01/2021

EXTRAZEIT

Für Fahrgäste in Westfalen-Lippe

Kostenlos zum Mitnehmen

NWL Nahverkehr Westfalen-Lippe

/ Freilichtmuseen

Reise in die Vergangenheit

/ Mobilität

Wissenswertes rund ums Rad

Collien Ulmen-Fernandes

Interview mit der Schauspielerin, Moderatorin und Autorin

www.extrazeit-magazin.de

EXTRAZEIT
Für Fahrgäste in Westfalen-Lippe

Inhalt

NWL Erleben

04 Reisen in die Vergangenheit
06 Leckeres für unterwegs – Rosinenbrötchen
07 Fahrgastbefragung / Buchtipp

NWL News

08 Wie entsteht ein SEV?
09 Baustellen

NWL Entdecken

10 Collien Ulmen-Fernandes – Interview mit der Schauspielerin, Moderatorin und Autorin
15 Der ÖPNV in Zeiten von Corona / So sicher ist die Fahrt mit Bus und Bahn
16 Wissenswertes rund ums Rad / Fit in den Frühling

NWL Erfahren

18 Trassenradeln / Radstationen / Tourentipps / Fahrradland NRW
21 Der WestfalenSchnellbus geht an den Start / Kolumne Lurch-Peter Hansen
22 ÖPNV-Themen aus aller Welt
23 ÖPNV/SPNV Lexikon / Fotoquiz

EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

etwas anders als erhofft, hat 2021 mehr oder weniger nahtlos an das vergangene Jahr angeknüpft. Das Coronavirus bestimmt noch immer unser Leben und verlangt von uns weiterhin Geduld und Stärke. Nebenbei steigen draußen die Temperaturen und der Drang, sich an der frischen Luft (ohne Mund-Nasen-Bedeckung) zu bewegen, wird stärker.

Wir haben für Sie Tipps zusammengestellt, mit denen Sie den Frühling trotz Social Distancing genießen können. Denn nicht nur unsere Liebsten, sondern auch Vitamin D – Sonnenstrahlen auf unserer Haut – machen uns glücklich. Zum Beispiel beim Radfahren mit der Familie oder ins Büro. Sollte es doch mal regnen, schauen Sie sich an, was wir Wissenwertes rund ums Rad für sie gesammelt haben. In unserem Buchtipp geht es mit dem Fahrrad um die Welt, während Sie nebenbei ein paar leckere Rosinenbrötchen zaubern können. Oder wandeln Sie das Rezept einfach ab und kreieren Sie einen schmackhaften Hefezopf zum Wochenende!

Im Interview mit EXTRAZEIT sprechen wir mit der Schauspielerin, Moderatorin und Autorin Collien Ulmen-Fernandes über investigativen Journalismus, Geschlechterklischees, Stereotypen und den neuen Job als Ärztin auf dem Traumschiff. „Lurch-Peter Hansen“ erzählt in seiner Kolumne von Selbstverwirklichung zu Corona-Zeiten.

Darüber hinaus erfahren Sie, wie sich die Nahverkehrsbranche – und somit auch der NWL – den Herausforderungen der Corona-Pandemie stellt und welche Maßnahmen ergriffen werden, um den ÖPNV auszuweiten und Kommunen zu verbinden.

Wir wünschen Ihnen eine angenehme Fahrt und einen fantastischen Frühling mit vielen unvergesslichen Momenten. Bleiben Sie mit der EXTRAZEIT gut unterhalten und gut informiert und vor allem: Bleiben Sie gesund, passen Sie auf sich und andere auf und halten Sie sich an die AHA-Regel: Abstand halten, Hände waschen, Alltagsmaske tragen.

Ihr EXTRAZEIT-Team

Ob Ausflugstipps fürs Fernweh, spannende Interviews mit Prominenten, unterhaltende Lifestyle-Geschichten oder hilfreiche Ratgeberartikel – die EXTRAZEIT bietet Inhalte für jeden Geschmack.

Wenn Sie mehr erfahren möchten, Wünsche und Vorschläge für spannende Themen haben oder vielleicht ein besonders lohnendes Freizeitziel kennen, dann schreiben Sie uns gerne per E-Mail an **redaktion@extrazeit-magazin.de**

Gerne senden wir Ihnen die EXTRAZEIT auch kostenlos viermal pro Jahr direkt per Post zu. Schicken Sie uns dafür eine E-Mail mit dem Betreff „Abonnement“ an **abo@extrazeit-magazin.de**
Auf **www.extrazeit-magazin.de** finden Sie die digitale Ausgabe des Magazins als E-Paper und jetzt neu auch als Onlinemagazin speziell optimiert für Smartphones und Tablets.

