

Das Fahrgastmagazin der NordWestBahn

UNTERWEGS

mit Ihrer
Regio-S-Bahn

Sicher gut auf Reisen



Sicher im Ernstfall
Tipps gegen Taschendiebe-Tricks



Ausflugsziele in der Region
GraftTherme Delmenhorst

Wir sind für Sie da

NordWestBahn GmbH
Alte Poststraße 9
49074 Osnabrück

TicketService

im Hauptbahnhof Bremen
Mo bis Fr 8 bis 18 Uhr, Sa 9 bis 14 Uhr

VWG-Infocenter am ZOB

am Bahnhof Oldenburg
Mo bis Fr 7 bis 18 Uhr, Sa 9 bis 13 Uhr

BremerhavenBus-Kundencenter

vor dem Hauptbahnhof Bremerhaven
Mo bis Fr 7 bis 18 Uhr, Sa 9 bis 13 Uhr

Fragen zu Fundsachen, Reservierungen, Hilfe für Mobilitätseingeschränkte

NordWestBahn-Service-Telefon:
01806 600161 (20 ct/Anruf aus dem dt. Festnetz,
Mobilfunk max. 60 ct/Anruf)
www.regiosbahn.de



Fragen zu Tarif & Fahrplan

im VBN: Serviceauskunft
0421 596059



Die „Fahrplaner“-App des VBN informiert Sie über Fahrpläne und Pünktlichkeit unserer Züge. In der App können HandyTickets mit dem Mobilgerät gekauft werden.



Aktuelle Informationen zu Fahrzeitänderungen und Streckensperrungen finden Sie auf unserer Homepage:
www.regiosbahn.de



www.facebook.de/nordwestbahn



www.twitter.com/nwb_RegioSBahn

Impressum

Herausgeber NordWestBahn GmbH
Alte Poststraße 9 | 49074 Osnabrück
www.nordwestbahn.de, V.i.S.d.P. Dr. Rolf Erfurt
Redaktion: Stephanie Nölke, Ingmar Bojes,
Sandra Joachim-Meyer
Projektleitung: Stephanie Nölke
Design & Umsetzung: www.artventura.net
Druck: Günter Druck GmbH, Georgsmarienhütte
Auflage: 8000 Stück

Liebe Fahrgäste,

das ist sie wieder – die kalte Jahreszeit. Kurze Tage, Kerzenschein, ein gutes Buch und dazu eine heiße Tasse Tee. Die Wintermonate sind die Zeit, um es sich zu Hause richtig gutgehen zu lassen und für Viele ein Grund, nicht vor die Tür zu gehen. Wir sehen das anders und haben in unserer aktuellen Ausgabe der UNTERWEGS für Sie wieder einige attraktive Ausflugsziele und Veranstaltungshighlights in Ihrer Region zusammengestellt, welche mit Sicherheit Ihre Meinung ändern und Sie vor die Tür bringen werden. Apropos Sicherheit – dieser Begriff bringt uns direkt zu dem inhaltlichen Schwerpunkt dieser Ausgabe. Wir von der NordWestBahn sorgen mit zahlreichen Maßnahmen im und am Zug verstärkt für Sicherheit und Service und damit für ein gutes Gefühl bei Ihnen, unseren Fahrgästen, wenn Sie mit uns unterwegs sind. Dazu arbeiten wir eng mit Partnern wie der Bundespolizei zusammen. Ab **Seite 8** stellen wir Ihnen vor, was wir in der Zusammenarbeit mit der Bundespolizei für Ihre Sicherheit auf Reisen tun und geben Ihnen zahlreiche praktische Tipps – unter anderem zum richtigen Verhalten in Notsituationen oder präventiv zum Schutz vor Taschendieben. Blättern Sie also gerne einmal durch!

Das gesamte Team der NordWestBahn wünscht Ihnen eine gute Fahrt!

Ihre

Stephanie Nölke
Redaktionsleiterin UNTERWEGS



Inhalt

Netz & News

- S. 3 | Termine in der Region – Veranstaltungskalender
- S. 4 | Änderungen zum Fahrplanwechsel am 10. Dezember
Jubiläum auf der RS1 – Zehn Jahre Reaktivierung Eisenbahnstrecke Farge-Vegesack
- S. 5 | Kein Alkoholkonsum im Zug – Verbot gilt ab Januar 2018
Busbahnhof Blumenthal – Modernes Drehkreuz zwischen Bus und Bahn
Online-Adventskalender 2017 der NordWestBahn – 24 Türchen, 24 Überraschungen
Bauarbeiten in der Region – Wichtige Einschränkungen auf einen Blick

Freizeit & Frischluft

- S. 6 | Netzperlen für Sie entdeckt

Einblick & Durchblick

- S. 8 | Zivilcourage zeigen – Enge Zusammenarbeit von Bundespolizei und NordWestBahn
- S. 9 | Sicher im Ernstfall
Praktische Regeln in Notsituationen
Tipps gegen Taschendiebe-Tricks

Service & Unterhaltung

- S. 10 | Unser Hörbuch-Tipp für den Winter
Stollenlollis – Traditionsgebäck mal anders

Raten & Rätseln

- S. 11 | Mit Durchblick – Sudoku-Rätsel

Lösung Kinderrätsel





„Good Music“ Bremerhaven



Kohlpartys Oldenburg



Circus Roncalli Bremen

Termine in der Region

Veranstaltungskalender

bis Mi, 31. Januar

„Good Music“ im Auswandererhaus Bremerhaven

Ein bislang unbekanntes Kapitel in der deutsch-amerikanischen Geschichte präsentiert die aktuelle Sonderausstellung „Good Music“ im Auswandererhaus in Bremerhaven. Sie zeigt, wie die deutschen Einwanderer Marschmusik und Polkas in die USA importierten – Musik, die zeitweise an der ganzen amerikanischen Ostküste Ende des 19. Jahrhunderts in Tanzlokalen zu hören war.

