤ Hier feiert das Leben. Die Firma, die Familie, der Verein

Ihr Event. Unsere Mannschaft. Mit der Planung von A-Z. Willkommen im Klömpchensklub. Lieber neben der grünen Wiese als im Abseits.

♥ hallo@kloempchensklub.de • Telefon 0241 99032523
Halbzeit. Allzeit. Im Tivoli.

Wir sind nicht die Beliebtesten,

aber wir haben immer ein
offenes Ohr für Feedback.



#dasteigichein

 ASEAG

Es ist nie zu spät

Alle wollen alt werden, aber niemand will alt sein. Was aus medizinischer Sicht dabei hilft, Geist und Körper fit zu halten, erklärt Tobias Rommé, Geschäftsführer des Activ Centrum Aachen, im Interview.

„Faktoren wie Bewegung, Ernährung und soziale Kontakte beeinflussen, wie wir altern.“

Tobias Rommé,
Geschäftsführer
des Activ Centrum
Aachen

Ab wann gilt ein Mensch aus medizinischer Sicht als alt?

Der Alterungsprozess verläuft sehr individuell. Ein 70-Jähriger, der aktiv lebt, sich gut ernährt und regelmäßig bewegt, kann biologisch jünger sein als ein 50-Jähriger mit einem inaktiven Lebensstil. Medizinisch gesehen beginnt das Altern, wenn die Reparaturmechanismen des Körpers nicht mehr mit den Abbauprozessen mithalten können; aber das kann man beeinflussen.

Hat sich das Bild vom Alter(n) geändert?

Definitiv. Früher wurde Alter oft gleichgesetzt mit Gebrechlichkeit, Krankheit und einem Rückzug aus dem aktiven Leben. Heute sehen wir immer mehr Menschen, die weit über 70 noch voller Energie sind, Sport treiben, reisen und beruflich oder ehrenamtlich aktiv sind. Die Herausforderung ist allerdings, dass die „Healthy Life Years“ trotz längerer Lebenserwartung nicht mitwachsen. Wir werden also älter, sind aber oft auch länger krank.

Sind Medizin und Gesellschaft ausreichend darauf vorbereitet?

Unsere Akutmedizin ist exzellent. Aber sie ist nicht darauf ausgelegt, Menschen langfristig gesund zu halten. Lebensstilbedingte Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Demenz oder Diabetes nehmen zu, und die klassische Schulmedizin hat darauf nur begrenzte Antworten. Anstatt nur Symptome zu behandeln, sollten die körpereigenen Reparatur- und Regenerationsmechanismen gestärkt werden. Gesellschaftlich liegt die Herausforderung darin, dass mehr



ältere Menschen eine höhere Belastung für das Gesundheitssystem bedeuten. Es ist aber auch eine Chance, wenn wir Prävention konsequent umsetzen.

Warum ist es gerade im Alter wichtig, aktiv etwas für die Gesundheit zu tun?

Altern bedeutet nicht zwangsläufig, krank zu werden. Viele Erkrankungen im Alter sind das Ergebnis eines jahrelang ungünstigen Lebensstils. Faktoren wie Bewegung, Ernährung und soziale Kontakte beeinflussen, wie wir altern. Und es ist nie zu spät, damit anzufangen! Wer mit 60 oder 70 beginnt, regelmäßig zu trainieren und sich gesund zu ernähren, kann sich noch Jahrzehnte mehr Lebensqualität sichern.

Tipps: Gesünder altern

- **Krafttraining** ist essenziell, um Muskelabbau entgegenzuwirken – einem der Hauptfaktoren für Gebrechlichkeit im Alter.
- **Ausdauertraining** verbessert die Herz-Kreislauf-Gesundheit und hält die Gefäße flexibel.
- **Ernährung** sollte entzündungshemmend sein und den Körper mit allen notwendigen Nährstoffen versorgen.
- **Schlaf und Regeneration** sind entscheidend für die Zellreparatur.
- **Mentale Gesundheit** wird über das Lernen neuer Dinge und soziale Interaktion gefördert.
- **Bewusste Atmung und Stressmanagement** können das autonome Nervensystem positiv beeinflussen.

[activ-centrum.de](https://www.activ-centrum.de)



ACTIV CENTRUM

wohltuend anders!

