

Das Fahrgastmagazin der NordWestBahn

UNTERWEGS

mit der Weser-
und Lammetalbahn

Verspätung

2

Streckenstörungen erklärt



Bunt, fröhlich, cool
Parklichter Bad Oeynhausen



Auszeichnung für selbstlosen Einsatz
Eisenbahner mit Herz

NordWestBahn

Wir sind  transdev

Wir sind für Sie da

NordWestBahn GmbH
Franz-Lenz-Straße 5
49084 Osnabrück

Schlaue Nummer für Bus und Bahn in NRW

Automatische Fahrplanauskunft:
08003 504030 (gratis)
Persönliche Fahrplan- und Tarifauskunft:
01806 504030 (20 ct/Anruf aus dem dt.
Festnetz, Mobilfunk max. 60 ct/Anruf)

NordWestBahn-Agentur Bad Salzedt furth (Bahnhof)

Mo bis Fr 6:50 bis 11:15 Uhr,
13:50 bis 16:25 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.nordwestbahn.de



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



[www.facebook.de/
nordwestbahn](http://www.facebook.de/nordwestbahn)



www.twitter.com/nwb_nds

Lösung Kinderrätsel: Nordsee

Impressum

Herausgeber: NordWestBahn GmbH
Franz-Lenz-Straße 5 | 49084 Osnabrück
www.nordwestbahn.de, V.i.S.d.P. Dr. Rolf Erfurt
Projektleitung: Elisabeth Schomaker, Sandra Joachim-Meyer
Redaktion: Steffen Högemann, Karin C. Punghorst,
Ingmar Bojes, Sandra Joachim-Meyer
Design & Umsetzung: www.artventura.net
Druck: Günter Druck GmbH, Georgsmarienhütte
Auflage: 4000 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 NordWestBahn 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



Ihre
„Unterwegs“
im Abo



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 | Ohne Zeitdruck unterwegs auf Entdeckungstour/ E-Roller: Mitnahme-Regelung im Zug
- S. 5 | Züge erstrahlen in neuem Glanz / W-LAN in den Zügen / Mobil mit dem SommerFerienTicket

Freizeit & Frischluft

- S. 6 | Netzperlen für Sie entdeckt

Einblick & Durchblick

- S. 8 | Eisenbahn erklärt: Störungen auf der Strecke
- S. 10 | Mit der NordWestBahn in Bewegung kommen
- S. 11 | Fitmacher für unterwegs / Kleine Helfer im Gepäck

Service & Unterhaltung

- S. 12 | Unser Hörbuch-Tipp / Rezept: Blaubeermilchshake mit Müslikrokant
- S. 13 | Ronald Kwapinski ist Eisenbahner mit Herz / Ein Tag im Leben einer Kundenbetreuerin
- S. 14 | Spiel: Ich denke was, was du nicht denkst / Sudoku-Rätsel

Raten & Rätseln

- S. 15 | Sommer, Sonne, NordWestBahn / Quatsch & Spaß



Hamelner Pflasterfest



Öko- und Bauernmarkt Rinteln



Marktplatz Musiktage Hildesheim

Termine in der Region

Veranstaltungskalender

Juni und Juli, freitags

Musik Freitags 19:30

Der Titel dieser Veranstaltungsreihe verrät bereits das Wichtigste: Jeden Freitagabend gibt es im Juni und Juli Open-Air-Musik umsonst und draußen, nämlich vor dem Hotel Kronprinz in Bad Salzdetfurth. Die Bandbreite der Bands, die hier an den insgesamt neun Terminen gastieren werden, ist vielfältig und bietet für jeden Geschmack etwas.

-  RB 79 | Haltestelle Bad Salzdetfurth
-  ca. 400 m via Mühlenstraße
-  www.kvv-bad-salzdetrth.de

Juli & August,
freitags & samstags

Marktplatz Musiktage in Hildesheim

Jeden Freitag und Samstag in den Sommermonaten verwandelt sich der historische Markt- platz Hildesheims in eine wunderbare Chill- out-Lounge. Seit 19 Jahren bieten die Markt- platz Musiktage in den Sommermonaten kos- tenlose Open-Air-Konzerte an. Dazu gibt's gute Stimmung, erfrischende Getränke und ein einzigartiges Ambiente.

-  RB 77, 79 | Haltestelle Hildesheim Hbf
-  ca. 700 m via Bernwardstraße
-  www.marktplatz-musiktage.de

Fr, 2. August bis So, 4. August



Parklichter und Familientag

Bunt, fröhlich, cool – so zeigt sich Bad Oeyn- hausen jedes Jahr während der Parklichter. Dann verwandelt sich der Kurpark für drei Tage in den Schauplatz eines großen Festes. Am Freitag gibt es reichlich Musik, am Samstag wird gefeiert und am Sonntag schließlich lockt das große Familienfest mit einem bunten Pro- gramm für Jung und Alt in den Kurpark.