- RS 2 | Haltestelle Bremerhaven Hbf
- ca. 2,3 Kilometer Fußweg via Friedrich-Ebert-Straße
- oder alternativ mit der Buslinie 502, 505, 506, 508 oder 509 bis zur Haltestelle „Havenwelten“
- www.dah-bremerhaven.de

bis Ende März

Kohlpartys in und um Oldenburg

Eine Kohltour mit deftigem Grünkohl essen gehört zu Oldenburg wie der Karneval zu Köln. In und um Oldenburg gibt es dafür auch eine ganze Reihe fester Termine, an denen in den Gaststätten Grünkohl serviert und anschließend kräftig gefeiert wird. Neben diesen Kohlpartys laden die Grünkohlwirte zu Kohlbällen, Kohlbüffets oder zu kompletten Gemeinschaftskohlfahrten ein.

- RS 3 | Haltestelle Oldenburg Hbf
- je nach Angebot
- www.kohltourhauptstadt.de

bis Di, 1. Mai



„Cool Japan“ im Übersee-Museum

Die Unterhaltungskultur Japans steht im Mittelpunkt der aktuellen Sonderausstellung im Übersee-Museum in Bremen. Musik, Spiele, Mode, Design und Gerichte aus Japan erobern seit den 90er Jahren die Welt. Doch die neuzeitliche Kultur hat tiefe Wurzeln und so zeigt die Ausstellung Historisches und Neues nebeneinander und wirft einen erstaunlichen Blick auf „Cool Japan“.

- RS 1, RS 2, RS 3, RS 4 | Haltestelle Bremen Hbf
- direkt am Bahnhof
- www.uebersee-museum.de

Sa, 18. November bis
So, 10. Dezember

Circus Roncalli in Bremen

Seit 40 Jahren verzaubert der Circus Roncalli inzwischen seine Besucher. Zum „runden Geburtstag“ macht er mit seiner Jubiläumsshow auch in Bremen auf der Bürgerweide Station. Nostalgie und Moderne verbinden sich in der neuen Show zu einem Gesamtkunstwerk – in einem der schönsten Zirkuszeltel der Welt, das rund 1.500 Personen Platz bietet.

- RS 1, RS 2, RS 3, RS 4 | Haltestelle Bremen Hbf
- ca. 400 Meter Fußweg via Theodor-Heuss-Allee
- www.roncalli.de

Mo, 27. November bis
So, 7. Januar

Vegesacker Winterspaß

Vor dem Winter muss in Vegesack niemand bange sein, denn hier bedeutet die kalte Jahreszeit vor allem eines: eine Menge Spaß. Genauer gesagt eine Menge Vegesacker Winterspaß! Denn so heißt die Veranstaltung rund um den Sedanplatz, die nicht nur die Herzen der Eissportfans höher schlagen lässt.

- RS 1 | Haltestelle Bremen-Vegesack
- ca. ein Kilometer Fußweg via Gerhard-Rohlfis-Straße und Sagerstraße
- www.vegesack-marketing.de

Fr, 15. bis So, 17. Dezember

Burgfrieden auf Burg Blomendal

Der Burgfrieden 2017 ist mehr als nur ein Weihnachtsmarkt. Die Organisatoren versprechen eine Veranstaltung für die ganze Familie mit altem und neuem Handwerk, Ritterspielen für Kinder, einer Waffelbäckerei, einem Laternenumzug und vielem mehr. Die vorweihnachtliche Atmosphäre wird aber natürlich trotzdem nicht zu kurz kommen.

- RS 1 | Haltestelle Bremen-Blumenthal
- ca. 400 Meter Fußweg via Lüssumer Straße und Austraße
- www.burgblomendal.de



MEHRTAGES-REISEN

2018



April

Do 12. – So 15. Borkum
Do 19. – So 22. Spiekeroog
So 22. – Do 26. Juist

Mai

Mi 02. – Sa 05. Baltrum
So 06. – Mi 09. Helgoland

Juni

So 03. – Do 07. Juist
Do 14. – So 17. Borkum
So 17. – Mi 20. Helgoland
Mo 25. – Sa 30. Baltrum

Juli

So 01. – Mi 04. Spiekeroog

September

So 02. – Do 06. Juist
Mi 12. – So 16. Baltrum
So 16. – Mi 19. Helgoland
Do 20. – So 23. Borkum

Oktober

So 07. – Mi 10. Spiekeroog
So 28. – Do 01. Langeoog

 Buchung und Termine unter:
streifzuege-nordwestbahn.de

 **STREIFZUG**-Telefon
0541 6002233



Änderungen zum Fahrplanwechsel am 10. Dezember

Ausweitung des Fahrten-angebotes auf der RS 1

Für die Fahrgäste der RS 1 hält der neue Fahrplan ab 10. Dezember viele Verbesserungen bereit.

