

Das Fahrgastmagazin der NordWestBahn

UNTERWEGS

mit Ihrer
Regio-S-Bahn

Auf Tour mit Kind & Kegel



Universum Bremen
Wissenschaft wird zum Abenteuer



Mit der Familie gut gelaunt unterwegs
Entspannt reisen

Wir sind für Sie da

NordWestBahn GmbH
Franz-Lenz-Straße 5
49084 Osnabrück

NWB 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
Franz-Lenz-Straße 5 | 49084 Osnabrück
www.nordwestbahn.de, V.i.S.d.P. Dr. Rolf Erfurt
Redaktion: Stephanie Nölke, Steffen Högemann,
Ingmar Bojes, Sandra Joachim-Meyer
Projektleitung: Stephanie Nölke
Design & Umsetzung: www.artventura.net
Druck: Günter Druck GmbH, Georgsmarienhütte
Auflage: 8000 Stück

Liebe Fahrgäste,

blauer Himmel, strahlende Sonne, Urlaub und Ferien: Sommerzeit ist Ausflugszeit. Genau deshalb haben wir in unserer Sommerausgabe für alle Daheimgebliebenen und Tagesausflügler den Schwerpunkt auf das Finden und Planen von Kurztrips in Ihre Region mit der ganzen Familie gelegt. Darüber hinaus stellen wir Ihnen wie gewohnt attraktive Ziele und Veranstaltungshighlights in der Region vor, die sich ganz bequem mit der Regio-S-Bahn erreichen lassen (Seite 6-7). Haben Sie sich unter www.frischluff-tanken.de schon mal in das Freizeitportal der NordWestBahn reingeklickt? Für alle, die ihr nächstes Ziel dort oder woanders schon gefunden haben, helfen unsere Tipps ab Seite 8 dabei, die Reise komfortabel und bequem zu planen und das Ausflugsziel stressfrei und entspannt zu erreichen. Ob Tickettipps, Fragen zur Barrierefreiheit oder Ideen für Proviant, Beschäftigung und Unterhaltung für die Kleinen während der Fahrt – Mit uns sind Sie bestens informiert und vorbereitet. Also raus aus dem Alltag, rein ins entspannte Freizeitvergnügen!

Das gesamte Team der NordWestBahn wünscht Ihnen eine gute Fahrt und einen tollen Sommer!

Ihre

Stephanie Nölke
Redaktionsleiterin UNTERWEGS



Inhalt

Netz & News

- S. 3 | Termine in der Region – Veranstaltungskalender
- S. 4 | Schaden im sechsstelligen Bereich – NordWestBahn kämpft gegen Graffiti-Sprayer
SOMMERFERIEN-BONUS – Vor 9 Uhr mit dem Niedersachsen-Ticket fahren
Element of Crime: Open Air in concert – 5 x 2 Karten zu gewinnen
- S. 5 | Bauarbeiten in der Region – Wichtige Einschränkungen auf einen Blick
Sommerfahrplan – Mit dem Inselbus zur Nordseebriese

Freizeit & Frischluft

- S. 6 | Netzperlen für Sie entdeckt

Einblick & Durchblick

- S. 8 | Entspannt mit Kids und Kegel reisen – Gut gelaunt zum Ausflugsziel
- S. 9 | „Wann sind wir endlich daaa?“ – Tipps für Spiele unterwegs
Das muss mit auf Reisen – Checkliste für die Fahrt mit Kindern

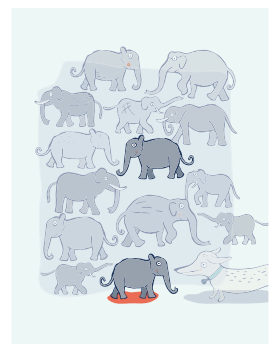
Service & Unterhaltung

- S. 10 | Unser Hörbuch-Tipp für die Kleinsten
Ideal zum Mitnehmen – Hawaii-Sandwich mit Paprikamayonnaise

Raten & Rätseln

- S. 11 | Sommer-Rätsel – Sudoku-Rätsel

Lösung Kinderrätsel





Internationales Festival Maritim



Achimer Wein- und Winzerfest



Graf Gerds Stadtgetümmel

Termine in der Region

Veranstaltungskalender

Sa, 7. Juli bis So, 8. Juli

Graf Gerds Stadtgetümmel

Die Veranstaltung ist ein Stadtfest der besonderen Art. Auf der idyllisch gelegenen Burginsel mit ihrem gräflichen Gartenhaus und den Fundamenten der ehemaligen Wasserburg gibt es ein Wiedersehen mit „Graf Gerd“ und seinem Gefolge. Beim mittelalterlichen Spektakel bieten Händler und Handwerker ihre Waren an und präsentieren ihre Handwerkskunst.

- RS 3, RS 4 | Haltestelle Delmenhorst
- ca. ein Kilometer Fußweg via Bahnhofstraße und Mühlendamm
- www.dwfg.de

Fr, 13. Juli bis So, 15. Juli

HafenSPEKTAKEL & Matjestage

Happy Birthday, Schaufenster Fischereihafen! Die Kultmeile der norddeutschen Hafenstadt feiert ihren 26. Geburtstag und dazu gibt es reichlich Programm. Die Besucher erwarten Kunst und Handwerk auf dem Kai und dazu viel holländisches Flair. Bei den Matjestagen gibt es leckeren Fisch sowie musikalische Unterhaltung. Am Matjeskarren wird der „Nieuwe Haring“ fachgerecht von Hand filetiert.

- RS 2 | Haltestelle Bremerhaven Hbf
- ca. zwei Kilometer Fußweg via An der Mühle
- oder alternativ mit der Buslinie 505/506 bis zur Haltestelle „Hoebelstraße“
- www.schaufenster-fischereihafen.de

Fr, 3. August bis
So, 5. August**Internationales Festival Maritim**

Shantys und Sea-Music live im Vegesacker Hafen! Das bietet auch in diesem Jahr das deutschlandweit einzigartige Open-Air-Ereignis, bei dem sich die Stars der Szene in Vegesack zum Internationalen Festival Maritim treffen. 150 Konzerte mit traditionellen Shantys, modernem Rock, keltischer Volksmusik, deftigen Trinkliedern oder Balladen erwarten die Besucher.