*Ran an
die Buletten!*

Zitat aus: „Das Herz eines Boxers“
von Lutz Hübner, Westermann, Braunschweig

Das Activ Centrum steht für Qualität,
eine Wohlfühlatmosphäre,
großzügige Trainingsmöglichkeiten
und eine familiäre Gemeinschaft.

Dafür engagieren wir uns täglich
mit Herz und Leidenschaft.

Fitness- und Gesundheitssport
seit 1984



Kurbrunnenstraße 30
52066 Aachen
Telefon 0241 505140
Telefax 0241 902198
activ-centrum.de

BERGS
Steuerberatung

**STEUERN
OHNE
DRAMA**

www.bergs-steuerberatung.de





GROSSE MOMENTE BRAUCHEN GROSSE BILDER



Mobile LED-Videowände – perfekt für jede Outdoor Veranstaltung

Planen Sie ein unvergessliches Event?
Egal ob Karnevalsfeiern, Public Viewing,
Sportereignisse oder Firmenfeier- Unsere
hochmodernen LED-Videowände bringen
Ihre Veranstaltung auf ein neues Level.

Ihr Highlight – sichtbar für alle!

- › Brillante Bildqualität
auch bei Tageslicht
- › Flexibel und mobil
an jedem Ort einsetzbar
- › Optional mit Soundsystem
für ein komplettes Erlebnis

✉ info@rubymedia.de  www.rubymedia.de

Angebot

Nachbarschaftshilfe neu gedacht

Seit 2004 sind die „Öcher Frönnde“ eine wichtige Anlaufstelle für Aachener Senior*innen, die aktiv am Leben teilnehmen möchten.

Andere um Hilfe zu bitten, fällt vor allem älteren Menschen schwer. Monika Lang entwickelte daher vor 21 Jahren eine neue Form der nachhaltigen und gegenseitigen Nachbarschaftshilfe: die „Öcher Frönnde“.

Gemeinsame Zeit

Ob als Begleitung zu Arztterminen, für Spaziergänge mit Rollstuhl oder einfach für ein nettes Gespräch – die ehrenamtlichen Mitglieder bieten bei Bedarf ihre Zeit an. Die erbrachten Stunden werden auf einem Zeitkonto gutgeschrieben, sodass Mitglieder, die eines Tages selbst Hilfe benötigen, diese Stunden einlösen können.

Um Unterstützung bitten kann jedes Vereinsmitglied: Ein Büroteam vermittelt zwischen Hilfesuchenden und - anbietenden. So wird sichergestellt, dass die Hilfe auch den Bedürfnissen entspricht. Besonders angesprochen werden Menschen, die in Rente sind, alleinstehend leben oder deren soziale Kontakte schwinden. Neben den zahlreichen Einzelangeboten gibt es für Mitglieder viele gemeinschaftliche Aktionen wie Kochsonntage, Ausflüge oder Workshops.

Auf der Suche nach Gleichgesinnten

Auslöser für die aktive Nachbarschaftshilfe waren Langs Söhne: Mit Mitte 20 hatten sie wenig Zeit, sich um ihre frühpensionierte Mutter zu kümmern. „Sie schlugen vor, ich sollte Gleichgesinnte suchen, damit wir Alten uns gegenseitig unterstützen. Und das tat ich“, erklärt Lang: Über den eigenen Freundeskreis und ein Inserat in der Zeitung fanden sich 2004 schnell 19 „Öcher Frönnde“ als Gründungsmitglieder; viele von ihnen sind bis heute aktiv.

Inzwischen zählt der Verein 120 Mitglieder im Alter von 55 bis 95 Jahren. Die Finanzierung erfolgt über Spenden, Fördergelder und moderate Mitgliedsbeiträge von 1 Euro pro Monat.

www.oecher-froennde.de



CHRIS
CARLE
FILM

- IMAGEFILME & DOKUMENTATIONEN
- MUSIKVIDEOS & LIVE-EVENTS
- ANIMATIONEN & ERKLÄRFILME
- WERBESPOTS
- DROHNENAUFNAHMEN
- SPRECHER:INNEN & MUSIK

☎ 0241 4686 4053 / 0160 764 1949

@ chris@christophcarle.de

www.christophcarle-film.de



RECHTSANWÄLTE · AVOCATS · ADVOCATEN



Partnerschaftlich begleiten –
professionell beraten

Wir sind unabhängige Berater,
geduldige Zuhörer, zupackende
Macher und Sie als Mandant
sind mehr als ein Kunde.

