

Das Fahrgastmagazin der NordWestBahn

UNTERWEGS

mit Ihrer
Regio-S-Bahn

ca. 5 Mi

Verspätung

2

Streckenstörungen erklärt



AquaLuna in Bad Zwischenahn
Mystische Nächte



Verbesserungen für Fahrgäste ab 2022
NWB gewinnt Ausschreibung

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 informiert Sie über Fahrpläne und Pünktlichkeit unserer Züge. In der App können HandyTickets des VBN- und des Niedersachsentarifs 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

Lösung Kinderrätsel: Nordsee

Impressum

Herausgeber NordWestBahn GmbH
Franz-Lenz-Straße 5 | 49084 Osnabrück
www.nordwestbahn.de, V.i.S.d.P. Dr. Rolf Erfurt
Redaktion: Steffen Högemann, Karin C. Punghorst,
Ingmar Bojes, Sandra Joachim-Meyer
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. In unserer UNTERWEGS stellen wir Ihnen attraktive Ziele und Veranstaltungshighlights in der Region vor, die bequem und sicher mit der Regio-S-Bahn zu erreichen sind. Für die Fahrt haben wir Ihnen tolle Bewegungstipps zusammengestellt, so kommen Sie fit und gleichzeitig entspannt am Ziel an. Natürlich darf auf der Reise auch der richtige Proviant nicht fehlen. Was sich am besten für eine Zugfahrt eignet und wie Sie die Stärkung für unterwegs verstauen, lesen Sie in dieser Sommerausgabe. Natürlich kann auf dem Ausflug auch mal etwas schiefgehen, damit Sie gesund unterwegs sind, geben wir Ihnen Tipps für die richtige Reiseapotheke. Wir geben immer unser Bestes, dass Sie reibungslos an Ihr Ziel kommen. Trotzdem kann es während der Zugfahrt leider auch zu Verspätungen kommen. Oft sind Störungen der Infrastruktur dafür verantwortlich, dass die Zugfahrt ins Stocken gerät. Unser NordWestBahner Jörg Cyroll erklärt Ihnen, welche Störungen am häufigsten vorkommen und warum diese den Verkehr beeinträchtigen. Als örtlicher Betriebsleiter kennt er sich sehr gut damit aus. Natürlich können Sie auch immer unsere Kundenbetreuer in den Zügen ansprechen. Im Heft stellen wir Ihnen zwei unserer Kundenbetreuer vor. Wir verraten Ihnen, warum unser Ronald Kwapinski Eisenbahner mit Herz geworden ist und wie viele Schritte Sylvia Neumann am Tag zurücklegt.



Bestens informiert wünscht Ihnen das gesamte Team der NordWestBahn eine gute Fahrt und einen tollen Sommer!

Ihr

Dr. Rolf Erfurt
Vorsitzender der Geschäftsführung
der NordWestBahn



Wir schicken Ihnen die neueste Ausgabe gerne per Post kostenlos zu. Senden Sie eine E-Mail mit Ihren Kontaktdaten und Ihrer gewünschten Region an marketing@nordwestbahn.de.

Inhalt

Netz & News

- S. 3 | Veranstaltungskalender
- S. 4 | NordWestBahn gewinnt Ausschreibung / Wichtige Einschränkungen auf einen Blick
- S. 5 | Langeoog, Spiekeroog und Helgoland besuchen / Mobil mit dem SommerFerienTicket
- S. 6 | Ohne Zeitdruck unterwegs auf Entdeckungstour / E-Roller: Wie die Mitnahme im Zug geregelt ist / Mit der NordWestBahn stressfrei zum Open-Air

Raten & Rätseln

- S. 7 | Sommer, Sonne, NordWestBahn / Quatsch & Spaß

Freizeit & Frischluft

- S. 8 | Netzperlen für Sie entdeckt

Einblick & Durchblick

- S. 10 | Eisenbahn erklärt: Störungen auf der Strecke
- S. 12 | Mit der NordWestBahn in Bewegung kommen
- S. 13 | Fitmacher für unterwegs / Kleine Helfer im Gepäck

Service & Unterhaltung

- S. 14 | Unser Hörbuch-Tipp / Rezept: Blaubeermilchshake mit Müslikrokant
- S. 15 | Ronald Kwapinski ist Eisenbahner mit Herz / Ein Tag im Leben einer Kundenbetreuerin



Festival Maritim



Kultursommer in Oldenburg



Schippertage in Bremerhaven

Termine in der Region

Veranstaltungskalender

Mi, 17. Juli
bis So, 28. Juli

Kultursommer in Oldenburg

Der Kultursommer in Oldenburg hat eine lange Tradition und feiert in diesem Jahr sein 41-jähriges Bestehen. Rund 100 Einzelveranstaltungen, Kinoabende, Theateraufführungen, Konzerte und Tanzfestivals an vielen Plätzen der Innenstadt stehen auf dem Programm. Am letzten Sonntag des Oldenburger Kultursommers findet der Tag der Museen statt.

- RS 3 | Haltestelle Oldenburg Hbf
- weiterer Weg je nach Veranstaltung
- www.kultursommer-oldenburg.de

Fr, 26. Juli
bis So, 28. Juli

Mittelalterlicher Bovelmarkt

An der historischen Freudenburg zu Bassum wird für drei Tage das Mittelalter lebendig. Der Bovelmarkt erwartet die Besucher mit musikalischen Auftritten, Heerlagern, Theaterstücken, Händlern und Kinderangeboten gleichermaßen. Umgeben von einer idyllischen Parkanlage bietet der Standort am Fuß der Freudenburg ein wunderschönes Ambiente.

- RS 2 | Haltestelle Bassum
- ca. 1,8 km via Bahnhofstraße
- Buslinie 123 / 105 bis Kirchstraße, ab hier 750 m Fußweg
- www.bovelzumft.de

Fr, 2. August
bis So, 4. August

Festival Maritim

Am ersten Augustwochenende liegt Musik in der Luft in Bremen-Vegesack. Dafür sorgt das alljährlich stattfindende Festival Maritim mit mehr als 170 Konzerten und einem bunten Rahmenprogramm. Und dabei geht es reichlich international zu: An der Nordbremer Weser landen neben Musikern aus Deutschland auch Bands aus Europa, Kanada, Südamerika und Australien an.