Herausgeber: Zweckverband Nahverkehr Westfalen-Lippe (NWL), Friedrich-Ebert- **.nwl-info.de; Redaktion, Layout & Realisation:** LUP AG, Filzengraben 15–17, 50676 Köln, **www.lup-ag.de; Auflage:** 60.00 tifiziertem Papier. Alle Angaben zu Adressen, Terminen, Preisen sowie die Berichte in dieser Ausgabe wurden sorgfältig rech nimmt dennoch keine Gewähr für die Richtigkeit dieser Angaben. Insbesondere Veranstaltungen können verlegt werden oder au t aktuelle Informationen begründen kein Recht auf weitergehende Ansprüche gegenüber dem Herausgeber. Diese Publikation stellt e umfangreichen Gesamtangebot der Regionen im Verkehrsraum Westfalen-Lippe sowie überregional dar und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. **Stand:** April 2021, alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen vorbehalten. Alle Rechte zur weiteren Verwendung liegen beim Herausgeber. Abdruck, auch auszugsweise, nur mit vorheriger, schriftlicher Genehmigung des Herausgebers. **Bildnachweis:** Titel: © Anatol Kotte, Seiten 2–3: © Moritz Thau, © AFM Oerlinghausen, © Gueven Purful (stock.adobe.com), © Sergio Monti (stock.adobe.com), 4–5: © Atelier Spiegelstaub, Berlin, © AFM Oerlinghausen, © LWL, Seiten 6–7: © LWL, © LWL/Homann Güner Blum, © Manny NB (Unsplash), © NWL, © Ullstein, Seite 8–9: © NWL, Seiten 10–14: © Anatol Kotte, © ZDF/Britta Krehl, © ZDF/Dirk Bartling, © Moritz Thau, © ZDF/Frank Dicks Seite 15: © Adrian Seliga (stock.adobe.com), Seiten 16–17: © fotostudiocolor24 (stock.adobe.com), © Osterland (stock.adobe.com) © Vladimir Gerasimov (stock.adobe.com), © Predrag Vuckovic (istockphoto.com), © gilaxia (istockphoto.com), © vladsogodel (istockphoto.com), © khamlaksna (istockphoto.com), © Konstantin (stock.adobe.com), © industrieblick (stock.adobe.com), Seiten 18–19: © Tanja Esser (stock.adobe.com), © Frank (stock.adobe.com), © www.radbahn-muensterland.de, © Brian Eberle (stock.adobe.com), © Florian Calvat (stock.adobe.com), Seiten 20–21: © David Fuentes (stock.adobe.com), © Kara (stock.adobe.com), © Halfpoint (istockphoto.com), © VVOWL, Seite 22: © anjali04 (stock.adobe.com), © artqu (stock.adobe.com), Seite 24: © Vergani Fotografia (stock.adobe.com)

MIX Papier FSC FSC® C013793

REISEN

IN DIE VERGANGENHEIT

Sich an der frischen Luft bewegen und dabei eine Reise in die Vergangenheit machen – dies kann man in Freilichtmuseen erleben. Und dort gibt es viel zu entdecken, sei es das bäuerlich-ländliche Leben, Wohnen und Arbeiten, handwerklich-technische Arbeitsweisen oder wie ein prähistorischer Alltag ausgesehen hat.

SO LEBTEN UNSERE VORFAHREN
ARCHÄOLOGISCHES FREILICHTMUSEUM, OERLINGHAUSEN

In Oerlinghausen wird Archäologie lebendig – und dies schon seit 1936. Das Archäologische Freilichtmuseum war das erste germanische Freilichtmuseum der Welt. Hier sollte an die Grabungen des Museumsgründers Hermann Diekmann aus den Jahren 1926 bis 1931 erinnert werden.

Heute kann man auf etwa 1,5 Hektar Fläche erleben, wie unsere Vorfahren in der Steinzeit oder im frühen Mittelalter gelebt haben. Vom Sommerlager eiszeitlicher Rentierjäger bis zur frühmittelalterlichen Hofanlage vermittelt das Archäologische Freilichtmuseum in sechs Baugruppen und Häusern einen Eindruck vom prähistorischen Alltag. Eingebettet sind die Häuser in Kulturlandschaften der jeweiligen Epoche. In Versuchsgärten wird das Verhältnis der

Menschen zur Umwelt ihrer Zeit erfahrbar. Zudem werden in speziellen Gehegen Rückzüchtungen mittelalterlicher Weideschweine und Ziegen gehalten. Das Team des Archäologischen Freilichtmuseums bietet nicht nur museumspädagogische Programme für Kindergärten und Schulklassen, bei dem die Kinder beispielsweise wie in der Steinzeit Getreide mahlen und Brot backen können. Es gibt auch zahlreiche Angebote und Mitmachaktionen für Groß und Klein – ob Bogenbau in der Steinzeit oder Schmieden wie im Frühmittelalter.