- RS 1 | Haltestelle Bremen-Vegesack
- ca. 200 Meter Fußweg über den Bahnhofsplatz
- www.festival-maritim.de

Sa, 15. September bis
So, 23. September**Maritime Woche an der Weser**

Bremer See- und Schifffahrtstradition live erleben – das bietet die Maritime Woche an der Weser. Vorträge und Lesungen auf Schiffen am Weserufer, Filmvorführungen auf und am Wasser, der maritime Markt, „Open Ship“ und Kutterpullen locken zu dem bunten Festival am Schlachteufer und machen dieses zu einer großen Bummel- und Erlebnismeiße.

- RS 1, RS 2, RS 3, RS 4 | Haltestelle Bremen Hbf
- ca. ein Kilometer Fußweg via Bürgermeister-Smidt-Straße
- oder alternativ mit der Straßenbahnlinie 1 oder Buslinie 27 bis zur Haltestelle „Am Brill“
- www.maritimewoche.de

Fr, 24. August bis
So, 26. August**Achimer Wein- und Winzerfest**

Weinhändler der Region und Winzer aus deutschen Weinanbaugebieten kredenzen an individuell gestalteten Ständen edle Tropfen für alle Geschmäcker beim Achimer Wein- und Winzerfest. Dazu gibt es natürlich viele Informationen von kompetenten Ansprechpartnern zum Thema Wein und Weinanbau, Live-Musik und ein spannendes Bühnen- und Rahmenprogramm.

- RS 1 | Haltestelle Achim
- ca. 700 Meter Fußweg via Zum Achimer Bahnhof und Obernstraße
- www.achimer-weinfest.de

Fr, 7. September bis
So, 9. September**Langwedeler Markt**

Eine bunte Marktmeile steht im Mittelpunkt beim inzwischen 41. Langwedeler Markt Anfang September. Fahrgeschäfte und Buden, Deftiges und Süßes und natürlich ein buntes Rahmenprogramm für Jung und Alt erwartet die Besucher. Am Sonntag öffnen zudem die Geschäfte in der Zeit von 13 bis 18 Uhr und laden zum Sonntagsshopping ein.

- RS 1 | Haltestelle Langwedel
- ca. 400 Meter Fußweg via Langwedeler Bahnhofstraße
- www.langwedeler-markt.de

Schaden im sechsstelligen Bereich

NordWestBahn kämpft gegen kriminelle Graffiti-Sprayer

Seit Jahren sind die Züge der Regio-S-Bahn ein Angriffsziel der Sprayerszene. Im vergangenen Jahr haben die Angriffe erneut zugenommen, die Züge wurden fast täglich mit Farbdosen attackiert. Das Entfernen der Farben ist mit großem Aufwand verbunden und äußerst kostspielig, so belief sich der entstandene Schaden des Jahres 2018 bereits im April auf 145.000 Euro.



Einen wirksamen Schutz scheint es trotz aller Ideen und Versuche nicht zu geben. Der Versuch, die Züge durch Wachpersonal zu schützen, konnte die kriminellen Aktivitäten nicht effektiv abhalten. Zu weitläufig und offen sind die Abstellanlagen, sodass die Täter unentdeckt entkommen. In einem weiteren Schritt wurde versucht, die Züge mit Hilfe von Anti-Vandalismus-Folien

zu schützen. Die Praxis zeigte jedoch, dass die Folien ungeeignet sind. Parallel wurden die Reinigungsintervalle der Züge gestärkt. Durch eine eigens entwickelte Vorgehensweise des Werkstatt-Teams konnten die Züge auch zur kalten Jahreszeit wirksam von Graffiti befreit werden. Diese aufwendige und kostenintensive Methode führte zu einer deutlichen Verbesserung der Sauberkeit der Züge. Waren es im Januar noch mehr als 4.000 m², so sind es heute noch ca. 150 m², dennoch kommen täglich immer wieder neue dazu.

Da die Züge der Regio-S-Bahn nur kurze Strecken innerhalb ihrer Region zurücklegen, sind die Graffiti wesentlich präsenter als an weitfahrenden Zügen des Regional- oder Fernverkehrs. Genau dies macht sie zu einem so attraktiven Angriffsziel. Kurz nach der Entstehung finden sich die Graffiti in den sozialen Medien wieder und die Sprayerszene feiert ihre Erfolge. Hier kommen nun die neuen Anti-Graffiti-Aufkleber ins Spiel. Die Aufkleber kann das Zugpersonal sofort nach Bemerkung eines Angriffs auf die Schmierereien kleben. So soll die Attraktivität der Regio-S-Bahn als Plattform schwinden. Die NordWestBahn wird auch zukünftig alles daran setzen, Graffiti konsequent und schnellstmöglich zu beseitigen. **Das Besprayen der Züge ist kein Kavaliersdelikt, sondern eine Straftat. Sollten Ihnen verdächtige Personen im Umkreis der Züge auffallen, kontaktieren Sie bitte die Bundespolizei unter der kostenlosen Service-nummer 0800 6888 000.**

SOMMERFERIEN-BONUS

Vor 9 Uhr mit dem Niedersachsen-Ticket fahren



Auch in diesem Jahr gibt es wieder die Aktion SOMMERFERIEN-BONUS! Dann gelten vom 28. Juni 2018 bis 8. August 2018 das Niedersachsen-Ticket und das Niedersachsen-Ticket plus Groningen an jedem Tag bereits vor 9 Uhr! So kann der Tagesausflug mit der Familie oder mit Freunden schon früher beginnen, weil Fahrten ohne zeitliche Einschränkungen möglich sind.