- RS 1 | Haltestelle Bremen-Vegesack
- weiterer Weg je nach Konzert
- www.festival-maritim.de

Do, 8. August
bis Do, 5. September

Sommerlounge an der Kaje

An fünf Terminen, immer donnerstags, findet ab dem 8. August die chilligste Sommerveranstaltung Brakes statt: die Sommerlounge. Mit Blick auf die malerische und idyllische Weser verbringen Freunde, Kollegen und Besucher zusammen einen Sommerabend mit musikalischer Unterhaltung. Zur Stärkung locken herzhaftes Essen, Wein und erfrischende Getränke.

- RS 4 | Haltestelle Brake
- ca. 700 m via Bahnhof- und Schulstraße
- www.brake-touristinfo.de

Fr, 16. August
bis So, 18. August

Schippertage in Bremerhaven

Traditionelle Wattenmeer-Segelschiffe aus Deutschland und den Niederlanden nehmen in diesem Jahr Mitte August zum zweiten Mal Kurs auf Bremerhaven! Neben zahlreichen schmucken Schiffen gibt es aber auch maritimes Rahmenprogramm. Historische Handwerkskunst, Shantys und viele kulinarische Köstlichkeiten warten auf die Besucher der Schippertage.

- RS 2 | Haltestelle Bremerhaven Hbf
- ca. 2,2 km via Columbusstraße
- Buslinien 501 / 502 / 505 / 506 und weitere bis Deutsches Schifffahrtsmuseum
- www.bremerhaven.de

Fr, 6. September
bis So, 8. September

Mystische Nächte im Park der Gärten

Eine mystische Gartenwelt erwartet die Besucher des Parks der Gärten in Bad Zwischenahn an drei Abenden. Unter dem Motto "AquaLuna" verschmelzen mit Einbruch der Dunkelheit die Parklandschaft, imposante Lichtinstallationen mit überdimensionalen Objekten, Nebelschleieren und Musik zur größten künstlerischen Lichtinszenierung im Nordwesten.

- RS 3 | Haltestelle Bad Zwischenahn
- ca. 3 km via Elmendorfer Straße
- Buslinie 350 bis Rostrup Park der Gärten
- www.bad-zwischenahn-touristik.de



Zahlreiche Verbesserungen für Fahrgäste ab 2022

NordWestBahn gewinnt Ausschreibung und betreibt die Regio-S-Bahn bis 2036

Die NordWestBahn freut sich sehr, das Netz der Regio-S-Bahn Bremen/Niedersachsen auch zukünftig zu betreiben. Das zur Transdev-Gruppe gehörende Eisenbahnverkehrsunternehmen (EVU) hat sich in einem europaweiten Ausschreibungswettbewerb durchgesetzt und den Zuschlag für einen bis Dezember 2036 geltenden Verkehrsvertrag erhalten.

Die NordWestBahn betreibt das rund 270 Kilometer große Netz der Regio-S-Bahn mit vier Linien bereits seit der Einführung zum Fahrplanwechsel im Dezember 2010. Die Elektrozüge bedienen nicht nur den Stadtverkehr in der Hansestadt, sondern bieten auch Zugverbindungen zwischen Bremerhaven, Oldenburg und den Kommunen in der Region. Der neue Verkehrsvertrag beginnt im Dezember 2021 und sieht eine schrittweise Steigerung des Fahrtenprogramms von jährlich 5,1 auf 6,5 Millionen Zugkilometer vor. In dem neuen Verkehrsvertrag ist geregelt, dass es für die Fahrgäste ab dem Jahr 2022 spürbare Verbesserungen durch neue Linien, dichtere Takte und teilweise neue Fahrzeuge geben wird.

Zukünftige Mehrleistungen

„Wir freuen uns sehr über den Zuschlag und das in uns gesetzte Vertrauen der Landesnahverkehrsgesellschaft Niedersachsen und des Bremer Senators für Umwelt, Bau und Verkehr“, sagt Dr. Rolf Erfurt, Vorsitzender der Geschäftsführung der NordWestBahn. Der neue Verkehrsvertrag sieht weitere attraktive Verbesserungen für die Fahrgäste in Bremen und Niedersachsen vor.

Für die zukünftigen Mehrleistungen und für Kapazitätsausweitungen beschafft die NordWestBahn 16 weitere Züge. Damit besteht die Flotte künftig aus 51 Fahrzeugen, wobei auch eine größere Betriebsreserve eingeplant ist. Der Werkstattstandort in Bremerhaven wird an die neuen Anforderungen angepasst. Damit ist die Regio-S-Bahn zukunftssicher aufgestellt und leistet zugleich einen wichtigen Beitrag zur Arbeitsmarktsituation in der Region, indem bestehende Arbeitsplätze langfristig gehalten und darüber hinaus neue moderne Arbeitsplätze geschaffen werden.



Für die Fahrgäste der Regio-S-Bahn Bremen/Niedersachsen wird es ab dem Jahr 2022 viele Verbesserungen im Verkehrsnetz geben.

Wesentliche Neuerungen ab 2022

Zwischen Bremerhaven und Bremen wird auf der Linie RS 2 von montags bis freitags ein 30-Minuten-Takt für die Morgen- und Nachmittagsstunden eingeführt, samstags verkehrt die RS 2 tagsüber im 30-Minuten-Takt. Die RS 4 wird künftig alle Halte zwischen Bremen und Hude bedienen und zusammen mit der RS 3 die Fahrgäste alle 30 Minuten ansteuern. Zwischen Bremen, Oldenburg und Bad Zwischenahn wird die neue Linie RS 3X im Stundentakt mit wenigen Halten pendeln. Nach Abschluss der Elektrifizierung der Strecke zwischen Oldenburg und Wilhelmshaven wird die RS 3 morgens und nachmittags auch dort verkehren. Die Linie RB 76, die zwischen Rotenburg (Wümme) und Verden verkehrt, wird in das Netz der Regio-S-Bahn integriert.

Die bisher eingesetzten Fahrzeuge bekommen ein neues Erscheinungsbild und zudem wird es eine größere Fahrzeugreserve geben. Die Züge werden mit kostenfreiem W-LAN ausgestattet. Ein neues Service- und Sicherheitskonzept sowie Kundenbetreuer auf allen Verbindungen decken die Bedürfnisse der Fahrgäste besser ab. Für einen verlässlichen Betrieb sorgen Bereitschaftsdienste und Mindestausbildungsquoten.