-  RB 77 | Haltestelle Bad Oeynhausen Süd, alle anderen Linien: Bhf Bad Oeynhausen
-  ca. 400 m via Südbahnstraße und Detmolder Straße
-  www.parklichter.com

Fr, 30. August bis
So, 1. September

Hamelner Pflasterfest

Drei Tage lang bebt das Pflaster in der Hamelner City von satten Rhythmen und rockiger Musik. Sechs Bühnen, 80 Bands, zwei DJ-Areas und über 100.000 Besucher: Beim Hamelner Pflasterfest steht ganz klar die Musik im Vorder- grund. Vor allem handgemachte Musik – vom Top-40-Sound bis zu leisen Tönen bei Songwri- tern und Folk-Rockern – ist hier alles dabei.

-  RB 77 | Haltestelle Hameln
-  ca. 1 km via Bahnhofstraße
-  Buslinie 5, 7, 93, 94 bis Bürgergarten
-  www.hameln.de

Sa, 7. September
und So, 8. September

Öko- und Bauernmarkt in Rinteln

Ökolandbau zum Anfassen, Schmecken und nicht zuletzt auch zum Mitfeiern – das ist die Devise beim Öko- und Bauernmarkt in Rintelns Innenstadt. Die lebendige Vielfalt des Ökobereiches wird hier präsentiert. Neben vielen Infos über nachhaltige Landwirtschaft können die leckeren Produkte selbstverständ- lich auch verkostet und gekauft werden.

-  RB 77 | Haltestelle Rinteln
-  ca. 1,4 km via Bahnhofstraße
-  www.rinteln.de

Sa, 14. September, 14 Uhr

4. Weltkindertag in Vlotho

Zum Weltkindertag präsentiert sich der Som- merfelder Platz in Vlotho wieder besonders bunt und kindgerecht. Viele Mitmachangebote und kreative Aktionen warten hier dann auf die kleinen und die großen Besucher. Mit von der Partie sind unter anderem das Jugendzentrum mit einem Graffitiworkshop, die Stadtbücherei, der Heimatverein und viele mehr.

-  RB77 | Haltestelle Vlotho
-  ca. 500 m via Lange Straße und Mühlenstraße
-  www.vlotho.de

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 6 und 7.

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 und unkompliziert die Zugfahrt im Ticketshop gebucht werden. Auch die Fahrradtageskarte gibt es als Online-Ticket. Der Erwerb ist bis kurz vor der Abfahrt möglich.



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

Natürlich ist es auch möglich, das Niedersachsen-Ticket von unterwegs mit dem Smartphone zu kaufen. Den Fahrschein gibt es in der FahrPlaner-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.

Sechs Fahrzeuge bereits umgerüstet

Züge erstrahlen in neuem Glanz

Im vergangenen Jahr hat die Landesnahverkehrsgesellschaft Niedersachsen (LNVG) mit der Verjüngungskur der 15 Jahre alten Fahrzeuge des Typs LINT im Netz der Weser-/Lammetalbahn begonnen. Schon sechs Züge sind mittlerweile generalüberholt.

Nach der Kur gibt es nun Steckdosen für Notebooks, USB-Ladestationen für Smartphones, ein neues Beleuchtungskonzept, Fahrgasttüren mit verbesserten Bedienelementen und eine automatische Spaltüberbrückung zum gefahrenlosen Ein- und Ausstieg. Ein besonderes Highlight ist das W-LAN, das in den generalüberholten Zügen in einer Testphase ab Juli für die Fahrgäste verfügbar sein wird. Jedes der Fahrzeuge hat schon gut zwei Millio-

nen Kilometer zurückgelegt – eine imposante Zahl. Nach der jetzigen Frischzellenkur sind die Fahrzeuge technisch und optisch wieder in einem einwandfreien Zustand.



Funktional und optisch ansprechend ist der Fahrgastraum gestaltet.

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

Moderne Technik nach Generalüberholung

W-LAN in den Zügen der Weser-/Lammetalbahn

Unterwegs ist in der heutigen Zeit viel im Internet zu erledigen. Das eigene Datenvolumen auf dem Smartphone ist oft schnell aufgebraucht und der Empfang teilweise mäßig. Die NordWestBahn bietet den Fahrgästen auf der Weser-/Lammetalbahn nun zusammen mit der Landesnahverkehrsgesellschaft Niedersachsen (LNVG) kostenfreies W-LAN in den modernisierten Zügen der Weser-/Lammetalbahn an.