Die Nutzung aller Stadt-, Straßen- und U-Bahnen in Niedersachsen, Bremen und Hamburg (HVV Hamburg AB) sowie vieler Busse ist dann ebenfalls vor 9 Uhr erlaubt. So gilt das Niedersachsen-Ticket auch in allen Verkehrsmitteln im gesamten Verbundgebiet des VBN (Informationen dazu unter www.niedersachsenticket.de). Alle anderen Regelungen bleiben unverändert.

Da die Anpassung aller Fahrkartenautomaten nicht möglich ist, werden im Aktionszeitraum weiterhin Niedersachsen-Tickets ausgegeben, auf denen der Hinweis zur Gültigkeit ab 9 Uhr von Montag bis Freitag aufgedruckt ist. Die Tickets werden dennoch an allen Tagen ab 0 Uhr anerkannt. Bleibt nur noch zu klären, wo es hingehen soll: Ob Kletterpark, Spaßbad oder Mitmach-Aktionen im Museum – viele Ideen für spannende Ausflugsziele finden Sie auf www.frischlucht-tanken.de.

Element of Crime: Open Air in concert

5 × 2 Karten zu gewinnen

Die NordWestBahn verlost 5 × 2 Karten für das Open-Air-Konzert von Element of Crime auf dem Freigelände der Stadthalle in Osterholz-Scharmbeck am 1. September 2018. Sie wollen gewinnen? Dann schicken Sie einfach unter Angabe Ihrer Kontaktdaten eine E-Mail



mit dem Stichwort „Element of Crime“ an folgende E-Mail-Adresse: gewinnspiel@nordwestbahn.de.

Einsendeschluss: 1. August 2018. Das Team der NordWestBahn wünscht allen Teilnehmern viel Glück!

Bauarbeiten in der Region

Wichtige Einschränkungen auf einen Blick

21. bis 22. Juli: RS 2

In diesem Zeitraum führt die DB Netz AG Gleisbauarbeiten zwischen Osterholz-Scharmbeck und Lübberstedt durch. Die Züge können daher auf diesem Streckenabschnitt nicht verkehren und werden durch Busse ersetzt.

11. bis 12. sowie 18. bis 19. August: RS 4

Wegen Arbeiten der DB Netz AG an den Gleisen müssen die Züge zwischen Brake und Berne ausfallen. Für alle ausfallenden Fahrten sind Ersatzbusse im Einsatz.

6. bis 10. September: RS 1

Aufgrund von Gleisbau-, Wartungs- und Instandhaltungsarbeiten der Farge-Vegesacker Eisenbahn können die Züge nicht zwischen Bremen-Vegesack und Bremen-Farge verkehren. Die Fahrten, die aufgrund der Bauarbeiten nicht verkehren können, werden durch Ersatzbusse abgedeckt.

29. September bis 3. Oktober: RS 4

In diesem Zeitraum arbeitet die DB Netz AG an den Weichen. Daher können die Züge zwischen Bremen Hbf und Hude nicht verkehren und werden durch Busse ersetzt.

29. Oktober bis 7. Dezember: RS 3

Die DB Netz AG arbeitet auf dem Streckenabschnitt zwischen Leer und Rheine an den Gleisen. 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.

Infos und Ersatzfahrpläne sind vor Bauarbeitenbeginn unter www.regiosbahn.de, in den Zügen und den Kundencentern der NordWestBahn erhältlich. Dort erhalten Sie auch Informationen zu weiteren Baumaßnahmen.

Sommerfahrplan

Mit dem Inselbus zur Nordseebriese

Der Inselbus der NordWestBahn bringt Reisende von Oldenburg direkt zu den Anlegern für die ostfriesischen Inseln Langeoog und Spiekeroog.

Während der wegen des Ausbaus zum JadeWeserPort weiterhin andauernden Streckensperrung Varel – Sande an den Wochenenden fahren in der Sommerzeit am Wochenende fünf bequeme Busse ab Oldenburg zu den Anlegern in Bensersiel und Neuhaulingersiel, sechs Busse bringen die Urlauber wieder zurück. Am Sonntag gibt es sogar noch eine weitere Verbindung, die gegen Abend zwischen Oldenburg und Küste pendelt. Aus Bremen können Urlauber ganz entspannt mit dem RE 19 oder der RS 3 nach Oldenburg fahren und dort in den Inselbus steigen. Mit dem Seetarif kommt man dabei ganz unkompliziert auf die Inseln. Das Ticket gilt für die Hin- und Rückfahrt nach Langeoog und Spiekeroog. Es beinhaltet die Fahrt mit Zug, Bus, Fähre und der Inselbahn auf Langeoog. Das Ticket gibt es an den Fahrkartenautomaten der NordWestBahn. Reisende nach Spiekeroog müssen zwei Tickets am Automaten kaufen. Preislich besteht aber kein Nachteil. Zunächst wird ein Ticket mit dem Fahrtziel Esens gelöst. Für das zweite Ticket muss der Bahnhof über „Startbahnhof ändern“ auf Esens geändert und als Ziel Spiekeroog ausgewählt werden. Natürlich bekommen Reisende den Fahrschein auch bei den Vertriebsstellen und Kundencentern der NordWestBahn. Alle Informationen mit den konkreten Fahrzeiten – auch wochentags, wenn der Inselbus nicht verkehrt – finden Reisende im separaten *Inselfahrplan für Langeoog und Spiekeroog* in den Zügen, den Kundencentern oder auf www.nordwestbahn.de.