Bauarbeiten in der Region

Wichtige Einschränkungen auf einen Blick

18. August und 25. August: RS 2

Wegen Vegetationsarbeiten der DB Netz AG können an beiden Sonntagen auf dem Streckenabschnitt zwischen Twistringen und Kirchweyhe von 6:30 bis 22:30 Uhr keine Züge fahren. Die NordWestBahn richtet einen Ersatzverkehr mit Bussen ein.

5. September bis 8. September: RS 1

Aufgrund von Gleisarbeiten der Farge-Vegesacker-Eisenbahn kommt es auf dem Streckenabschnitt zwischen Bremen-Farge und Bremen-Vegesack zu Einschränkungen. Für die Fahrgäste wird es alternative Reisemöglichkeiten geben.

Die NordWestBahn wird rechtzeitig dazu informieren.

www.nordwestbahn.de/baustellen



Mit dem Inselbus und den Zügen der NordWestBahn an die Nordsee

Langeoog, Spiekeroog und Helgoland besuchen

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 zwischen Varel und Sande (RE 19, RB 59) an den Wochenenden fahren im Sommer samstags und sonntags tagsüber fünf Busse zu den Anlegern in Bensorsiel und Neuuharlingersiel, 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 direkt in den Inselbus steigen. Ab Osnabrück bringen die Züge der Linie RE 18 die Fahrgäste nach Oldenburg.

Wer lieber Hochseeluft schnuppern möchte, dem sei eine Reise nach Helgoland empfohlen. Die NordWestBahn und ihre Partner bringen die Fahrgäste entspannt und bequem auf die einzige deutsche Hochseeinsel. Im Tarifgebiet des Verkehrsverbundes Bremen/Niedersachsen (VBN) sind hierfür besonders günstig die VBN-Tickets. Diese gelten im Zug, im Bus und in der Straßenbahn. **Tickettipp: VBN-TagesTicket für bis zu 5 Personen – www.vbn.de.** Für Reisende eines Startbahnhofs außerhalb des VBN gilt der Niedersachsentarif. **Tickettipp: Besonders günstig reisen Sie mit dem Niedersachsen-Ticket für bis zu 5 Personen an.**

Alle Informationen und konkrete Fahrzeiten – auch wochentags, wenn der Inselbus nicht verkehrt – finden Reisende in den separaten Inselfahrplänen unter www.nordwestbahn.de

Angebot für junge Leute

Mobil mit dem SommerFerienTicket

Das SchülerFerienTicket wird zum SommerFerienTicket – und das aus gutem Grund: Egal ob Schüler, Azubi, FSJler oder BuFdi, das SommerFerienTicket gilt für alle unter 19-jährigen und alle jungen Leute, die in 2000 geboren wurden.



Also, runter vom Sofa, rein in den Zug: Einmal für 33 Euro das SommerFerienTicket kaufen und während der ganzen Sommerferien kreuz und quer durch Niedersachsen, Bremen und sogar bis Hamburg Hbf touren. Das SommerFerienTicket gilt vom 4. Juli bis 14. August.

Genutzt werden können alle Straßen- und Stadtbahnen, Busse sowie Züge des Nahverkehrs (jeweils 2. Klasse). Das Ticket gibt es unter anderem in den Service- und Verkaufsstellen der NordWestBahn zu kaufen. Jetzt heißt es Bahn frei und mit dem SommerFerienTicket das Strandleben an der Nordsee genießen, den Teutoburger Wald, die Lüneburger Heide oder den Harz entdecken und gemeinsam andere Regionen besuchen. www.sft2019.de



TAGESAUSFLÜGE 2019

Juli

Mi 03. Schlossmuseum Jever
 Sa 06. Borkum **!**
 So 07. Langeoog
 Mi 10. Langeoog
 Fr 12. Baltrum
 Sa 13. Helgoland
 So 14. Spiekeroog
 Di 16. Norderney
 Mi 17. Schlossmuseum Jever
 Do 18. Helgoland
 Sa 20. Neuuharlingersiel | Langeoog
 So 21. Spiekeroog **!**
 Di 23. Borkum
 Mi 24. Norderney **!**
 Do 25. Norddeich Seehundstation
 Sa 27. Wangerooge
 Mo 29. Baltrum
 Mi 31. Helgoland

August

Do 01. Langeoog
 Sa 03. Greetsiel | Borkum
 So 04. Langeoog
 Di 06. Schlossmuseum Jever
 Mi 07. Norddeich Seehundstation
 Sa 10. Wangerooge | Spiekeroog
 So 11. Norderney **!**

! Insel-Event

☎ STREIFZUG-Telefon
0541 600 2233



Niedersachsen-Ticket schon vor 9 Uhr gültig

Ohne Zeitdruck unterwegs auf Entdeckungstour

Ohne Stress und Zeitdruck mit der NordWestBahn auf Reisen gehen, so lautet auch in diesem Jahr die Devise dank des Sommer-Ferien-Bonus des Niedersachsen-Tickets. In den Sommerferien 2019 in Niedersachsen und Bremen, also vom 4. Juli bis 14. August, gilt das Niedersachsen-Ticket an jedem Tag bereits ab 0 Uhr und nicht wie sonst erst ab 9 Uhr.

Reisen macht vor allem in der Gemeinschaft Spaß. Das Niedersachsen-Ticket ist besonders für kleine Gruppen und Familien geeignet. Der Ticketpreis richtet sich nach der Anzahl der Mitfahrer. So zahlt bei einer Gruppe mit fünf Personen jeder Reisende nur 8,80 Euro. Ein Reisender zahlt 24 Euro für das Ticket, jeder weitere Mitfahrer wird mit 5 Euro berechnet. Maximal können 5 Reisende das Ticket nutzen. Das beliebte Tagesticket gilt in den Ferien ohne zeitliche Einschränkung in den Nahverkehrszügen in Niedersachsen, Hamburg und Bremen. Eine ideale Gelegenheit eine Zugreise mit der NordWestBahn zu unternehmen, etwa zu den schönen Ausflugszielen in Niedersachsen und Bremen. Tipps hierfür gibt es auf den Seiten 8 und 9.