Durchgehender Stundentakt am Wochenende

Nachtschwärmer können künftig in den Nächten von Freitag auf Samstag und Samstag auf Sonntag noch länger feiern und bequem mit dem Zug nach Hause fahren: So bietet die NordWestBahn weitere Nachtfahrten auf der Linie RS1 zwischen Bremen-Vegesack und Bremen Hbf an. Nach der bisher letzten Verbindung nachts um 01:35 Uhr ab Vegesack fahren die Züge künftig durchgehend im Stundentakt zwischen Bremen Hbf und Vegesack. Ab Bremen Hbf fuhr der letzte Zug in den Wochenend-Nächten bislang um 02:06 Uhr. Auch hier wird in Zukunft ein Stundentakt angeboten.

Viertelstundentakt am Samstag

Aber auch tagsüber profitieren Fahrgäste im Bremer Norden von Neuerungen im Fahrplan 2018. Optimale Verbindungen bietet die RS 1 ab Fahrplanwechsel für Fahrgäste, die am Samstag zum Beispiel zum Einkaufsbummel in Bremen mit dem Zug anreisen möchten: Ab Bremen-Vegesack fährt die NordWestBahn ab 10:05 Uhr zukünftig im Viertelstundentakt in die Hansestadt. Bis 19:05 Uhr gibt es am Samstag dann alle 15 Minuten eine Verbindung in die Innenstadt. In der Gegenrichtung verkehren die Züge zwischen 10:34 Uhr und 19:34 Uhr im Viertelstundentakt.



Am 3. und 4. Adventssamstag 2017 verkehren die Züge ab Vegesack bis 19:35 Uhr und ab Bremen Hbf bis 20:34 Uhr jede Viertelstunde.

Weitere Verbesserungen im Fahrplan

Zudem gibt es von montags bis freitags ab Fahrplanwechsel zwischen Bremen Hbf und Vegesack weitere Züge mit Abfahrt um 08:49 Uhr und 19:19 Uhr ab Bremen, zusätzlich um 09:20 Uhr ab Vegesack. Auch zwischen Farge und Vegesack können am frühen Samstag- und Sonntagmorgen drei neue Verbindungen eingerichtet werden. So können Frühaufsteher nicht nur an Wochentagen, sondern auch am Samstag um 04:41 Uhr in Farge in den Zug nach Vegesack und weiter nach Bremen steigen. In der Gegenrichtung verkehren die Züge nun auch ab Vegesack samstags um 5:31 Uhr und sonntags um 6:31 Uhr bis Farge. Neue Verbindungen gibt es zudem von montags bis freitags auf dem Südabschnitt der Strecke zwischen Bremen Hbf und Verden mit Abfahrt in Bremen um 12:27 Uhr und 20:27 Uhr sowie in Verden um 13:03 Uhr.

Jubiläum auf der RS 1

Zehn Jahre Reaktivierung Eisenbahnstrecke Farge-Vegesack

Eine Eisenbahnstrecke mit Tradition feiert Jubiläum: Zwischen Farge und Vegesack rollen auf der reaktivierten Strecke seit 2007 wieder Personenzüge. Mit modernen Triebwagen verbindet die NordWestBahn auf der Linie RS 1 seit einem Jahrzehnt den Norden. Die-

ses Jubiläum möchte die NordWestBahn zusammen mit ihren Fahrgästen feiern. So sind für das erste Halbjahr 2018 kleine und große Aktionen geplant, mit denen die NordWestBahn auf die Bedeutung der Strecke für die Region aufmerksam machen möchte. Welche Überraschungen auf die Fahrgäste warten, erfahren Sie in 2018!

Kein Alkoholkonsum im Zug

Verbot gilt ab Januar 2018

Die Regio-S-Bahn wird alkoholfrei: Ab Januar 2018 ist es untersagt, in den Zügen der Regio-S-Bahn Alkohol zu trinken. Mit dem Alkoholkonsumverbot, das bereits seit Dezember 2016 in den Zügen der NordWestBahn im Weser-Ems-Netz gilt, will die NordWestBahn das Sicherheitsempfinden der Fahrgäste und den Komfort und die Sauberkeit an Bord ihrer Züge erhöhen. Zudem soll das Verbot ein Vorbildcharakter für mitfahrende Kinder haben.

Die NordWestBahn kommt mit der Einführung den Wünschen ihrer Fahrgäste nach. Denn nach einer aktuellen Befragung befürworten zwei Drittel der Kunden ein Alkoholkonsumverbot

in den Zügen der Regio-S-Bahn. So sind auch die Erfahrungen im Weser-Ems-Netz durchweg positiv. Dort stieß das Alkoholkonsumverbot auf große Akzeptanz bei den Fahrgästen. Schritt für Schritt soll die Umsetzung des Verbots nun auf den Linien des Regio-S-Bahn-Netzes erfolgen. Nach einer Übergangsfrist, die im Januar 2018 beginnt, stellt die NordWestBahn bei Verstößen gegen das Alkoholkonsumverbot im gesamten Regio-S-Bahn-Netz 40 Euro in Rechnung.

ER MACHT PLOPP
ERST NACH DEM
STOPP.