TAGESAUSFLÜGE
2018

Juli

So	01.	Spiekeroog Exkursion
Di	03.	Langeoog
Mi	04.	Spiekeroog
Do	05.	Helgoland
Sa	07.	Norderney Borkum Dorfkirmes
So	08.	Wangerooge Dorfkirmes
Di	10.	Norddeich
Mi	11.	Langeoog
Do	12.	Helgoland
Sa	14.	Langeoog Helgoland Dorfkirmes
So	15.	Borkum Dorfkirmes
Di	17.	Norderney
Mi	18.	Langeoog
Do	19.	Borkum
Sa	21.	Spiekeroog
So	22.	Baltrum Wangerooge Exkursion
Di	24.	Baltrum Norddeich
Do	26.	Norderney
Sa	28.	Helgoland Greetsiel
So	29.	Borkum Langeoog

August

Mi	01.	Spiekeroog
Sa	04.	Norderney
So	05.	Langeoog Exkursion
Di	07.	Helgoland
Sa	11.	Helgoland

Naturkundliche Exkursion

Insel-Event

STREIFZUG-Telefon
0541 600 2233

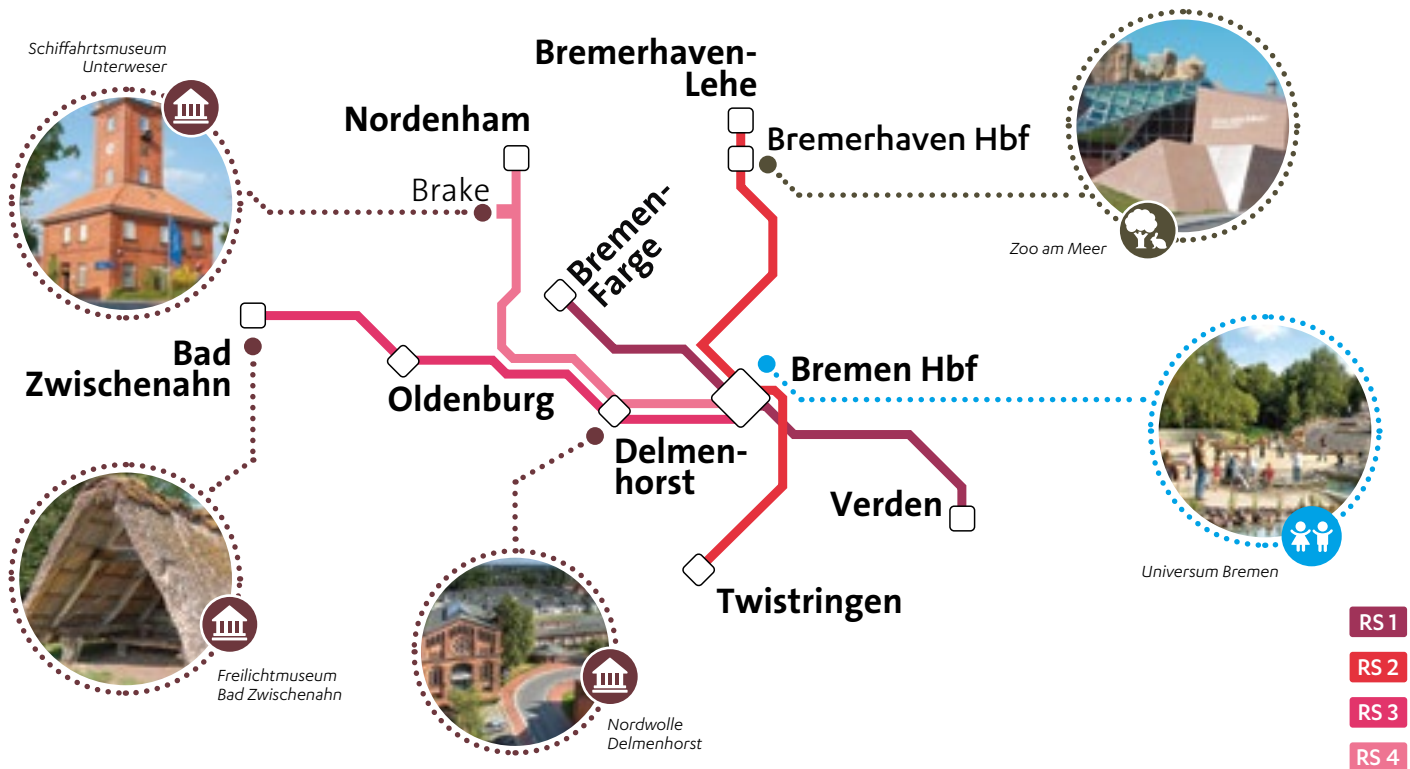




Mehr Infos zu diesen Netzperlen
und viele weitere Frischluftziele
entdecken:
www.frischluft-tanken.de
Schauen Sie doch mal rein!

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.



RS 1

RS 2

RS 3

RS 4



Schiffahrtsmuseum Unterweser

Eintauchen in die Welt der Schifffahrt

Eine spannende Entdeckungsreise in die Welt der Schifffahrt erwartet die Besucher im Schiffahrtsmuseum Unterweser: Es bietet faszinierende Einblicke in die Blütezeit des Fernhandels und in die maritime Tradition der Region Unterweser. Jung und Alt erfahren Wissenswertes zur Arbeit von Segelmachern und Bootsbauern, zur Geschichte der Navigation und über den harten Bordalltag auf den Walfängern des 19. Jahrhunderts. Kleine und große Kapitäne können sogar mit dem Schiffssimulator in See stechen!

RS 4 | Haltestelle Brake

ca. 450 Meter Fußweg

www.schiffahrtsmuseum-unterweser.de





Universum Bremen

Wissenschaft wird zum Abenteuer

Wissenschaft wird im Universum zum Abenteuer: Kleine und große Hobbyforscher können in die Themenbereiche Mensch, Erde und Kosmos eintauchen und selbst experimentieren. Auf Knopfdruck können sie die Erde beben lassen, Blitze

erzeugen, Wolken herstellen und Eis wachsen lassen. Der Fantasie von kleinen Baumeistern sind in der „Milchstraße“ keine Grenzen gesetzt. Auch im großzügigen Außenbereich kann der Forscherdrang ausgelebt werden.