Online und Mobil: Ticketkauf mit Computer und Smartphone

Das Niedersachsen-Ticket ist seit kurzem auch online und mobil zu erwerben. Unter der Webadresse www.niedersachsenticket.de kann schnell



Guter Service: Das Niedersachsen-Ticket einfach über die App mit dem Handy buchen.

und unkompliziert die Zugfahrt im Ticketshop gebucht werden. Auch die Fahrradtagesskarte gibt es als Online-Ticket. Der Erwerb ist bis kurz vor der Abfahrt möglich. Natürlich ist es auch möglich, das Niedersachsen-Ticket von unterwegs mit dem Smartphone zu kaufen. Den Fahrschein gibt es in der FahrPlanner-App. Die App kann für Android- und iOS-Betriebssysteme in den jeweiligen App-Stores heruntergeladen werden.

Weitere Informationen, wie z. B. den Geltungsbereich des Tickets finden Sie unter www.niedersachsenticket.de



E-Roller sollen ab dem Sommer rollen

Wie die Mitnahme im Zug geregelt ist



Der Bundestag hat jüngst beschlossen, dass sogenannte E-Roller eine Zulassung für den Straßenverkehr bekommen sollen. Die E-Roller sind vor allem bei Pendlern beliebt, die das moderne Gefährt vom Wohnort zum Anschluss an die Verkehrsverbindungen und weiter zur Arbeit nutzen möchten.

Da die E-Roller allerdings einer Versicherungspflicht unterliegen, ist die Mitnahme in den öffentlichen Verkehrsmitteln nicht selbstverständlich. Gerade mit Blick auf die Aufgabe der Verkehrsunternehmen in erster Linie Menschen von A nach B zu bringen, muss bedacht werden, dass es nicht zu einer Konkurrenzsituation zwischen Fahrgästen und E-Rollern kommen darf. Die NordWestBahn möchte dennoch den modernen Verkehrsmitteln der Zeit gerecht werden und erlaubt bis auf Weiteres, E-Roller in den Zügen mitzunehmen. Nicht gestattet sind allerdings übergroße Gefährte, die den begehrten Raum im Mehrzweckbereich unnötig verkleinern. Zusammengeklappt können die E-Roller kostenfrei mitgeführt werden.

Mehr Sitzplätze nach Osterholz-Scharmbeck am 9./10. August

Mit der NordWestBahn stressfrei zum Open-Air

Der große Platz neben der Stadthalle direkt am Bahnhof in Osterholz-Scharmbeck wird am 9. und 10. August zu einer spektakulären Open-Air-Bühne.

Am Freitag, 9. August, tritt der Sänger Vincent Weiss im Rahmen seiner „Irgendwie AndersTour“ auf und wird mit neuen Songs aber sicherlich auch mit seinen bekannten Hits „Feuerwerk“, „Frische Luft“ oder „An Wunder“ das Publikum begeistern. Die deutsche Kult-Popband PUR bestreitet am Samstag, 10. August, das Programm. Die Zuhörer können sich auf Songs des neuen aktuellen Albums „Zwischen den Welten“ freuen, wie auch auf Songs aus 30 Jahren PUR-Geschichte.

Damit die Konzertbesucher, die mit der NordWestBahn (Linie RS 2) zu den Konzerten stressfrei an- und abreisen können, haben die Landesnahverkehrsgesellschaft Niedersachsen (LNVG) und der Bremer Senator für Umwelt, Bau, Verkehr (SUBV) als Aufgabenträger Kapazitätserhöhungen geplant. Die Züge der NordWestBahn haben ein vergrößertes Platzangebot und zudem wird es in der Nacht von Samstag auf Sonntag nach dem Konzertende eine zusätzliche Fahrt nach Bremen geben.

SOMMER SONNE NORDWESTBAHN

Tine und Fips freuen sich auf den Sommer und die Ferien. Da werden sie viel unternehmen und mit der NordWestBahn in den Urlaub fahren. Wohin die Reise geht, das wissen sie noch nicht. Vielleicht kannst Du es herausfinden?

Vater, Mutter, Kind sind eine ...

Im Sommer scheint sie oft

Gegenteil von Feinden

Hier findet man Ausstellungen

Tine und Fips machen einen ...

Kann man drin baden

Die macht man mit der Eisenbahn

Ist voller Salzwasser

Schmeckt im Sommer am besten

Kann man hochklettern

Tine und Fips haben viel ...

1 2 3 4 5 6 7

Scherzfrage

In welchen Zug passt nur ein Mensch, egal wie sehr man sich anstrengt?

Lösung: In den Anzug!

Quatsch

& Spaß

Witziges für kleine Fahrgäste

Der Zugschaffner zum Fahrgast:
„Möchten Sie sich nicht setzen?“
– „Nein, ich habe es eilig!“



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.

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



Lloyd
Kaffeeseminar



Hafenrundfahrt
Bremerhaven



Spaziergang
durch Ritterhude



Gästeführung
Delmenhorst



Schnoorviertel
Bremen

RS 1

RS 2

RS 3

RS 4



Schnoorviertel Bremen

Flanieren durch schmale Gassen

Hanseatische Tradition und Geschichte ist in Bremens ältestem Stadtteil Schnoor zu erleben. In früheren Zeiten lebten in dem Viertel vornehmlich Fischer und Seeleute. Der Name Schnoor geht darauf zurück, dass sich die kleinen pittoresken Häuser wie Perlen auf einer Schnur aneinanderreihen, plattdeutsch „Schnoor“. In den schmalen Gassen sind schmucke Fachwerkhäuser aus dem 15. und 16. Jahrhundert zu bestaunen. Viele Kultureinrichtungen, Kunsthandwerker, Antiquitätengeschäfte, Galerien und Souvenirläden laden zum Stöbern ein.