Online-Adventskalender 2017 der NordWestBahn

24 Türchen, 24 Überraschungen

Für Viele ist ein Adventskalender ein fester Bestandteil der Vorweihnachtszeit. Um die Wartezeit bis Heiligabend zu verkürzen, bietet die NordWestBahn pünktlich ab dem 1. Dezember auch in diesem Jahr wieder ihren Online-Adventskalender an. Tag für Tag kann man im Zug auf dem Weg zur Arbeit oder von zu Hause schauen, welche vorweihnachtlichen Überraschungen die NordWestBahn versteckt hat. Hinter jedem Türchen warten Gewinne von der NordWestBahn sowie Partnern und Freizeiteinrichtungen in der Region. Zum Adventskalender gelangen Fahrgäste am Einfachsten direkt über die Website weihnachten.nordwestbahn.de.



Klicken,
mitmachen
und mit
etwas Glück
gewinnen!



Busbahnhof Blumenthal

Modernes Drehkreuz zwischen Bus und Bahn

Modern, komfortabel und sicher – so präsentiert sich der neue Busbahnhof am Bahnhof Blumenthal seit 30. Oktober 2017 den Fahrgästen.

Nach rund eineinhalb Jahren Bauzeit ermöglicht das modernisierte Mobilitätsdrehkreuz im Bremer Norden nun

einen einfachen und bequemen Umstieg zwischen den Buslinien der Bremer Straßenbahn AG (BSAG) sowie der Regio-S-Bahn.

Wichtigste Neuerung der neuen Umsteigeanlage ist die zentrale Umsteigeinsel in der Mitte des Busbahnhofs. Diese wird nun von allen Buslinien in beiden Richtungen angefahren. So bietet die neue Anlage neben großzügigen und modernen Aufenthaltsflächen vor allem kurze und sichere Wege nicht nur zwischen den einzelnen Buslinien, sondern auch für Umsteiger zwischen den BSAG-Bussen und der Regio-S-Bahn. So müssen Fahrgäste auf dem Weg von und zum Bahnhof Blumenthal – und zur Regio-S-Bahn-Linie RS1

Bauarbeiten in der Region

Wichtige Einschränkungen auf einen Blick

21. November bis 2. Dezember: RS 3

Die DB Netz AG baut auf dem Streckenabschnitt zwischen Salzbergen und Lingen. Daher muss der Güterverkehr umgeleitet werden. Es kommt zu einem erhöhten Verkehrsaufkommen zwischen Oldenburg und Bad Zwischenahn. Zur Entlastung der Strecke fallen die Züge der RS 3 auf dem Abschnitt aus und werden durch Busse ersetzt.

22. Januar bis 18. Februar: RS 1

Aufgrund von Vegetationsarbeiten der DB Netz AG fällt der 15-Minuten-Takt zwischen Bremen Hbf und Bremen-Vegesack aus. Die Züge fahren dann auf diesem Streckenabschnitt auch nur halbstündlich. Zudem kommt es zu abweichenden Fahrzeiten auf der Linie RS 1.

29. Januar bis 12. März: RS 1

Wegen Lärmschutz- und Gleisbauarbeiten der DB Netz AG können die Züge nicht zwischen Achim und Verden verkehren. Es fahren ersatzweise Busse.

Detaillierte Informationen und die Ersatzfahrpläne sind vor dem Beginn der Bauarbeiten in den Zügen, den Kundencentern der NordWestBahn und im Internet unter www.regiosbahn.de erhältlich. Dort erhalten Sie auch Infos zu weiteren Baumaßnahmen.

– nur noch die neue Busspur überqueren. Der Wechsel von Bus zur Schiene wird dadurch erheblich erleichtert, die ebenerdige Gestaltung und die Verbesserung des Blindenleitsystems sorgen für zusätzliche Sicherheit für die Fahrgäste. An allen Bussteigen sind die Abfahrtszeiten zudem mit einer sogenannten dynamischen Fahrgastinformationsanzeige ausgestattet. Sie informiert in Echtzeit über die Zeiten, Betriebsstörungen und Umleitungen der BSAG-Busse.

Übrigens: Die Züge der RS 1 verkehren täglich zu den Minuten .21 und .51 über Vegesack (Fahrzeit acht Minuten) nach Bremen Hbf (Fahrzeit 30 Minuten).





Mehr Infos zu diesen Netzperlen
und viele weitere Frischluftziele
entdecken:
www.frischluft-tanken.de
Schauen Sie doch mal rein!

Netzperlen für Sie entdeckt

Wie wär's mit einem spontanen Kurzurlaub? Wir präsentieren Ihnen ausgesuchte Ausflugs-Highlights aus der Region. Erleben Sie spannende Frischluftziele in Ihrer unmittelbaren Umgebung und genießen Sie gemeinsam mit uns die wahren Schönheiten der Region.



GraffTherme Delmenhorst

Urlaub für Körper und Seele

Urlaub für Körper und Seele – das verspricht die GraffTherme in Delmenhorst und hat dabei eine Menge zu bieten, das dazu beiträgt, dieses Versprechen einzulösen. Denn neben den umfangreichen Sportmöglichkeiten bietet die GraffTherme auch reichlich Spaß und Action für alle Wasserratten ebenso wie eine breite Palette an Wellnessangeboten im großen Saunabereich. Allein dieser weist stattliche 11.000 Quadratmeter auf – ein idealer Ort zum Abschalten. Insgesamt fünf Saunen und ein ausgedehnter Saunagarten versprechen hier Entspannung pur.