RS 1, RS 2, RS 3, RS 4 | Haltestelle Bremen Hbf
mit der Straßenbahnlinie 6 bis zur Haltestelle „Universität Süd“
www.universum-bremen.de



Zoo am Meer

Eintauchen in Wasserwelten



Auge in Auge mit Eisbären, Robben, Pinguinen und Co.: Im Zoo am Meer begegnen die Besucher Tieren, die ihren Lebensraum im und am Wasser haben. Durch große Unterwasser-Scheiben können sie unter anderem Seehunde, Robben und Seebären in ihrem Element beobachten. Spannend ist es, bei der Fütterung der Tiere zuzusehen. Aber auch Affen, die traditionell mit den Seefahrern nach Bremerhaven kamen, sind zu bestaunen. Im Nordsee-Aquarium tummeln sich zahlreiche Tiere der Nordsee.

RS 2 | Haltestelle Bremerhaven Hbf
mit der Buslinie 502, 505, 506, 508 oder 509 bis zur Haltestelle „Havenwelten“
www.zoo-am-meer-bremerhaven.de



Nordwolle Delmenhorst

Spannende Fabrik- und Stadtgeschichte



Als eine der größten Industriedenkmale Europas lädt das Nordwolle-Areal mit dem Nordwestdeutschen Museum für Industriekultur zu einer Zeitreise durch die Delmenhorster Industrie- und Stadtgeschichte ein. Im Fabrikmuseum, das die Entwicklung des bis in die 1920er Jahre weltweit tätigen Industriekonzerns zeigt, können Besucher an zum Teil noch funktionierenden Maschinen erfahren, wie aus Wolle Garn entsteht. Die Geschichte Delmenhorsts wird im benachbarten Stadtmuseum dargestellt.

RS 3, RS 4 | Haltestelle Delmenhorst
ca. 750 Meter Fußweg
www.museum.delmenhorst.de



Freilichtmuseum Bad Zwischenahn

Landleben im 18. Jahrhundert



Reetgedeckte Häuser, schöne Fachwerkanlagen, Ställe und Scheunen prägen das Bild des Freilichtmuseums. Bei einem Besuch können Jung und Alt tief in die Geschichte eintauchen und bekommen eine Vorstellung vom Landleben im 18. Jahrhundert. Die Anlage rund um das Ammerländer Bauernhaus besteht aus insgesamt 17 Häusern und Nebengebäuden und grenzt an das Zwischenahner Meer. Das Museum zählt zu den ältesten Freilichtmuseen seiner Art in Deutschland.

RS 3 | Haltestelle Bad Zwischenahn
ca. ein Kilometer Fußweg
oder mit der Buslinie 377, 394 oder 398 bis zur Haltestelle „Bad Zwischenahn, Kurpark“
www.ammerlaender-bauernhaus.de



Entspannt mit Kids und Kegel reisen

Gut gelaunt zum Ausflugsziel



Der Sommer steht vor der Tür und die Vorfreude auf erlebnisreiche und entspannte Touren steigt. Doch nicht immer muss die Familie ganz weit in die Ferne schweifen, um gemeinsam mit den Kindern Spaß zu haben. Viele einzigartige Ziele sind schnell und bequem mit dem Zug erreichbar. Egal, ob die Familie historische Schiffe bestaunen möchte, im Zoo am Meer exotische Tiere beobachten will oder eine Reise durch das Universum unternehmen möchte: Mit der Regio-S-Bahn gehen alle gemeinsam entspannt auf große Fahrt.

Wohin soll die Reise gehen?

Da haben Unternehmungslustige die Qual der Wahl. Welche Ziele für Familien am besten geeignet sind, erfahren sie schnell und einfach im Internet. Auf dem Freizeitportal der NordWest-Bahn www.frischluft-tanken.de finden Ausflügler jede Menge Anregungen für ihre nächsten

Touren. Übrigens: In der Rubrik „Familie & Kinder“ sind die besten Ziele der Region für Klein und Groß mit allen wichtigen praktischen Angaben zur Anreise, zu Öffnungszeiten, Preisen und vieles mehr aufgeführt.

Mal Seeluft schnuppern?

Wer jetzt schon weiß, dass der Ausflug ans Meer führen soll, für den ist ein Streifzug zu den Nordseeinseln genau das Richtige. Die Streifzüge starten ab Osnabrück und Bremen. Informationen und die Möglichkeit zur Buchung unter www.nordwestbahn.de. Wer auf eigene Faust mit der Familie auf die Insel möchte, findet auf der Internetseite auch die Fahrpläne zu den Inseln Langeoog und Spiekeroog. Informationen zur Reiseregion zwischen Twistringen und Bremerhaven gibt es z. B. auf den folgenden Seiten www.reiseland-niedersachsen.de, www.bremens-tourismus.de und www.oldenburg-tourist.de.

Welches Ticket ist richtig?

Wer mit mehr Personen reist, kann oftmals in der Gruppe sparen. Speziell für Familien ist das Niedersachsen-Ticket günstig: Damit können bis zu fünf Personen für 23 Euro und 4 Euro je Mitfahrer einen Tag lang alle Nahverkehrszüge innerhalb von Niedersachsen, Bremen und Hamburg nutzen. Kinder bis fünf Jahre und bis zu drei Kinder zwischen sechs und 14 Jahren fahren sogar kostenlos! Weitere Informationen: www.niedersachsenticket.de. Mit dem TagesTicket des VBN sind Tagesausflügler in der Region gut unterwegs. Die Preise (ab 5,90 Euro) richten sich nach den individuellen Verbindungen und der Anzahl der Mitreisenden, Infos unter www.vbn.de. Auch mit dem TagesTicket des VBN fahren Kinder bis fünf Jahre und bis zu drei Kinder zwischen sechs und 14 Jahren kostenlos.

Die NordWestBahn-Mitarbeiter im Kundencenter im Bremer Hauptbahnhof oder am Service-Telefon beraten Reiselustige gerne zur Reisekette, zu Anschlüssen und zum richtigen Ticket. Den passenden Ansprechpartner finden sie auch bei den NWB-Ticketpartnern im ZOB Oldenburg, im VWG-Infocenter und im BremerhavenBus-Kundencenter. Auch dort bekommen Ausflügler den passenden Fahrschein, und das schon vor dem Reisetag. Die Fahrscheine gibt es auf Knopfdruck natürlich auch an den Ticketautomaten an den Stationen. Ein tolles Angebot sind die bunten Kinderfahrscheine, die im Zug vom Servicepersonal extra für die Kleinen ausgestellt werden.