RS 1, RS 2, RS 3, RS 4 | Haltestelle Bremen Hbf

Fußweg ca. 1,4 km via Bahnhofstraße

Straßenbahnlinie 4, 6, 8 bis zur Haltestelle Domsheide.
Von hier ca. 250 m zu Fuß.

www.bremen-schnoor.de





Gästeführung Delmenhorst

Geschichte der Stadt entdecken

Auf vielfältige Art können Besucher Delmenhorst bei rund 20 Themenführungen entdecken. Das Angebot reicht von der Stadtrundfahrt mit dem Bus bis zur Zeitreise ins Mittelalter. Einen Streifzug durch die Geschichte der Stadt und zu den Sehenswürdigkeiten wie die Rathausanlage und die Grafengruft

können die Gäste bei dem großen Stadtrundgang unternehmen. Etwas ganz Besonderes zum Schmunzeln und Staunen ist die Gefängnis-Tour „de swarte Kammer“ oder die Taschenlampenführung, bei der die Teilnehmer in der Abenddämmerung mit der Taschenlampe das Rathaus erkunden. Bei der Führung „Vom Was-

serturm zum Burgmodell“ erfahren sie Spannendes aus der Stadtgeschichte.

 RS 3, RS 4 | Haltestelle Delmenhorst

 Fußweg ca. 850 m via Bahnhofstraße zum Wasserturm

 www.dwfg.de



Spaziergang durch Ritterhude

Auf geschichtsträchtigen Spuren



Ein Spaziergang, der Natur, Geschichte und Flusslandschaft verbindet, erwartet die Besucher in Ritterhude. Auf dem etwa vier Kilometer langen Weg geht es quer durch die Historie des Ortes am Flussdreieck der Hamme, Wümme und Lesum. Nach dem Start am Anleger an der Schlossbrücke, wo früher Torf, Muscheln, Klinker, Sandstein und Korn für die Mühle umgeschlagen wurde, führt der Weg über die Schlossbrücke weiter zu einem unter Denkmalschutz stehenden Deich aus den Jahren um 1300. Über die Dammbücke geht es anschließend zur Schleuse und weiter zur Ritterhuder Mühle und am Rathaus vorbei zurück zum Ausgangspunkt.

 RS 2 | Haltestelle Ritterhude

 Fußweg ca. 1,3 km via Riesstraße

 www.ritterhude.de



Hafenrundfahrt Bremerhaven

Die Seestadt vom Wasser aus erkunden



Mit der Barkasse lässt sich die Seestadt mit ihren Häfen wunderbar vom Wasser aus erkunden. Die Rundfahrt startet täglich am Süden des Neuen Hafens, im touristischen Herzen Bremerhavens. Während der etwa einstündigen Fahrt durch den Neuen Hafen und die Kaiserhäfen I, II und III können die beeindruckenden riesigen Fracht- und Transportschiffe bestaunt werden. Vorbei geht es auch an der neu erweiterten Kaiserschleuse. Durch den Verbindungshafen fährt die Barkasse weiter durch den Verbindungshafen sowie in den Nord- und Osthafen.

 RS 2 | Haltestelle Bremerhaven

 Fußweg ca. 2,6 km via Columbusstraße

 Buslinie 502, 506, 508 und 509 bis Haltestelle Havenwelten, von dort zu Fuß 600 m bis Neuer Hafen

 www.hafenrundfahrt-bremerhaven.de



Lloyd Kaffeeseminar

Von der Kaffeepflanze bis in die Tasse



Für Kaffeeliebhaber ist das Lloyd-Kaffeeseminar genau das Richtige. Sie können eintauchen in die große Welt des Kaffees und erhalten einmalige Einblicke in die gläserne Kaffeerösterei. Während sie dem Röstmeister über die Schulter schauen, erfahren sie alles Wissenswerte über die Geschichte der kostbaren Bohne, die verschiedenen Sorten und ihre Herkunft. Im Anschluss an das 90 bis 120 Minuten dauernde Kaffeeseminar können die Besucher selbstverständlich frisch aufgebrühten Kaffee kosten. Zu den offenen Terminen ist keine Anmeldung erforderlich.

 RS 1 | Haltestelle Bremen-Walle

 Fußweg ca. 1,8 km via Waller Ring und Fabrikenufer

 Buslinie 26 ab Bf Bremen-Walle bis Emdersstraße. Ab hier ca. 800 m Fußweg via Fabrikenufer

 www.lloyd-kaffee.de



Jörg Cyroll von der NordWestBahn über die komplexen Eigenschaften der Infrastruktur

Eisenbahn erklärt: Störungen auf der Strecke



Mit der Eisenbahn unterwegs zu sein ist für Pendler und Reisende eine ausgezeichnete Methode, um ein Ziel zu erreichen. Ob auf dem Weg zur Arbeit oder in den wohlverdienten Urlaub, die NordWestBahn bringt Sie sicher hin. Jeden Tag rollen tausende Züge verschiedener Eisenbahnverkehrsunternehmen über die Gleise der Region. Die Sicherheit auf den Schienen hat dabei oberste Priorität. Um diese zu garantieren, gibt es im Streckennetz viele technische Kontrollen, ohne die der Verkehr heute nicht mehr möglich wäre. Doch technische Geräte funktionieren nicht immer einwandfrei, gerade wenn Sie sehr häufig genutzt werden. Um Reisende und Pendler die größtmögliche Mobilität bieten zu können, läuft der Eisenbahnbetrieb (fast) rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr. Viele Störungen haben somit auch gleich Auswirkungen auf die Reise der Fahrgäste. Welche Störungen besonders häufig vorkommen und welche Folgen diese haben, erklärt Jörg Cyroll, Leiter Betrieb der NordWestBahn.



„Die Sicherheit geht immer vor, auch wenn es dadurch zu Verspätungen kommt und die Fahrgäste sich ärgern.“

JÖRG CYROLL, LEITER BETRIEB DER NORDWESTBAHN

Moin Jörg, du kennst das ja, wenn die NordWestBahn 20 Minuten zu spät am Bahnhof ankommt, sind die Fahrgäste meistens nicht so amüsiert. Kannst du das verstehen? Na sicher. Ich bin auch lieber pünktlich am Ziel, das ist doch klar.

Und wenn die Fahrgäste dann auf die NordWestBahn schimpfen? Dann ist das auf den ersten Blick nachvollziehbar. Auf den zweiten Blick denke ich mir dann allerdings auch, dass es schade ist, dass unsere tägliche Arbeit die Fahrgäste nicht zufrieden stellt. Sicher gibt es auch mal Störungen in unserem Betriebsablauf, die zu Verspätungen führen. Zum Großteil sind es allerdings Störungen auf der Strecke, die uns und den Fahrgästen ein Schnippchen schlagen. Wir können ja erst mal nichts an den Störungen auf der Strecke machen. Die Strecken werden von den Kollegen der Infrastrukturträger, zum Beispiel der DB Netz AG betrieben, da können wir selber nicht eingreifen.