Profitieren Sie von einer Kanzlei
mit Rechts- und Steuerberatung auf
höchstem Niveau in einer persönlichen
Beratungs- und Arbeitsatmosphäre an
drei Standorten in der Euregio.
(D-Aachen, B-Lüttich, NL-Sittard)

Jülicher Str. 215 · 52070 Aachen
Telefon: +49 241 94621-0
E-Mail: kanzlei@dhk-law.com
www.dhk-law.de

Daniel • Hagelskamp &
Kollegen

Thomas Hagelskamp
Dirk Daniel
Dr. Dirk Brust
Joachim Nellissen
Carsten Lange
Alexander Hess
Dr. Christoph Jacobi
Thomas Oedekoven
Dr. Vera I. Gronen
Dr. Jörg Wernery
Christoph Schmitz-Schunken
Guido J. Imfeld
Bianca M. Janßen
Sina Bader
Katharina Müller
Uta Rodler
Sophia Christiansen

Angebote

Für ein aktives Miteinander

Im Alter ist noch vieles möglich! In Aachen und der StädteRegion gibt es daher für alle ab 60 Jahren verschiedene Angebote, um sich auszutauschen, zu engagieren oder zu bilden. Eine kleine Auswahl.



Digital vernetzen

Beim „Senior*innencafé“ des OecherLab erhalten Teilnehmende Nachhilfe in digitalen Anwendungen. Alle 14 Tage mittwochs werden von 14:30 bis 16:00 Uhr Fragen rund um Smartphone, Tablet und Laptop verständlich erklärt. Eigene Geräte können gern mitgebracht werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

www.oecherlab.de

Einfach quatschen

Im Rahmen des Projekts „PlauderPartner*innen“ können Interessierte sich mit anderen Menschen austauschen, Sorgen, Erlebnisse und Gedanken teilen. Dies kann telefonisch sein oder in einer „pluspunkt-Begegnungsstätte“. Die Ausbildung zum*r ehrenamtlichen „PlauderPartner*in“ ist kostenlos.

www.aachen.de/aelterwerden



Mobil bleiben

Für Senior*innen mit Mobilitätseinschränkungen bietet der Bürgerverein Brand einen kostenlosen Fahrdienst für den Stadtbezirk Brand an. Die Fahrt zur Kaffeerunde, zum Sport oder für den Wocheneinkauf muss sieben Tage vorab angemeldet werden unter 0241 45 090 210 (Bürozeiten: Mo, Mi, Fr 10 bis 12 Uhr).

www.brand-senioren-bleiben-mobil.de

Gemeinsam leben

Das „PatchWorkHaus“ in Aachen-Forst ist eines von vielen Wohnprojekten in Aachen und Umgebung, in denen mehrere Generationen gemeinsam leben. Auf gut 15.000 Quadratmetern, verteilt auf 19 Wohnungen und eine große Außenanlage, sind hier 40 Menschen zu Hause.

www.patchworkhaus-aachen.de

Stimme nutzen

Der Senior*innenrat vertritt die Interessen der älteren Generation gegenüber Rat, Verwaltung und Öffentlichkeit. Die insgesamt 36 Mitglieder sind ehrenamtlich und vor allem beratend tätig. Der nächste Senior*innenrat der Stadt Aachen wird 2027 gewählt.

www.seniorenrat-aachen.de

Gut versorgt sein

Die kostenfreie Gesundheits- und Senioren-App „Gut versorgt in ...“ bietet Informationen und lokale Ansprechpartner*innen u. a. zu den Themen Gesundheit, Ernährung, Fitness, Wohnen, Finanzen, Pflege und Freizeit. Sie verfügt über Vorlese-, Anruf- und Sprachsuchfunktionen.

www.gut-versorgt-in.de

Diese Auflistung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Wir sind Aachen!