Barrierefreie Bedingungen an Bord

Familien mit Kindern sind an Bord der Regio-S-Bahn herzlich willkommen. Damit der Einstieg in den Zug auch mit Buggy und Co. reibungslos klappt, helfen die Kundenbetreuer gerne. Wer Unterstützung benötigt, kann sich werktags bis einen Tag vor der Reise beim NordWestBahn-Service-Telefon melden, für Unterstützung am Wochenende bis Freitag 17 Uhr. Auch während der Fahrt ist der Kinderwagen gut aufgehoben: Eltern können ihn problemlos im Mehrzweckabteil im Zug abstellen.

Mit zahlreichen familienfreundlichen Angeboten werden auch längere Fahrten für Groß und Klein komfortabel und kurzweilig. Zu dem Plus für Familien an Bord gehören die sanitären Einrichtungen, die über Wickelmöglichkeiten verfügen, und rutschfeste Bodenbeläge. WC und Wickeltisch sind auch mit dem Kinderwagen barrierefrei zugänglich.

Informationen und Service

NordWestBahn-Service-Telefon: 01806 600161 (20 ct/Anruf aus dem dt. Festnetz, Mobilfunk max. 60 ct/Anruf). | **Kundencenter:** Hauptbahnhof Bremen, TicketPartner: Oldenburg, Bremerhaven | **Informationen zu Tickets, Fahrplänen, Services:** www.regiosbahn.de | **Echtzeitdaten:** Fahrplaner Verkehrsverbund Bremen/Niedersachsen (VBN), www.vbn.de. Die kostenlose App gibt es im App Store und bei Google Play.

„Wann sind wir endlich daaa?“

Tipps für Spiele unterwegs

Reisen mit der ganzen Familie macht Spaß. Doch vor allem bei längeren Fahrten mit dem Zug kann Kindern schnell langweilig werden. Spätestens, wenn die Frage „Wann sind wir endlich daaa?“ kommt, sollten die Jüngsten beschäftigt werden. Kleine Spiele sorgen für Unterhaltung.

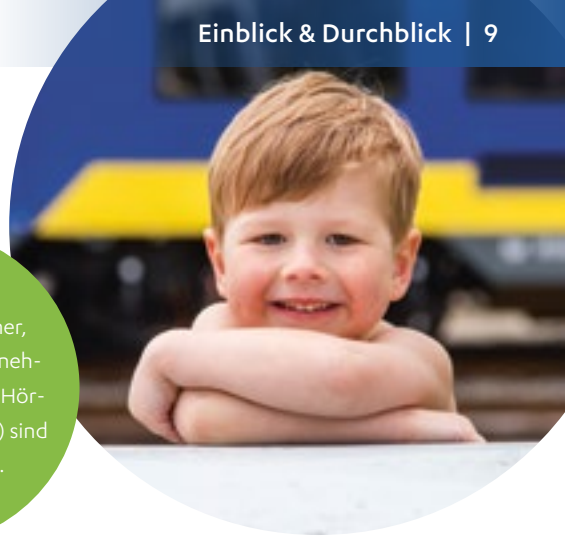
„Ich sehe was, was Du nichts siehst“: Ein Spieler beschreibt einen Gegenstand in der Umgebung mit den Worten: „Ich sehe was, was du nicht siehst und das ist rot“ (je nachdem). Nun müssen die anderen den Gegenstand erraten.

„Farbenspiel“: Ein Spieler nennt eine Farbe. Mitspieler müssen dann Dinge in dieser Farbe im Zug entdecken. Gewonnen hat der Spieler, der die meisten Dinge gefunden hat.

„Ich packe meinen Koffer“: Ein Spieler überlegt sich einen Gegenstand, den er im Urlaub benötigt, z. B. „Ich packe meinen Koffer und nehme mit ... eine Zahnbürste.“ Dann soll sich der nächste Spieler einen Gegenstand ausdenken und hinzufügen, z. B. „... und nehme mit eine Zahnbürste, eine Badehose.“ So geht es reihum. Wer einen Gegenstand vergisst, ist ausgeschieden.

Tipp:

Bilder- und Malbücher, kleine Spiele zum Mitnehmen, Spielzeug sowie Hörspiele (mit Kopfhörer!) sind ideal für die Reise.



„Was ist passiert?“: Die Eltern denken sich eine Geschichte aus, erzählen jedoch nur das Ende, z. B. „Der Mann wachte mitten in der Wüste auf“. Nun müssen die Kinder durch Fragen herausfinden, wie es zu diesem Ende kam.

Reise-Rallye: Vor der Reise überlegen sich die Erwachsenen bestimmte Fragen zur Reiseroute, z. B. „An welchem Bahnhof halten wir zuerst?“ oder „Welche Sehenswürdigkeit steht in der Stadt xy?“

Tipp:

Auf der Seite „Raten & Rätseln“ hinten im Heft finden unsere jüngsten Fahrgäste tolle Unterhaltungstipps.

Das muss mit auf Reisen

Checkliste für die Fahrt mit Kindern

Vor der Fahrt mit kleinen Kindern empfiehlt es sich, eine Checkliste mit wichtigen Dingen anzulegen. Nicht vergessen sollten Eltern mit Kindern folgende Dinge:

- ☐ Lieblingsspielzeug, Kuscheltier, Mal- und Bilderbücher
- ☐ Windeln, evtl. Wäsche zum Wechseln, Feuchttücher, Taschentücher
- ☐ Schnuller, Fläschchen
- ☐ Wasserflasche und Proviant

Tipp:

In einem mitgebrachten Abfallbeutel kann der Müll zum Beispiel beim nächsten Umsteigen im Mülleimer entsorgt werden.