RS 3, RS 4 | Haltestelle Delmenhorst

ca. 1,3 Kilometer Fußweg via An den Gräften

www.grafftherme.de





Theaterschiff Bremen

Zum Lachen in den Laderaum

Eines der unterhaltsamsten Schiffe in nord-deutschen Häfen hat seinen festen Liegeplatz an der Weserpromenade Schlachte in Bremen: das Theaterschiff. Vor allen Dingen Komödien und Schlagerrevuen bestimmen das Programm, das

auf der Bühne im Bauch des Schiffes, dem ehemaligen Laderaum, dargeboten wird. Darüber hinaus gibt es regelmäßig Gastspiele, Lesungen oder Konzerte wie bei der immer montags stattfindenden Reihe „Jazz on Board“.

-  RS 1, RS 2, RS 3, RS 4 | Haltestelle Bremen Hbf
-  ca. 1,4 Kilometer Fußweg via Bahnhofstraße
-  oder alternativ mit der Straßenbahnlinie 4 oder 6 bis zur Haltestelle „Domsheide“, von hier ca. 400 Meter Fußweg
-  www.theaterschiff-bremen.de



Cine City Verden

Moderner Kinogenuss in fünf Sälen



Modernen Kinogenuss in fünf klimatisierten Kinosälen bietet das Cine City in Verden. Vier der Säle, die insgesamt Platz für mehr als 700 Cineasten bieten, sind zudem mit 3D-Technologie ausgestattet, zwei Säle bieten außerdem Dolby Surround Sound. Für Verliebte finden sich im Kinosaal 1 überdies 22 kuschelige Loveseats ohne Armlehne für romantische Kinostunden zu zweit. Eine kleine, modern und stylisch eingerichtete Bar verkürzt Wartezeiten oder ermöglicht, das zuvor Gesehene noch in Ruhe bei einem Getränk Revue passieren zu lassen.

-  RS 1 | Haltestelle Verden
-  ca. 350 Meter Fußweg via Holzmarkt
-  www.cine-city.de



Niederdeutsche Bühne Brake

Plattdeutsches Theater mit Humor und Gefühl



Die Niederdeutsche Bühne Brake blickt auf eine lange Geschichte zurück: Schon seit dem Jahr 1931, der Geburtsstunde der Niederdeutschen Bühne, bietet das Bühnen-Ensemble seinen Zuschauern plattdeutsches Theater mit viel Humor, Tragik und Spannung. Und so zeigt sie nicht zuletzt, dass auch plattdeutsches Theater viel mehr ist als nur ein paar Schenkelklopfer mit Dialekt. Im Jahr 1970 wurde als erstes Märchen „Frau Holle“ gespielt. Diese Märcheninszenierungen in der Adventszeit wurden bis heute beibehalten und erfreuen sich größter Beliebtheit.

-  RS 4 | Haltestelle Brake
-  ca. 1,4 Kilometer Fußweg via Breite Straße
-  www.ndb-brake.de



Strikee's World of Bowling

Bowling-Center meets Sportsbar



Strikee's World of Bowling, in unmittelbarer Nachbarschaft zur ÖVB-Arena und damit auch nur wenige 100 Meter vom Hauptbahnhof entfernt, bietet seinen Besuchern weit mehr als nur Bowlingbahnen. Denn neben der Möglichkeit auf den 24 vollautomatischen Bahnen bei Lichteffekten und Musik selbst sportlich aktiv zu werden, können die Gäste in der Sportsbar mit über 200 Sitzplätzen auch eine ganz ruhige Kugel schieben und hier unter anderem alle Werder-Spiele live auf LCD-Fernsehern und Leinwänden verfolgen.

-  RS 1, RS 2, RS 3, RS 4 | Haltestelle Bremen Hbf
-  ca. 850 Meter Fußweg via Theodor-Heuss-Allee
-  www.strikees.de/findorff





Hermann Lampen von der Bundespolizei mit einer Kundenbetreuerin der NordWestBahn.



Per Knopfdruck auf die Sprechstelle können Fahrgäste Kontakt zum Triebfahrzeugführer aufnehmen.

Zivilcourage zeigen

Enge Zusammenarbeit von Bundespolizei und NordWestBahn

Wenn eine Straftat geschieht, schauen Zeugen viel zu oft weg. Durch beherztes Einschreiten könnte Opfern jedoch im Notfall geholfen und Schlimmeres verhindert werden. Schließlich ist jeder Bürger gesetzlich verpflichtet, bei einer Straftat im Rahmen seiner Möglichkeiten als Zeuge und Helfer einzugreifen.

„Helfen, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen, ist das A und O“, betont Hermann Lampen, Präventionsbeauftragter bei der Bundespolizei. Seine Aufgabe und die seiner Kollegen im Netz der NordWestBahn ist es, durch Aufklärung und mithilfe zahlreicher Programme dazu beizutragen, dass Straftaten gar nicht erst entstehen. Dabei setzt die Bundespolizei auf die enge Zusammenarbeit mit Eisenbahnverkehrsunternehmen wie die NordWestBahn.