**WIR SEHEN UNS IM
HEXENKESSEL**

PTS
ACHEN

LADIES IN BLACK

LADIES-IN-BLACK.DE
/SPIELPLAN

POWER-BLACK.de

**KRINGS
REINKE**

Zimmerei & Dachdeckerei

www.krings-reinke.de

Holz kann mehr!

info@krings-reinke.de

STELING

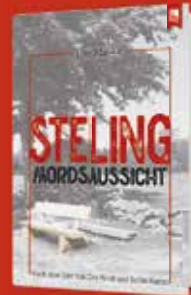
UNSERE NORDEIFEL-KRIMIS



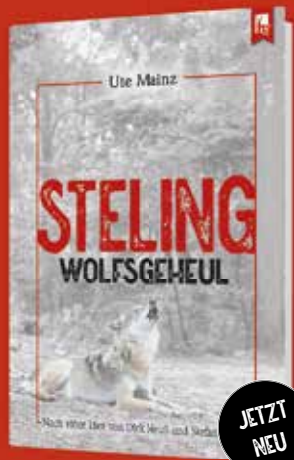
Band 1
180 Seiten, Paperback,
ISBN: 978-3-96123-052-5,
15,00 € (D), 15,30 € (A)



Band 2
206 Seiten, Paperback,
ISBN: 978-3-96123-069-3,
15,00 € (D), 15,30 € (A)



Band 3
242 Seiten, Paperback,
ISBN: 978-3-96123-082-2,
15,00 € (D), 15,30 € (A)



200 Seiten, Paperback,
ISBN: 978-3-96123-091-4,
15,00 € (D), 15,30 € (A)

**JETZT
NEU**

KOMMISSAR STEFFENS VIERTER FALL

In der Nordeifel ist das Geheul groß: Mehrere Wolfsrudel treiben rund um Mützenich ihr Unwesen und rufen immer wieder die Gegner der Wiederansiedlung des bedrohten Raubtiers in der Region auf den Plan. Nachdem eine Bürgerversammlung zu diesem heiklen Thema völlig aus dem Ruder läuft, wird auch noch der wichtigste Befürworter der Eingliederung der Wölfe ermordet – für Kommissar Steffens scheint der Fall zunächst klar.

Doch ist der Mörder wirklich im Kreis der wütenden Wolfsgegner zu suchen oder spielen noch ganz andere Motive eine Rolle? Als die heimischen Imker die Diskussion aufgreifen und die Einschleppung der Asiatischen Hornisse zum öffentlichen Thema machen, befürchtet Steffens gar eine bizarre Form der Selbstjustiz. Kann er einen weiteren Mord verhindern? Ein packender Wettlauf gegen die Zeit beginnt.

www.eifeler-literaturverlag.de



✉ foerderkreis@dasda.de

☎ **0241 174168 oder 0241 161688**

Durchschlagender Erfolg

Fast 40 Jahre lang gibt es vom DAS DA THEATER faszinierende, anregende und unterhaltsame Inszenierungen. Jahr für Jahr haben wir uns mehr vorgenommen. Von den Anfängen bis heute sind die Ansprüche gestiegen – künstlerisch, personell, finanziell, organisatorisch und technisch. Alle fünf Aspekte gehören zu professioneller Theaterarbeit, die vom DAS DA THEATER erwartet wird. Es ist gelungen – ein durchschlagender Erfolg.

Diese fast vier Jahrzehnte waren nicht nur erfreuliche und erfolgreiche, sondern auch schwierige Jahre. Sie zu bewältigen, dabei hat auch der Förderkreis des DAS DA THEATERS geholfen. Zur Erfolgsbilanz, auf die wir stolz sind, gehören

jene Menschen, die unser Theater – zum Teil seit sehr vielen Jahren – finanziell und ideell unterstützen. Ohne seine Spender und Sponsoren würde das DAS DA THEATER, so wie es geliebt und geschätzt wird, k. o. gehen. Damit es erfolgreich weitermachen kann, braucht es mehr denn je Hilfe.

Unsere Bitte: Machen Sie mit! Unterstützen Sie das DAS DA THEATER! Kommen Sie in unseren Förderkreis!