Das Archäologische Freilichtmuseum liegt in einem der schönsten Abschnitte des Teutoburger Waldes und ist damit zudem ein idealer Ausgangspunkt für Wanderungen.

www.afm-oerlinghausen.de

ANFAHRT: Bahnhof Oerlinghausen mit der Buslinie 39 (Bi-Sennestadt, Sennestadthaus) bis zur Haltestelle Oerlinghausen, Am Widfeld fahren. Von dort aus sind es etwa fünf Gehminuten bis zum Freilichtmuseum.

LÄNDLICHES LEBEN IM MÜNSTERLAND MÜHLENHOF
FREILICHTMUSEUM MÜNSTER

Wie die Menschen im Münsterland und Emsland früher lebten, wohnten und arbeiteten zeigt der Mühlenhof in Münster. In diesem Freilichtmuseum kann man Bauernhäuser, Werkstätten und andere Bauten erkunden und durch die Bauerngärten schlendern.

Auf dem Gelände, das im Naherholungsgebiet am Aasee liegt, gibt es etwa 30 große und kleine Gebäude aus den letzten 400 Jahren. Diese sind überwiegend Originalbauten, die von ihren früheren Standorten auf den Mühlenhof umgesetzt wurden. Andere Gebäude wurden nach alten Vorbildern rekonstruiert. Das Leben der Menschen im früheren Münsterland lässt sich hier anschaulich erfahren und mit allen Sinnen erleben. Ob Schmiede, Dorfschänke, Landschule, Rossmühle, Backhaus, Bockwindmühle oder Webers Kotten – jedes Gebäude hat eine eigene Geschichte zu erzählen.

Ältestes Bauwerk des Freilichtmuseums ist das „Mühlenhaus“ aus dem Jahre 1619. Im Inneren des reetgedeckten Baus lebten die Menschen mit den Tieren eng in einem Raum zusammen. Eine Trennwand gibt es hier zwischen Deele und Herdraum nicht. Auch ein Schornstein fehlt. So zieht der Rauch von der offenen Feuerstelle noch heute durch das Haus nach draußen. Über dem „Herdschlitten“ ist der „Westfälische Himmel“: Unter der rauchgeschwärzten Decke hängen Schinken, Speck und Würste, die wie früher mit Holz geräuchert werden.

Sehenswert sind auch die Gärten. Für die Selbstversorgung der Landbevölkerung waren solche Gärten früher unverzichtbar. Sie sind ein anschauliches Beispiel für den wissensgeprägten partnerschaftlichen Umgang unserer Vorfahren mit der Natur. Der Garten am Gräftenhof ist nach historischen Vorbildern als Nutz- und Ziergarten angelegt. Ohne Chemie wachsen hier wie vor 100 Jahren Gewürz- und Heilkräuter, Gemüse und Blumen. Im Mittelpunkt der kreuzförmigen Anlage steht in einem Rondell die von Rosen umgebene Sonnenuhr. Als Lehrgarten ist der Garten an Webers Kotten angelegt. Hier wachsen überwiegend Pflanzen und Sträucher, die für die Herstellung, Veredelung, Pflege und Färben von Textilien genutzt wurden.

Viele Veranstaltungen, zahlreiche Mitmachangebote und Sonderausstellungen erweitern im Laufe des Jahres das Angebot des Museums.

www.muehlenhof-muenster.org

ANFAHRT mit dem Stadtbus: Linie 14 Richtung „Zoo“ bis zur Haltestelle „Mühlenhof“, von dort fünf bis zehn Gehminuten. Linie 2 oder 34 bis zur Haltestelle „Torminbrücke“, von dort etwa zehn Gehminuten.

HANDWERK UND TECHNIK HAUTNAH ERLEBEN
FREILICHTMUSEUM HAGEN

Im Freilichtmuseum Hagen kann man Geschichte hautnah erleben. Das Museum ist ein Ort des Erlebens, Staunens und Lernens und einzigartig in Europa. Anders als die meisten europäischen Freilichtmuseen widmet sich Museum In Hagen nicht der Darstellung des bäuerlich-ländlichen Alltags, sondern vermittelt Einblicke in das Handwerk und die Technik des 18. und 19. Jahrhunderts.

In zahlreichen Werkstätten sind historische Arbeitstechniken erlebbar. Wie man Nägel oder Sensen schmiedet, Zigarren rollt, Öl presst, Löffel schnitzt oder Seile schlägt, nicht nur erklärt, sondern in vielen Werkstätten anschaulich gezeigt. So werden unbekannte oder in Vergessenheit geratene Techniken und Arbeitsbedingungen begreifbar. In mehr als 20 der rund 60 restaurierten Fachwerkhäuser auf dem Gelände wird täglich produziert.

In historischen Werkstätten lässt sich viel über die Geschichte von Handwerk und Technik, wirtschaftlichen, sozialen und regionalen Zusammenhängen erfahren. Und auf dem Holzweg können Besucher dann auch noch einiges über die Beziehung zwischen Wald und Mensch lernen.