Die Testphase soll im Juli starten. Fahrgäste können sich ohne Passwort einfach in das W-LAN der NordWestBahn einloggen und lossurfen. Damit das Internet auch flott funktioniert, bekommt jeder Fahrgast ein Datenkontingent zur Verfügung gestellt. Ab Herbst wird der Regelbetrieb gestartet. Dann erwartet die Fahrgäste nach dem einloggen in das W-LAN auch eine eigene Seite mit vielen Informationen über die NordWestBahn.



Bauarbeiten in der Region

Wichtige Einschränkungen auf einen Blick

Vom 29. Juli bis 13. August: RB 77

In der Folge von notwendigen Gleis- und Brückenarbeiten durch die DB Netz AG kommt es auf dem Streckenabschnitt zwischen Rinteln und Bünde/Löhne zu Beeinträchtigungen und Zugausfällen. Die NordWestBahn bietet für ihre Fahrgäste einen Schienenersatzverkehr mit Bussen an.

Vom 14. bis 27. August: RB 77

Aufgrund notwendiger Gleis- und Brückenarbeiten der DB Netz AG kann der Bahnhof in Hessisch Oldendorf nicht angefahren werden. Fahrgäste, die in Hessisch Oldendorf ein- beziehungsweise aussteigen werden gebeten, den von der NordWestBahn angebotenen Schienenersatzverkehr zu nutzen.

Die NordWestBahn wird rechtzeitig auf ihrer Homepage und über die Medien dazu informieren.

www.nordwestbahn.de/baustellen

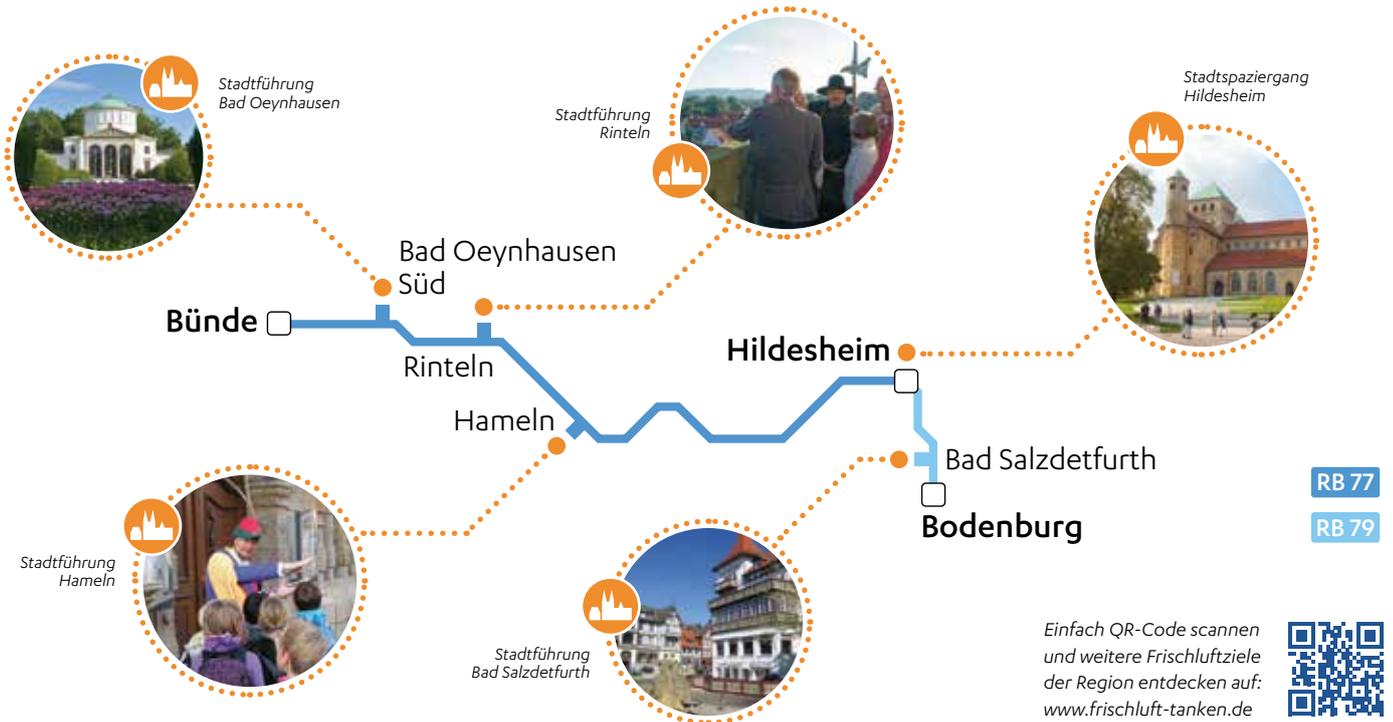




Netzperlen für Sie entdeckt

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!