Kleine Helfer für den Ernstfall

Kleine Wehwehchen können schnell die Urlaubsfreude trüben. Sinnvoll ist es daher, wenn man eine kleine Reiseapotheke in der Tasche und das passende Mittel für die erste Versorgung schnell parat hat:

- ☐ Pflaster
- ☐ Insektenschutz
- ☐ Sonnencreme
- ☐ Wund- und Heilsalbe
- ☐ Desinfektionsspray
- ☐ Mittel zur Behandlung von Sonnenbrand
- ☐ Mittel gegen Durchfall, Fieber und Halsschmerzen

Gesunder Reiseproviant

„Ich habe Hunger!“: Kinder möchten während der Fahrt gerne etwas essen oder trinken. Welche gesunden und leckeren Snacks gehören in die Reisetasche?

- ☐ Mineralwasser in Plastikflaschen ist leicht zu transportieren. Ungesüßte Tees stillen ebenfalls den Durst.
- ☐ Frisches Obst ist ein gesunder Leckerbissen. Es sollte jedoch erst vor dem Verzehr geschnitten werden. So hält es länger.
- ☐ Als kleine Snacks unterwegs sind Kekse ohne Füllung, Nüsse oder Trockenfrüchte geeignet.
- ☐ Dünn belegte Brote, zum Beispiel mit Hartkäse, sättigen und schmecken gut.
- ☐ Gesunde vitaminreiche Knabberereien sind Rohkost-Sticks aus Karotten, Paprika oder Kohlrabi.



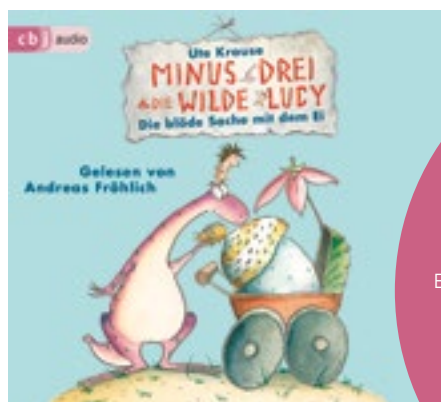
Unser Hörbuch-Tipp für die Kleinsten

Ute Krause

Minus Drei bekommt ein Geschwisterchen!

Als der kleine Dinosaurier Minus Drei eines Tages ins Elternschlafzimmer kommt, entdeckt er, eingehüllt in einen buntgestrickten Eierwärmer, ein riesengroßes Ei. Er weiß genau, was das bedeutet: Bald wird er mit Mama und Papa Drei nicht mehr allein sein und sie werden kaum noch Zeit für ihn haben. Als sein Haustier, das Urmensch-Mädchen Lucy, merkt, wie traurig ihr Herrchen auf einmal ist, beschließt sie: Das Ei muss weg. Doch wie versteckt man bloß ein Dinosaurier-Ei?

1 CD, Laufzeit: 51 Minuten | Verlag: Random House Audio | Preis: 7,99 Euro | ISBN: 978-3-8371-4124-5



Übrigens: Wer noch mehr von dem sympathischen Dinosaurier Minus Drei hören oder lesen möchte: Seine spannenden Abenteuer gibt es als Serie!

Gewinnspiel

Liebe Kinder, die NordWestBahn verlost fünf Exemplare des Hörbuch-Tipps. Wenn ihr eines gewinnen wollt, sagt einfach euren Eltern, sie sollen unter Angabe ihrer Kontaktdaten eine E-Mail mit dem Stichwort „Minus Drei“ an gewinnspiel@nordwestbahn.de schicken.

Einsendeschluss: 31. August 2018

Das gesamte Team der NordWestBahn drückt euch die Daumen!

Ideal zum Mitnehmen

Hawaii-Sandwich mit Paprikamayonnaise

Zutaten für 4 Personen

Mayonnaise

- 1 frisches Eigelb
- ½ TL Senf mittelscharf
- 1 EL Zitronensaft
- Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- ½ TL geräuchertes Paprikapulver
- 150 ml Pflanzenöl

Baguette

- 150 g Ananas
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Stiele Rosmarin
- 7 EL Olivenöl
- 1 rustikales Baguette, z. B. Ciabattabaguette
- 150 g Kochschinken, in Scheiben
- 150 g Bergkäse, in Scheiben
- 2 Hände voll grüner Salat, z. B. Lollo Bionda

Zubereitung

Für die Mayonnaise das Eigelb mit Senf, Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Paprikapulver verrühren. Das Öl erst tröpfchenweise, dann langsam in einem dünnen Strahl hineinfließen lassen. Abdecken und kalt stellen.

Für das Baguette die Ananas schälen, vierteln und den Strunk entfernen. Das Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Die Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Den Rosmarin waschen, trockentupfen und die Nadeln abzupfen. Den Backofen auf 180 Grad vorheizen.

Tipp: Die Baguettes zum Mitnehmen mit gefalteten Pergamentpapierstreifen umwickeln und mit einem Band fixieren.

3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Rosmarin zugeben. Dann die Ananasscheiben zugeben und von jeder Seite ca. zwei Minuten anbraten. Das Baguette in vier gleich lange Stücke schneiden, längs halbieren und auf ein Backblech legen. Die Schnittseiten mit 4 EL Olivenöl beträufeln und im Backofen ca. fünf Minuten knusprig backen.

Die unteren Baguettehälften mit Mayonnaise bestreichen. Dann mit Kochschinken, Bergkäse, Salat, Ananas, Zwiebeln und Knoblauch belegen und zusammenklappen.

Mehr leckere Rezepte und tolle Ideen finden Sie unter www.einfachhausgemacht.de. Viel Spaß beim Testen!

Unser Tipp kommt von

EINFACH HAUSGEMACHT
Mein Magazin für Haus und Küche



SOMMER-RÄTSEL

Tine und Fips fahren heute mit der NordWestBahn in den Zoo. Um sich die Fahrtzeit zu versüßen, hat Tine sich zwei lustige Spiele für unterwegs ausgedacht. Diese eignen sich natürlich auch wunderbar für alle eure Fahrten mit der NordWestBahn!