Was sind das denn für Störungen? Da gibt es sehr viele verschiedene Dinge, die passieren können. Die häufigsten Probleme gibt es sicherlich mit Signalen, Weichen und Bahnübergängen.

Gehen wir das doch mal der Reihe durch. Was macht denn ein Signal und was passiert, wenn es gestört ist? Im Eisenbahnverkehr bewegen sich die Züge auf der Strecke in sogenannten Zugfolgeabschnitten, das sind Streckenbereiche, in denen sich immer nur ein Zug aufhalten darf. Jeder Abschnitt ist durch Hauptsignale begrenzt, das erste Signal bestimmt den Anfang des Abschnittes und das zweite das Ende. Die Signale zeigen dem Triebfahrzeugführer an, ob ihm die Einfahrt in den jeweils nächsten Abschnitt gewährt wird. Ob sich ein Zug in einem Block befindet, werten elektrische Sensoren aus. Wenn ein Zug einen Block belegt, dann geben die Sensoren diese Information an das entsprechende Stellwerk, das dann das Hauptsignal auf Halt (Rot) stellt und dem Triebfahrzeugführer anzeigt, dass er nicht in den Abschnitt einfahren darf. Sobald der Abschnitt frei

wird, geben die Sensoren das Signal zur Weiterfahrt (Grün oder Gelb). Da der Bremsweg bei Zügen ungleich weiter ist als bei Autos, gibt es zu jedem Hauptsignal auch immer ein Vorsignal (im festgelegten Bremswegabstand). Das Vorsignal zeigt an, ob das jeweils folgende Hauptsignal ebenfalls frei zeigt oder eben nicht.

Das klingt nachvollziehbar. Was ist denn das Problem mit den Signalen? Jede Technik hat ihre Tücken. Wenn einer der Sensoren auf der Strecke nicht ordnungsgemäß funktioniert oder die Signale selbst ein Problem haben, dann werden die Signale automatisch auf Rot gestellt. In diesem Fall muss davon ausgegangen werden, dass sich noch ein Zug im Block befindet. Für die Fahrgäste heißt es dann erst mal warten. Der Fahrdienstleiter, der den Überblick über den Verkehr auf der Strecke hat, kann dann das Fahren auf Sicht mit einem schriftlichen Befehl oder Vorsichtssignal erlauben. Der Triebfahrzeugführer darf in diesem Fall den Streckenabschnitt auf Sicht befahren, allerdings nicht schneller als mit 40 Stundenkilometern, oder je nach Sichtverhältnissen (Nebel, Dunkelheit, usw.) auch noch langsamer. Die Verspätungen sind dann natürlich vorprogrammiert.

Und das betrifft dann nicht nur einen Zug ... Genau, andere Züge, die auf der Strecke unterwegs sind, müssen dann warten bis der Block frei ist und gegebenenfalls genauso auf Sicht fahren, wenn die Störung noch andauert. Gerade auf eingleisigen Strecken schaukeln sich die Verspätungen dadurch hoch.

Immer wieder lesen Fahrgäste auch von einer Weichenstörung, wenn der Zug verspätet ankommt. Bei Störungen an der Weiche ist die Situation klar. Wenn eine Weiche sich nicht mehr stellen lässt, dann kann kein Zug die Weiche passieren. Eine Weiche hat einen elektrischen Motor, der ist natürlich auch anfällig für Störungen. Die Weiche führt die Züge entweder geradeaus oder lenkt sie nach links oder rechts. Da bei einer Störung der Weiche nicht ersichtlich ist, in welcher Position diese steht, kann auch kein Zug durchgelassen werden. Dann ruht der Verkehr solange, bis die Störung behoben ist, oder die Züge müssen wieder zurückfahren.

Jörg, wie ist die Lage bei den Bahnübergängen? Bahnübergänge sind für den Eisenbahnverkehr natürlich unverzichtbar, sonst würde eine Eisenbahnstrecke ja ganze Landstriche einschließen. Bahnübergänge funktionieren genauso elektronisch wie Signale oder Weichen. Sensoren an der Strecke lösen den Betrieb von Schranken und Ampeln an den Übergängen aus. Jeder Bahnübergang hat in der Regel ein kleines Häuschen in der unmittelbaren Nähe. In diesem Häuschen wird die empfindliche Elektronik aufbewahrt. Gerade im Sommer und im Winter kann es Probleme mit der Elektronik geben. Wenn an dem System Bahnübergang nur ein Teil nicht funktioniert, wird dem Triebfahrzeugführer per Signal an der Strecke mitgeteilt, dass er den Übergang nicht passieren darf.

Und dann steht der Zug solange bis die Anlage wieder einwandfrei funktioniert? Nein, der Triebfahrzeugführer hat die Möglichkeit den Bahnübergang auch selbstständig zu sichern.

Holt er dann ein Flutterband heraus und spannt es über die Straße? Das geht zum Glück einfacher. Heute sind viele Bahnübergänge schon mit einer automatischen Hilfseinschalttaste ausgestattet. Da genügt es, wenn

der Triebfahrzeugführer mit dem Zug an den Bahnübergang herankommt und anhält, dann löst er automatisch die Hilfseinschaltung für den Bahnübergang aus. Dieses System gibt es auch noch in der manuellen Version, dabei muss der Triebfahrzeugführer aussteigen und mit einem Schlüssel den Bahnübergang per Hand einschalten. Das dauert natürlich deutlich länger und führt in der Folge zu satten Verspätungen.