Stadtführung Bad Salzdetfurth

Sole und Salz

„Sole und Salz – Gott erhalt's“: Kaum eine andere Stadt ist so vom Salz geprägt wie Bad Salzdetfurth. Von den ersten Salzsiedern bis zum industriellen Bergbau hat die Geschichte des Salzes sichtbare Spuren in der Stadt hinterlassen. Bei einem Spaziergang durch acht Jahrhunderte wird die ereignisreiche Geschichte der Stadt lebendig. Die Besucher erfahren dabei viel Wissenswertes über den wirtschaftlichen Aufstieg, Krisenzeiten, Feuersbrünsten und auch vom Hochwasser. An der Lamme wurde aber auch vor 150 Jahren das erste Badehaus errichtet und seitdem wird die unter Salzdetfurth liegende Sole zu Heilzwecken genutzt. Bei dem Rundgang besichtigen die Gäste zudem die historischen Gradierwerke im Kurpark. Heute ziehen sie viele Erholungssuchende an, die wohltuende salzige Luft atmen möchten.

- RB 79 | Bad Salzdetfurth
- ca. 400 Meter über Bahnhofstraße
- www.bad-salzdettfurth.de





Spaziergang zu den Heilquellen in Bad Oeynhausen

Rundgang durch das Staatsbad

Spannende Geschichten rund um den preußischen Kurort des 19. Jahrhunderts erfahren Besucher bei einem Rundgang mit einem Stadtführer. In seiner Begleitung geht es quer durch den Kurpark und in die Innenstadt zu den Sehenswürdigkeiten und Attraktionen der Stadt mit der größten kohlesäurehaltigen Thermalsolequelle der

Welt, den berühmten Jordansprudel. Auf dem Programm steht natürlich ein Besuch der historischen Badehäuser und des Kaiserpalais. Der Rundgang führt die Besucher schließlich bis in die Innenstadt zum bronzenen Schwein des Colon-Sültemeyer-Brunnens. Spannende Einsichten vermitteln auch die thematischen Stadtführun-

gen, zum Beispiel zur Architektur, Historie und zu den Heilquellen. Zu bestimmten Terminen werden auch Märchenspaziergänge angeboten.

-  RB 77 | Haltestelle Bad Oeynhausen Süd
-  ca. 900 m über Ostkorso
-  www.staatsbad-oeynhausen.de



Zeitreise durch Hameln

Faszinierende Geschichten vom Rattenfänger



Eine ganz besondere Stadtführung erwartet die Besucher in Hameln: Mit dem Rattenfänger höchstpersönlich geht es auf Spurensuche in Hamelns Gassen und Winkeln. Schließlich ist die jahrhundertalte faszinierende Sage vom bunten Pfeifer, der Befreiung Hamelns von den Ratten und dem spurlosen Verschwinden von 130 Kindern eine der bekanntesten Geschichten. Auf der Zeitreise folgen die Teilnehmer dem Rattenfänger begleitet von verführerischer Musik zu den Tatorten von damals.

-  RB 77 | Haltestelle Hameln
-  ca. 1 km via Kaiserstraße und Lohstraße
-  www.hameln.de



Historisches Hildesheim

Unterwegs auf der Rosenroute



Die schönsten Sehenswürdigkeiten können Besucher von Hildesheim ganz einfach auf eigene Faust entdecken: Sie müssen nur den Rosen auf den Pflastersteinen folgen. Sie führen die Gäste vom historischen Marktplatz mit dem berühmten Knochenhauer-Amtshaus, an Kirchen und historischen Gebäuden vorbei ins Fachwerkviertel. Durch romantische Gassen geht es unter anderem zu den UNESCO-Welterbekirchen Mariendom und St. Michaelis.

-  RB 77, RB 79 | Haltestelle Hildesheim
-  ca. 850 m über Bernwardstraße bis zum Knochenhaueramtshaus
-  www.hildesheim.de



Stadtführung Rinteln

Spannende Spurensuche in Rinteln



Die Stadt Rinteln im Weserbergland steckt voller Geschichten und Anekdoten. Bei einer kostümierten Führung tauchen die Besucher tief in die Stadtgeschichte ein und erfahren jede Menge Anekdoten aus dem Leben Rintelner Bürger. Historische Persönlichkeiten der Region werden wieder lebendig. So geht es auf eine Zeitreise mit der Frau des Henkers, Bürgersfrauen, Hexen, Freifrauen und dem Nachtwächter, die spannenden Geschichten zu erzählen haben.