Ihr Peter Pappert

MIT KAMPFGEIST & DURCHHALTEVERMÖGEN
FÜR JEDES PROJEKT

PROFESSIONELLE BAUPLANUNG

 **KEMPEN KRAUSE**
INGENIEURE GMBH
www.kempenkrause.de

Hinter den Kulissen

Team

Künstlerische Leitung	Maren Dupont, Tom Hirtz
Geschäftsführender Gesellschafter	Tom Hirtz
Assistenz der Geschäftsführung	Lara Mwalabu, Anke Wopen, Lukas Dahle
Personal-, Finanz- & Vertragswesen	Ina Steffen, Sophia Dahle
Presse- & Öffentlichkeitsarbeit	Christina Crolla, Kerstin Wieninger
Print- & Webdesign	Judith Meyer
Webentwicklung	Lukas Kleinschmidt
EDV	Lukas Dahle
Szenenfotos	Nico Kleemann
Theaterbüro & Verwaltung	Ilona Büttgens (Leitung), Sabine Alt (Junges Theater), Carola Nellissen, Li Pappert, Franziska Schmid, Susanne Schreyer, Iris Warthofer, Sammy-Jo Wooley
Besucherservice	Lukas Eisenburger (Leitung), Nicoleta Aioanei, Linja Dupont, Oluwatosin Fagbayimu, Wally Hertz, Amelie Hintzen, Maya Ingebrandt, Angelika Kauzmann, Luisa Krieger, Anouk Langohr, Lili Lausberg, Lukas Lennartz, Ben Mathar, Henri Omer, Rita Rütz, Cintia Savadogo, Sarah Schünemann, Zhoucheng Si, Manina Theml, Katharina Weike, Mathilda Wullenkord

Das DAS DA THEATER dankt für die Unterstützung

Sparkasse Aachen, NetAachen, regio iT, HIT Sütterlin, STAWAG (Bildungspartner), Opel KOHL, Ruby Media, WALTER REIF Ingenieurgesellschaft, Activ Centrum Aachen APAG, ASEAG, Aixomed, BB medica, Bergs Steuerberatung, Dialego, Deubner Baumaschinen, D·H&K Rechtsanwälte, DRP Randerath & Partner, Druckerei Mainz, eventac Veranstaltungs-technik, Herbert Goebels Bad + Heizung, Holz Scherf, KEMPEN KRAUSE INGENIEURE, Krings Reinke Zimmerei & Dachdeckerei, ladies in black, LEO der Bäcker & Konditor, nessler gruppe, Rolladen Kutsch, W. Wynands Malermeister, Via Integration, Aachen Sozial, Lions Clubs, Zonta Club Aachen, Rotary Clubs, Buchhandlung Schmetz am Dom, Buchhandlung am Markt Aachen Brand, Förderkreis DAS DA THEATER



Ja. Können wir!

Unsere 360°-Event-Denke für
Management. Booking. Regie. Technik.

eventac.de

das pure live-erlebnis

Quellennachweise

Statement Lutz Hübner

www.reclam.shop/detail/978-3-15-014331-5/Huebner__Lutz/Das_Herz_eines_Boxers

Boxen gegen Gewalt

Aachener Wirbelsturm gegen Gewalt:

www.invia-aachen.de/angebote/offene-jugendsozialarbeit/wirbelsturm.html

PTSV: sportverein-aachen.de/sportart/boxen

Statistik: Aachener Zeitung, 09.01.2025

www.aachener-zeitung.de/region-nrw/jugendkriminalitaet-zunahme-besonders-bei-kindern/33702268.html

Studie „Jugend in Deutschland 2024“

www1.wdr.de/nachrichten/studie-jugendliche-deutschland-gen-z-afd-102.html


Impressum

DAS DA THEATER gGmbH
Liebigstraße 9, 52070 Aachen
0241 161688
theater@dasda.de
www.dasda.de

Redaktion: Kerstin Wieninger, Christina Crolla
Layout: Judith Meyer
Fotos: Nico Kleemann | www.nicokleemann.com
Druck: Druckerei Mainz | www.druckereimainz.de

Geschäftsführender Gesellschafter: Tom Hirtz
Amtsgericht: Aachen HRB 14199
Steuernummer: 201/5900/5996

Noch mehr DAS DA THEATER
gibt es auf

 **dasdatheater**

 **dasda.aachen**

 **dasda.de/newsletter**

Das Netz eines Boxers!

Highspeed-Internet
von NetAachen.