Aber oft sind gleich mehrere Bahnübergänge von einer Störung betroffen. Funktionieren die alle per Zufall gleichzeitig nicht? Nein das wäre ja Hexerei. Wie bei der Signalstörung beschrieben, haben Züge einen deutlich längeren Bremsweg als Autos. Entsprechend werden die Einschaltpunkte der Bahnübergänge so geplant, dass ein Zug immer zum Stillstand kommen kann, bevor er auf einen weiteren Bahnübergang fahren würde. Sollten es aber mehrere Übergänge geben, die in Abständen einander folgen, so dass die Abstände für die Einschaltung der einzelnen Bahnübergänge nicht ausreichen, dann werden alle folgenden Bahnübergänge gemeinsam eingeschaltet. Wenn nun an einem Bahnübergang



Damit die Züge rollen, müssen die Weichen richtig gestellt sein. Signalempfänger (kleines Foto) sind wichtige Informationsgeber für den Betrieb.



eine Störung vorliegt und der Zug deshalb zusätzlich anhalten muss, dann müssen alle folgenden Bahnübergänge auch vom Triebfahrzeugführer zusätzlich eingeschaltet werden. Somit kann es vorkommen, dass durch eine Bahnübergangsstörung gleich mehrere Bahnübergänge vom Triebfahrzeugführer gesichert werden müssen. Das können auf manchen Strecken auch mal sechs Stück oder mehr sein. So kommen leicht 20 Minuten Verspätung zustande, die dann wieder den ganzen Ablauf durcheinanderbringen.

Das ist ja ein sehr komplexes System. Das ist wohl so. Aber ohne würde es nicht funktionieren. Die Sicherheit geht immer vor, auch wenn es dadurch zu Verspätungen kommt und die Fahrgäste sich ärgern.

Jörg, vielen Dank für die ganzen Informationen. Wird es denn zukünftig weniger Störungen geben? Wir arbeiten eng mit den Kollegen der Deutschen Bahn zusammen und versuchen für uns und unsere Fahrgäste immer das bestmögliche rauszuholen.

Stärkung für Aktive

Fitmacher für unterwegs

Alle Informationen sind zusammen, die Planungen sind abgeschlossen und die Radtour ins Grüne oder die Wanderung durch die Natur steht kurz bevor. Spätestens jetzt stellt sich die Frage, welcher Reiseproviant am besten zum Mitnehmen geeignet ist. Wir verraten, auf was Ausflügler bei ihren Fitmachern im Vorfeld achten sollten und welcher Snack besser zu Hause bleibt. Schließlich soll die kleine Stärkung auch nach Stunden noch frisch und appetitlich sein.

Was mit auf Reisen geht, hängt natürlich von den Vorlieben des Einzelnen ab. Während sich der eine lieber mit Süßem stärkt, bevorzugt der andere eine deftige Zwischenmahlzeit, um wieder auf Touren zu kommen. In jedem Fall gilt: Wer seinen Proviant zu Hause vorbereitet, hat etwas dabei, was ihm schmeckt. So sind Reisende auch unabhängig von dem Angebot unterwegs.

• Leichte und damit gut verdauliche Speisen wie Gemüse, Obst und Brot sind gerade für aktive Reisende die bessere Wahl und sollten eiweiß- und fettreichen Speisen vorgezogen werden.

Dran denken:
Falls doch mal etwas daneben geht, schaffen Küchenpapier und Servietten Abhilfe.



• Lieber zu Schnittkäse als zu Weichkäse auf dem Brot greifen. Camembert und Co. werden schnell weich und verändern unter Umständen bei Wärme ihren Geschmack.

• Leicht verderbliche Wurstaufstriche wie Leberwurst sollten nicht mitgenommen werden.

• Obst geht am besten in ganzen Stücken mit auf Reisen. So bleiben Äpfel und Birnen länger

frisch. Kurz vor dem Verzehr können die Früchte klein geschnitten werden.

• Weintrauben, Erdbeeren und Kirschen, aber auch kleine Tomaten sind ideal als Stärkung unterwegs. Drucksicher verpackt schmecken sie lange lecker. Das Gleiche gilt übrigens für Gemüsesticks, zum Beispiel Kohlrabi und Möhren.

• Kekse ohne Schokolade und Füllung, am besten Vollkornkekse, lassen sich gut transportieren und geben unterwegs einen schnellen Energiekick. Ein gesunder Snack sind Trockenfrüchte oder Nüsse.

• Wer ausreichend trinkt, kommt gesund und munter ans Ziel. Mineralwasser, ungesüßte Tees und Fruchtschorlen löschen den Durst am besten.



Gesund unterwegs

Kleine Helfer im Gepäck

Ein Ausflug oder eine längere Reise soll so unbeschwert wie möglich sein. Doch kann leider bei vielen Aktivitäten draußen in der Natur und unterwegs manch gesundheitliches Pro-

blem die Freude trüben. Mit einer Blase am Fuß macht das Wandern weniger Spaß und ein Sonnenbrand oder Mückenstiche können den Ausflüglern ganz schön die Laune verderben. Wer eine kleine Reiseapotheke im Gepäck hat, kann typischen Reisebeschwerden vorbeugen und im Fall der Fälle schnell Abhilfe schaffen.

Das gehört in die Reiseapotheke

- Sonnenschutzcreme sowie Mittel gegen Sonnenbrand, Mückenstiche oder Juckreiz
- Desinfektionsmittel

- Medikamente gegen Reiseübelkeit
- Wund- und Heilsalbe
- Schmerzmittel

Weitere Tipps:

- Heftpflaster und Blasenpflaster
- Medikamente gegen Erkältung, Halsschmerzen, Husten und Schnupfen
- Mittel gegen Sportverletzungen
- Mittel gegen Verdauungsbeschwerden
- Evtl. Pinzette zum Entfernen von Zecken

Unser Hörbuch-Tipp

Andrea Martin

Die Geheimnisse von Oaksend – Die Monsterprüfung

Oaksend birgt ein dunkles Geheimnis: Unweit der Stadt, beim alten Druidenstein, gibt es eine Verbindung zwischen der Menschenwelt und der Welt der Monster. Robin ahnt davon nichts, bis eines Nachts Melvin vor ihm steht. Als angehendes Schutzmonster ist es Melvins Aufgabe, seinen Schützling vor Unheil jeder Art zu bewahren. Und das hat Robin auch dringend nötig. Denn Melvin ist nicht das einzige Monster in Oaksend und nicht alle Monster kommen in guter Absicht ...

Gekürzte Lesung. Gelesen von Jona Mues

1 CD | Laufzeit: ca. 300 Minuten | Verlag: cbj audio, Originalverlag: cbj

Preis: 12,99 Euro | 978-3-8371-4604-2

Spannende
Monster-
geschichten
zum Hören



Gewinnspiel

Die NordWestBahn verlost fünf Exemplare des Hörbuch-Tipps. Wenn Sie eines gewinnen möchten, schicken Sie einfach unter Angabe Ihrer

Kontaktdaten das Stichwort „Monsterprüfung“ an die E-Mail-Adresse gewinnspiel@nordwestbahn.de. Einsendeschluss: 15. August 2019. Das gesamte Team der NordWestBahn drückt die Daumen und wünscht allen Teilnehmern viel Glück!