„Wir stellen zurzeit ein steigendes Unsicherheitsempfinden bei den Menschen fest. Dieses ist jedoch durch die Kriminalstatistik nicht zu begründen. Tagtäglich sind Millionen Menschen mit der Bahn unterwegs. Im Verhältnis dazu ist die Zahl der Straftaten gering“, erklärt der Bundespolizist. „Zentrale Aufgabe der Präventionsbeauftragten der Bundespolizei ist es, über Kriminalität und ihre Erscheinungsformen aufzuklären, die Sicherheit der Menschen zu erhöhen, und sie dahingehend zu beraten, wie jemanden in Not geholfen werden kann.“

Um Gefahren im Zug und am Bahnhof vorzubeugen und die Zivilcourage zu stärken, hat die Bundespolizei Präventionsprogramme in Zu-

sammenarbeit mit zahlreichen Partnern aufgelegt. Eines davon ist das originalgetreue Präventionsabteil, das die Bundespolizei Bad Bentheim selbst entwickelt und gebaut hat. Das Zugabteil verfügt sogar über Originalsitze der NordWestBahn und wird zur Aufklärung auf Bahnhöfen, bei Veranstaltungen und in Schulen eingesetzt.

Richtiges Verhalten bei Gefahr

„Ziel ist es, praxisnah Informationen zu den Gefahren auf Bahnanlagen und Verhaltenstipps zum richtigen Umgang in Gefahrensituationen zu geben“, erklärt der Präventionsbeauftragte. Im Abteil werde die existierende Kriminalität realitätsnah in gestellten Szenen und Rollenspielen nachempfunden. Vorgestellt wird unter anderem, wie sich ein Konflikt im Zug entwickelt. So sucht sich der Täter in der ersten nonverbalen Phase sein Opfer gezielt aus. Darauf folgt die verbale Phase mit Pöbeleien oder Ablenkungsmanövern im Falle eines geplanten Diebstahls. Erst anschließend geht der Konflikt in Gewalt über oder der Diebstahl wird durchgeführt.

Immer erst dem Opfer helfen

„Wir versuchen, den Fahrgästen zu verdeutli-

Die NordWestBahn hat aktuell einen Infolyer zum Thema „Sicherheit im und am Zug“ herausgegeben. Dieser ist ab jetzt in den Kundencentern sowie in den Zügen erhältlich.

chen, wie sie aus einer gefährlichen Situation, zum Beispiel im Zug, herauskommen. Betroffene sollten die Kundenbetreuer im Zug und andere Fahrgäste direkt ansprechen und Hilfe einfordern, wenn sie bedroht werden. In jedem Fall sollten Zeugen den Opfern helfen und sich nicht erst den Tätern zuwenden“, erläutert Hermann Lampen. Auch über die Notruftaste mit Sprechstelle im Zug können Betroffene oder Zeugen Kontakt zu dem Triebfahrzeugführer aufnehmen und Hilfe anfordern. Im Notfall wird die Polizei alarmiert.

Der Präventionsbeauftragte macht zudem deutlich, wie wichtig die Aussagen von Zeugen für die Ermittlung des Täters sind. Zwar seien die Züge mit Videokameras ausgestattet, doch bleiben die Videoaufzeichnungen nicht dauerhaft erhalten. „Wir appellieren daher an die Zeugen, den Mut zu haben, die Taten anzuzeigen.“

Sicher im Ernstfall

Die NordWestBahn hat mit der technischen und komfortablen Ausstattung der Fahrzeuge in die Sicherheit ihrer Kunden investiert: Alle Züge verfügen selbstverständlich über Videokameras und Notruftasten mit Sprechstellen, über die Reisende im Bedarfsfall Kontakt zum Triebfahrzeugführer aufnehmen können. Bei Fragen und Unsicherheiten der Fahrgäste sind die Kundenbetreuer erster Ansprechpartner. Um das Sicherheitsgefühl vor allem in den Abendstunden zu verbessern, werden in der Regio-S-Bahn alle Fahrten ab 20 Uhr von Kundenbetreuern begleitet. Bei Großveranstaltungen, zum Beispiel Volksfesten oder Sportevents, wird darüber hinaus zusätzliches Begleitpersonal eingesetzt.

Trotz aller Präventionsmaßnahmen und Aktionen für mehr Sicherheit kann plötzlich eine Not-situation eintreten, die nicht nur die Fahrgäste, sondern auch die Kundenbetreuer im Zug zum richtigen Eingreifen auffordert. Um im Ernstfall vorbereitet zu sein, nehmen die Kundenbetreuer der NordWestBahn daher regelmäßig an De-eskalationstrainings in Zusammenarbeit mit der

Bundespolizei sowie an Schulungen im Konflikt- und Kritikmanagement teil.

Die Mitarbeiter im Zug lernen dabei in realitätsgetreuen Rollenspielen unter anderem im Konflikt die Zeichen der Körpersprache richtig zu deuten, deeskalierend einzuwirken, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen. Auch Reisende können sich durch umsichtiges Verhalten besser vor schwierigen Situationen schützen:

- Sitzplatz am Gang wählen, um nicht bedrängt zu werden.
- Als Alleinreisender abends den Sitzplatz in der Nähe anderer Fahrgäste wählen.
- Bei ungewöhnlichen Vorfällen im Zug den Kundenbetreuer oder Triebfahrzeugführer über die Sprechstelle informieren.
- Direkte Ansprache Mitreisender und um konkrete Hilfe bitten.