Tierische Wortschlange

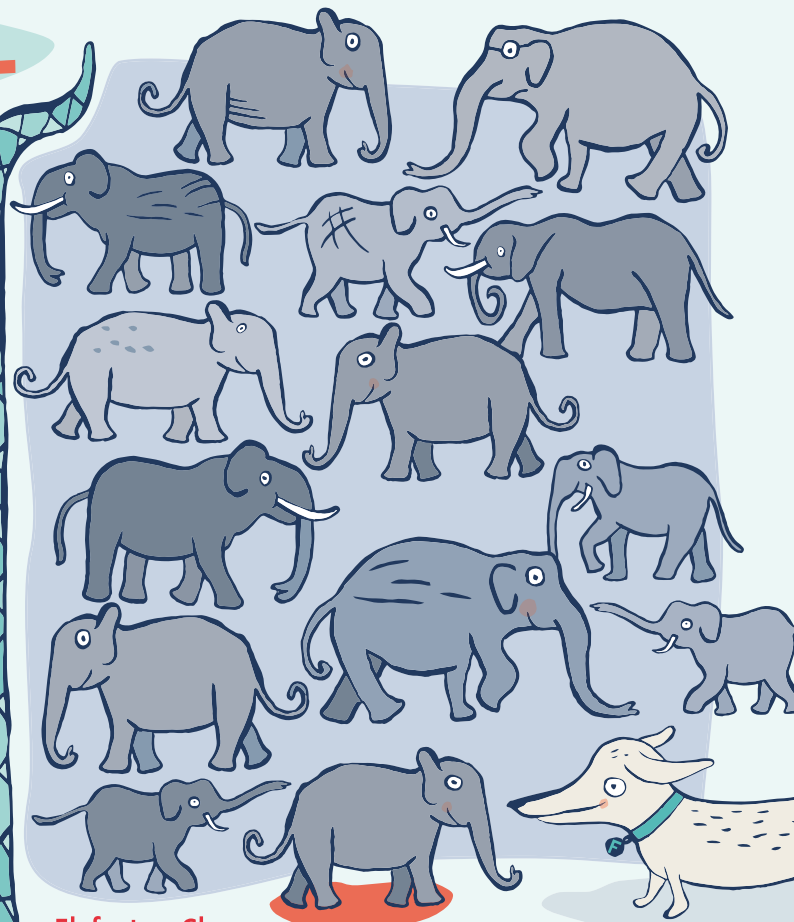
Der jüngste Spieler von euch beginnt und nennt ein Tier, zum Beispiel: „Elefant“. Der Nächste überlegt sich jetzt ein Tier, das mit dem letzten Buchstaben des genannten Wortes beginnt.

Elefant – Tiger – Rind – Dachs ...

Dieses Spiel kannst Du auch alleine spielen. Toll ist es, wenn die Tier-Wort-Schlange ganz lang wird.

Wer bin ich?

Der älteste Spieler von euch beginnt und denkt sich ein Tier aus, das er gerne wäre. Die anderen müssen nun durch geschicktes Fragen erraten, um welches Tier es sich handelt. Dabei dürfen die Fragen nur mit „ja“ und „nein“ beantwortet werden wie zum Beispiel „Kann dein Tier fliegen?“ oder „Hat dein Tier vier Beine?“.



Elefanten-Chaos

Fips ist begeistert von den Elefanten im Zoo.

Aber wo sind die Zwillingselefanten? Welche Elefanten sehen gleich aus? Die Lösung findest Du auf Seite 2.

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

Mach mal Pause – und löse ein Sudoku-Rätsel

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.

Lösung

h	9	6	e	z	l	8	g	i
i	e	8	h	g	9	6	l	z
l	z	g	i	8	6	9	e	h
e	8	i	g	6	h	l	z	9
9	g	z	8	l	i	e	h	6
6	l	h	z	9	e	i	8	g
z	i	9	l	e	g	h	6	8
g	h	e	6	i	8	z	9	l
8	6	l	9	h	z	g	i	e

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

Element of Crime

Open Air 2018



01.09.18

Freigelände an der Stadthalle
Osterholz-Scharmbeck



Stadthalle

Osterholz-Scharmbeck

Hier ist was los: nah am Gleis

01.09. Element of Crime
Open Air 2018

22.09. Surrogate
Pink Floyd's THE WALL

28.09. Drei auf einen Schlag
„Musik macht Freu(n)de“
Blasorchester Grasberg u.a.

18.10. Bookends
Simon & Garfunkel Tribute-Show

25.10. The Kilkennys
World Tour 2018

28.10. Torfteufel Worpswede
25 Jahre - Jubiläumskonzert

02.11. Truck Stop
Die große Jubiläumstour

10.11. Bosstime
A Tribute to Bruce Springsteen

17.11. Völkerball
DIE Rammstein-Coverband

21.11. Amigos
Gold Tour 2018 - Jubiläumstour

24.11. Bernd Stelter mit Kabuff-Orchester
„Wer Lieder singt, braucht keinen Therapeuten“

01.12. Große Bremen Vier90er Party

07.12. Naturally 7
Christmas - It's a Love-Story!

08.12. Herbert Knebel
„Im Liegen geht's“

25.12. BURNING CHRISTMAS
Die Afterburner rocken OHZ

31.12. 8. Silvester-Konzert
mit dem Bremer Kaffeehaus-Orchester

07.01. Tony Christie
The Hits and Pop Nonsense
Live mit Band

13.01. 4. Modellbahntag
Eisenbahnromantik im
Miniaturformat

08.02. Danceperados of Ireland
„Whiskey, you are the Devil“

13.02. Hansi Hinterseer, Stefanie Hertel u.a.
Ein Abend mit Freunden

14.02. Doris Day Musical
mit Angelika Milster

22.02. Geneses
The Genesis Tribute Show

23.02. Conni
Das Schul-Musical

09.03. Ohnsorg-Theater
„De dresseerte Mann“

09.03. Italian Tenors
mit dem Vogtland-Orchester

www.stadthalle-ohz.de