Gut vorzubereiten, braucht jedoch etwas Zeit

Blaubeermilchshake mit Müslikrokant

Zutaten für 4 Gläser à 200 ml

Topping

- 50 g Walnüsse
- 125 g Haferflocken
- 1 Messerspitze Zimt
- 2,5 EL Rapsöl
- 30 g Honig
- 50 g Cranberrys oder Rosinen

Shake

- 350 g Blaubeeren
- 1 unbehandelte Zitrone
- 500 ml Milch
- 100 ml Sahne
- 4 große Kugeln Vanilleeis

Übrigens: Das Topping lässt sich gut vorbereiten, in einer Dose aufbewahren oder mitnehmen und als Müsli essen.

Tipp: Statt frischer Blaubeeren eignen sich auch TK-Beeren.



Zubereitung

Für das Topping den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Alle Zutaten für das Topping außer den Cranberrys oder Rosinen in einer Schüssel vermischen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. Im vorgeheizten Backofen 20 Minuten rösten. Zwischendurch einmal umrühren. Herausnehmen, die Cranberrys oder Rosinen unterrühren und alles abkühlen lassen.

Für den Shake die Blaubeeren und die Zitrone waschen. Die Zitrone abtrocknen und die Hälfte der Schale abreiben. 1 EL Zitronensaft auspressen und zusammen mit dem Abrieb, den Blaubeeren und der Milch pürieren. Die Sahne steif schlagen. Die Blaubeermilch in Gläser verteilen. Sahne, Eis und Topping darauf geben und sofort servieren.

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.einfachhausgemacht.de.

Unser Tipp kommt von

EINFACH HAUSGEMACHT
Wein Magazin für Haus und Küche



Ein echter Profi mit dem Herz am rechten Fleck: Kundenbetreuer Ronald Kwapinski.

Auszeichnung für selbstlosen Einsatz

Ronald Kwapinski ist Eisenbahner mit Herz

Alljährlich lobt die „Allianz pro Schiene“ den Wettbewerb „Eisenbahner mit Herz“ aus. Ronald Kwapinski ist Kundenbetreuer im Netz der Regio-S-Bahn Bremen/Niedersachsen (RSBN) und hat die Auszeichnung in Bronze verliehen bekommen. Die Jury würdigt den selbstlosen Einsatz des Kundenbetreuers der NordWestBahn, der einem Jungen einen Fahrschein aus eigener Tasche bezahlt hat, weil dieser Portemonnaie und Monatskarte zu Hause vergessen hatte.

Sie sind der Eisenbahner, der einem kleinen Jungen aus der Patsche geholfen hat. Wie sind Sie überhaupt auf ihn aufmerksam geworden?

Wir sind gerade in Bremen vom Hauptbahnhof losgefahren. Da kam der Junge auf mich zu und sprach mich an: Er hätte kein Portemonnaie dabei, kein Geld und auch kein Ticket. Es ging nur um wenige Stationen. Ich kann gar nicht mehr sagen, wie ich blitzartig auf die Idee kam, ihm einen Fahrschein zu kaufen.

Haben Sie überlegt, den Jungen einfach ohne Ticket fahren zu lassen?

Nein, das ist nicht erlaubt. Alle kaufen sich ja ihr Ticket, die Kinder genau wie die Erwachsenen. Deswegen gibt es nur die Möglichkeit, entweder den Passagier aufzuschreiben oder ihm ein Ticket zu kaufen.



Eisenbahner mit Herz

Und jetzt sind Sie Eisenbahner mit Herz ...

Damit hätte ich nie gerechnet. Ich habe mich sehr, sehr gefreut, dass die Mutter das so positiv aufgenommen und gemeldet hat. Ich war froh, dass ich dem Jungen geholfen habe. Damit war die Sache für mich erledigt.

Sind Sie generell ein großzügiger Typ?

Es hängt bei mir von der Situation ab. Das war ja auch kein Riesebetrag. Und als Kontrolleur entwickelt man mit der Zeit ein Gefühl: Wer schwindelt einen an, wer schwindelt einen nicht an. Bei Dominik war ich mir sofort sicher, dass er ehrlich ist.

Sie arbeiten im Rentenalter weiter. Was ist das Besondere an dem Beruf?

Ich liebe das Gespräch mit den Kunden, die Betreuung, den Kontakt. Ich wäre kein Mann dafür, vorne alleine in der Lok zu sitzen. Ich suche den Umgang mit den Menschen.

Ihr Rat an alle Vergesslichen: Was sollte man machen, wenn man sein Monatsticket vergessen hat?

Nicht einfach warten und hoffen, dass einen keiner erwischt. Ich empfehle, jemanden von der Bahn zu suchen und zu fragen, wo der Kontrolleur ist.

6.300 Schritte für die Gesundheit oder: Ein Tag im Leben einer Kundenbetreuerin

Wie viele Schritte sollen täglich für die Gesundheit gegangen werden? Mindestens 6.000 empfehlen Sportärzte. Für Kundenbetreuerin Sylvia Neumann von der NordWestBahn ist das kein Problem:

„Mein Zug ist 82 Meter lang. Ich mache 100 Schritte, um einmal durch den ganzen Zug zu laufen. Das mache ich mindestens 63 Mal pro Schicht, immer wieder hin und zurück. Das sind insgesamt 6.300 Schritte oder – umgerechnet auf mein Schrittmaß – 4,5 Kilometer.“

4,5 km /
6.300 Schritte
pro Schicht



APP gefahren!



Niedersachsen-
tarif und
Niedersachsen-
Ticket inklusive

FAHRPLANER-APP: DER TASCHEN-TICKETAUTOMAT Verbindung suchen – Ticket buchen

Gefördert / Finanziert durch:

zvbv

Der Senator für Umwelt,
Bau und Verkehr

Die niedersächsischen
SPNV-Aufgabenträger

 Freie
Hansestadt
Bremen



Verkehrsverbund
Bremen/Niedersachsen



Infos unter: VBN-24h-Serviceauskunft 0421/59 60 59 · www.fahrplaner.de · www.vbn.de