Praktische Regeln in Notsituationen

„Was geht mich das an?“, „Ich kann sowie nichts tun“, „Ein Anderer kann ja zuerst helfen“: Mit Einwänden wie diesen rechtfertigen sich Menschen oft, die Zeuge einer Straftat geworden sind, aber dennoch nicht eingegriffen haben. Doch ist jeder Bürger gesetzlich verpflichtet, bei einer Straftat im Rahmen seiner Möglichkeiten als Zeuge und Helfer einzugreifen. Die Polizei hat daher sechs praktische Regeln für mehr Sicherheit und Zivilcourage im Alltag entwickelt.

1. Helfen, ohne sich selbst in Gefahr zu bringen.

Schon umsichtiges Verhalten im Ernstfall kann helfen. Zeugen sollten andere mögliche Helfer direkt ansprechen und laut äußern, dass Hilfe organisiert wird. Dies kann dazu beitragen, dass von dem Opfer abgesehen wird.

2. Andere aktiv und direkt zur Mithilfe auffordern.

Zeugen sollten andere Menschen gezielt auffordern, mitzuhelfen. Einer direkten Ansprache kann man sich schwer entziehen.

3. Beobachten und Täter-Merkmale einprägen.

Eine möglichst genaue Beschreibung des Täters und z. B. wohin er geflüchtet ist, hilft der Polizei, den Täter zu ermitteln. Diese Angaben könnten z. B. auf der „Zeugenkarte“ der Bundespolizei vermerkt werden.

4. Hilfe organisieren unter Notruf 110.

Gebührenfrei kann jeder sofort die Polizei alarmieren.

Tipps gegen Taschendiebe-Tricks

Immer wieder kommt es bei Menschenansammlungen und im Gedränge beim Ein- und Aussteigen in den Zug zu Taschendiebstählen. Oft merken die Bestohlenen erst viel später, dass sie Opfer einer Straftat geworden sind. Mit einigen Vorsichtsmaßnahmen kann man sich jedoch wirkungsvoll gegen Taschendiebstähle schützen.

1. An Bargeld und Zahlungskarten sollte man nur das Notwendigste bei sich führen.
2. Zahlungskarten und Bargeld in mehreren Taschen, Gürteltaschen oder Brustbeuteln am Körper verteilen.
3. Hand- und Umhängetaschen immer mit der Verschlussseite am Körper tragen. Taschen oder Rucksäcke nach vorne an den Oberkörper nehmen.
4. Im Menschengedränge verstärkt auf die eigenen Wertsachen achten.
5. Die Handtasche sollte immer geschlossen und nie unbeaufsichtigt sein.

5. Sich um das Opfer kümmern.

Unverzüglich sollten sich Zeugen um verletzte Personen kümmern und andere Zeugen um Unterstützung bitten. Erste Hilfe kann lebenswichtig sein.

6. Als Zeuge zur Verfügung stehen.

Mit der Aussage zum Geschehen tragen Zeugen entscheidend zur Aufklärung der Tat bei.

Die Bundespolizei ist unter der kostenlosen Servicenummer **0800 6 888 000 erreichbar.**

Weitere Informationen erhalten Reisende online unter www.aktion-tu-was.de oder auf der Internetseite der Bundespolizei unter www.bundespolizei.de.



BUNDESPOLIZEI

Unser Hörbuch-Tipp für den Winter

Carla Berling

Sonntags Tod

Lokalreporterin Ira Wittekind ist gerade erst in ihre westfälische Heimat zurückgekehrt, als eine schreckliche Nachricht sie erreicht: Ihre Schulfreundin Verena ist tot, ermordet von ihrem Mann Richard. Direkt nach dem Mord hat der angesehene Hotelier sich selbst das Leben genommen. Kurz darauf ist Ira Zeugin, als ein Toter in einer verwahrlosten Wohnung gefunden wird. Durch ein kleines Detail wird sie auf einen möglichen



Zusammenhang zwischen den Todesfällen aufmerksam. Und ihr wird klar, dass hinter der idyllischen Fassade der Provinz ungeahnte Abgründe lauern ...

6 CDs, Laufzeit: 7 Stunden, 30 Minuten | Verlag: Random House Audio | Preis: 14,99 Euro | ISBN: 978-3-8371-4064-4

Die NordWestBahn verlost fünf Exemplare des Hörbuch-Tipps. Wenn Sie eines gewinnen wollen, schicken Sie einfach unter Angabe Ihrer Kontaktdaten eine E-Mail mit dem Stichwort „Sonntag“ an gewinnspiel@nordwestbahn.de. Einsendeschluss: 15. Januar 2018. Das gesamte Team der NordWestBahn drückt die Daumen und wünscht allen Teilnehmern viel Glück!

Stollenlollis

Traditionsgebäck mal anders

Zutaten für ca. 12 Stück

- 100 g Walnüsse
- 100 g Canberrys
- 1 unbehandelte Orange
- 2 Prisen gemahlene Nelke
- 150 g Quark, 20 % Fett
- 6 EL Öl
- 6 EL Milch
- 4 EL Zucker
- 1 Päckchen Vanillezucker
- 300 g Mehl
- 1 Päckchen Backpulver
- 50 g Butter
- 4 EL Puderzucker



Außerdem:

- Mehl zum Bearbeiten
- Eisstiele aus Holz

Unser Tipp:

Einzel in Folie verpackt sind die Stollenlollis ein wunderbares Weihnachtsgeschenk oder Mitbringsel zur winterlichen Kaffeetafel!