-  RB 77 | Haltestelle Rinteln
-  ca. 1,5 km via Bahnhofstraße zum Marktplatz
-  Buslinie 2022 ab Bahnhof bis Marktplatz
-  www.westliches-weserbergland.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

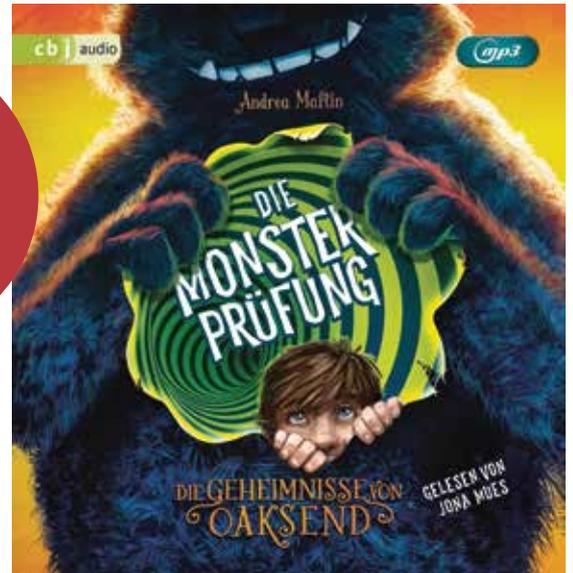
Oaksend birgt ein dunkles Geheimnis: Unweit der Stadt, beim alten Druidenstein, gibt es eine Verbindung zwischen der Menschenwelt und der Welt der Monster. Robin ahnt davon nichts, bis eines Nachts Melvin vor ihm steht. Als angehendes Schutzmonster ist es Melvins Aufgabe, seinen Schützling vor Unheil 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 untarrühren 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.



Eisenbahner mit Herz

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.

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



Spiel für unterwegs

Ich denke was, was du nicht denkst

Auf der Zugfahrt gibt es viel zu sehen und zu erleben. Mit dem Spiel „Ich sehe was, was du nicht siehst... und das ist...“ können sich Kinder und Erwachsene gleichermaßen die lange Reisezeit vertreiben. Wie wäre es aber mal mit einer anderen Variante des bekannten Klassikers? Bei dem Spiel „Ich denke was, was du nicht denkst“ geht es darum, die Gedanken der Mitreisenden zu erraten.

So geht's: Vor Beginn schreiben die Mitspieler den Begriff auf, an den sie denken. Sie können das Gesuchte vorher auch aufmalen. So kann keiner mogeln und zum Beispiel mittendrin das gesuchte Wort ändern. Anschließend startet das erste Kind und denkt an seinen Begriff, zum Beispiel ein Gegenstand, ein Tier oder eine berühmte Persönlichkeit. Die Mitspieler müssen nun Fragen stellen, die den Begriff umschreiben. Auf die Fragen darf das Kind jedoch nur mit „Ja“ oder „Nein“ antworten. Wenn der Begriff herausgefunden wurde, geht es mit dem nächsten Spieler reihum weiter. Nach Lust und Laune kann das Raten der Begriffe auch auf einen Bereich eingegrenzt werden, zum Beispiel auf das Thema Reisen und Bahnverkehr. Schaffner, Lok, Fahrkarte ... die Auswahl ist groß. Viel Spaß beim Raten!



Mach mal Pause – und löse ein Sudoku-Rätsel

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

Lösung

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

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

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

Kann man hochklettern

Ist voller Salzwasser

Schmeckt im Sommer am besten

Die macht man mit der Eisenbahn

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!“

VIELE ZIELE. WENIG ZAHLN.

MIT 5 REISENDEN SCHON AB

8,80 €

PRO PERSON

Mit dem Niedersachsen-Ticket.

Reisen Sie jetzt einen Tag lang bequem in allen Bahnen und Bussen des Nahverkehrs – nach Hannover oder zu jedem anderen Ziel in Niedersachsen, Bremen und Hamburg.



Mit dem **FahrPlanner** jetzt noch einfacher unterwegs:
Reise von Tür zu Tür planen. Ticket kaufen. Als App und im Web.



Mehr erfahren auf
www.niedersachsenticket.de



Einfach unterwegs
Das Niedersachsen-Ticket