Zubereitung

1. Die Walnüsse und Cranberrys grob hacken und in eine Schüssel geben. Die Orange waschen, die Schale dünn abreiben und dazugeben, ca. 4 EL Orangensaft dazupressen. Die Mischung mit gemahlener Nelke würzen. Alle Zutaten gut miteinander vermischen und beiseite stellen.
2. Den Backofen auf 180 Grad (Umluft 160 Grad) vorheizen.
3. Den Quark mit Öl, Milch, Zucker und Vanillezucker in einer Schüssel verrühren. Das Mehl erst mit dem Backpulver mischen und dann zusammen mit der Nuss-Frucht-Mischung zur Quarkmasse geben. Alles gut miteinander verkneten.
4. Den Quark-Öl-Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche daumen-dick ausrollen. Mit einem Glas oder runden Ausstecher Kreise von ca. 7 cm Durchmesser ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. In jeden Teigkreis seitlich einen Eisstiel stecken. Die Lollis im vorgeheizten Backofen 14 bis 18 Minuten backen.
5. Kurz vor Ende der Backzeit die Butter in einem Topf zerlassen. Die Lollis aus dem Ofen nehmen, noch heiß mit flüssiger Butter bepinseln und danach mit Puderzucker bestäuben. Auf einem Kuchengitter abkühlen lassen.
6. Die Lollis in einer dicht schließenden Blechdose aufbewahren. Sie halten etwa eine Woche frisch.

Weitere Rezepte unter www.einfachhausgemacht.de

Unser Tipp kommt von

EINFACH HAUSGEMACHT
Mein Magazin für Haus und Küche



MIT DURCHBLICK

Bahnübergang

Warnampel

Schranke

Andreaskreuz

Hinweisbaken

Tine ist besorgt. Geht sie mit Fips Gassi, benimmt er sich beim Überqueren von Bahnübergängen immer noch nicht korrekt! Daher hat sie sich dieses Rätsel für ihn ausgedacht, damit er die Warnhinweise richtig erkennt. Kannst Du Fips helfen, alles richtig miteinander zu verbinden? Die Lösung findest Du auf Seite 2.

Weißt Du, was die Verkehrszeichen genau bedeuten? Mach dich schlau!

Bahnübergang: Achtung! Straße und Schiene kreuzen sich. **Hinweisbaken:** Damit Du den Bahnübergang rechtzeitig erkennst, warnen dich diese Schilder vor: Langsam und wachsam werden. **Andreaskreuz:** Zeigt dir an, dass der Bahnverkehr hier immer Vorfahrt hat. Überprüfe selbstständig, ob kein Zug kommt, erst dann darfst Du die Gleise überqueren. **Warnampel:** Bei viel Verkehr auf Straße und Schiene hilft dir diese Ampel zusätzlich, den Bahnübergang nicht zu übersehen. Rot heißt Stopp! **Schranken:** Verdeutlichen dir den Sicherheitsabstand zum Gleis. Schließen sich die Schranken oder sind sie unten, heißt das für dich immer warten und stehen bleiben!

Mach mal Pause – und löse ein Sudoku-Rätsel

			5			4		
	9	1				8		
2			7	6				
		6		2				
5			8	1		3		
	4		3			6	2	
4						5	1	
				2		6		
1		7		9				2

Und so geht's: Ein Sudoku ist ein quadratisches Spielfeld aus neun Zeilen und Spalten, das zusätzlich in neun Blöcke zu je drei mal drei Feldern aufgeteilt ist. Ziel des Spieles ist es, das Raster zu vervollständigen. Die bereits vorgegebenen Zahlen sind dabei nicht veränderbar. Die leeren Kästchen müssen nun mit den Ziffern 1 bis 9 ausgefüllt werden. Dabei darf jede Ziffer in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem drei mal drei-Feld genau einmal vorkommen.

Dieses Sudoku wurde erstellt mit freundlicher Unterstützung von www.sudoku-space.de

Lösung

2	8	h	ε	6	g	L	9	I
L	9	6	Z	h	I	g	ε	8
ε	I	g	L	8	9	6	Z	h
I	Z	9	g	L	ε	8	h	6
h	6	ε	9	I	8	Z	L	g
8	g	L	6	Z	h	9	I	ε
6	ε	I	8	9	L	h	g	Z
g	L	8	h	ε	Z	I	6	9
9	h	Z	I	g	6	ε	8	L

WIR FAHREN GERN IM DUNKELN



Foto: Squaredpixels

Nachts mit Bussen und Bahnen von Bremen in die ganze Region

- Aufeinander abgestimmte Ankünfte und Abfahrten am Bremer Hauptbahnhof
- In den Nächten von Freitag auf Samstag und von Samstag auf Sonntag um 23, 0 und 1 Uhr
- In Richtung Bremen-Nord, Bremerhaven, Oldenburg, Rotenburg, Twistringen und Verden



Infos unter: www.vbn.de/nachtknoten