Sonderausstellungen, spannende Vorführungen und Mitmach-Aktionen machen das Freilichtmuseum zu einem interessanten Ausflugsziel für die ganze Familie. Für Schulklassen werden besondere museumpädagogische Programme angeboten. Die begleitenden Dauer- und Sonderausstellungen setzen die Zeugnisse alter Technik und vergangener Lebenswelten in neue Zusammenhänge.

Einen Besuch wert ist der obere Museumsbereich. Dort gibt es im Kolonialwarenladen Mettwurst und Schinken aus der eigenen Räucherei und in der Bäckerei ab etwa 11 Uhr frisch gebackenes Brot.

www.lwl-freilichtmuseum-hagen.de

ANFAHRT: ~~Den Bahnhof Hagen erreichen Sie aus Richtung Siegen mit dem RE 16 oder RB 91. Vom Bahnhof~~ aus mit den Buslinien 512 oder 84 bis zur Haltestelle „Freilichtmuseum“.

ZEITREISE IN 500 JAHRE ALLTAGSKULTUR
FREILICHTMUSEUM DETMOLD

Ein weitläufiges Gelände, umgeben von herrlicher Natur und historischen Gebäuden: Im Freilichtmuseum Detmold kann man einen wunderschönen Tag verbringen. Auf über 90 Hektar befinden sich elf Kulturlandschaften und rund 120 historische Gebäude aus 500 Jahren westfälischer Alltagskultur.

Die historischen Häuser wurden am Originalstandort abgebaut und im Freilichtmuseum wiederaufgebaut. Die Einrichtung ist originalgetreu. Dadurch vermitteln die Häuser einen Eindruck, wie die Menschen in Westfalen früher gelebt und gearbeitet haben, sei es im Norden (Osnabrücker Land, Mindener Land, Ravensberger Land, Lippe), Osten (Paderborner Land, Weserbergland), Süden (Siegerland, Wittgensteiner Land, Sauerland) oder Westen (Münsterland, Westlicher Hellweg). In den verschiedenen Werkstätten kann man der Fotografin, dem Schmied, dem Bäcker und der Töpferin bei der Arbeit zuschauen. Besucher können durch das Museumsgelände schlendern oder in den Stuben der historischen Häuser auf Entdeckungsgreise gehen. Dort warten neben kunsthandwerklichen und kulinarischen Angeboten auch Überraschungen für Groß und Klein, es gibt verschiedene Themengärten mit bäuerlichen Nutz- und Zierpflanzen und Gehölzen, wo es jede Menge alte Pflanzenarten und -sorten zu entdecken gibt.

In Deutschlands größtem Freilichtmuseum gibt es auch viele tierische Bewohner. So haben das Siegerländer Rotvieh, Lippegänse und Bentheimer Landschweine hier eine Heimat gefunden. Darüber hinaus ist hier auch die älteste Pferderasse Deutschlands zu sehen. Auf den Weiden des Areals grasen die seltenen Senner Pferde. Das Sennergestüt war eines der ursprünglich zahlreichen Wildbahngestüte Westfalens, die weitgehend sich selbst überlassen waren. Das Freilichtmuseum informiert über die Geschichte der seit über 850 Jahren existierenden Rasse.

Auf dem großen Gelände kann man nicht nur spazieren gehen und sich die alten Häuser und Landschaften ansehen. Es werden auch zahlreiche Veranstaltungen und Aktivitäten für Erwachsene, Kinder, Jugendliche und Schülergruppen angeboten.

Die Saison 2021 steht ganz im Zeichen des 50-jährigen Bestehens des Museums, das am 7. Juli 1971 eröffnet wurde. Seither hat sich viel getan. An 50 Geländestationen kann man Spannendes, Neues und sonst Verborgenes über das Museum erfahren, vom Geheimzeichen bis zum Tiergeflüster.

www.freilichtmuseum-detmold.de

ANFAHRT: Abfahrt Detmold Bf 701, 703 und 782 oder mit der TouristikLinie 792 bis zur Haltestelle „Detmold, Freilichtmuseum“

LECKERES FÜR UNTERWEGS

Rosinenbrötchen

Zutaten für 12 bis 14 Brötchen

- *400 g Weizenmehl*
- *1 Päckchen Trockenhefe (alternativ frische Hefe)*
- *100 ml Kuh- oder Pflanzenmilch für den Teig, zwei bis fünf Esslöffel Milch zum Bestreichen*
- *125 g Butter oder Margarine*
- *125 g Quark, Naturjoghurt oder pflanzlicher Joghurt*
- *eine Prise Salz*
- *60 g – 80 g Zucker*
- *100 g Rosinen*

Und so geht's:

1. Mehl und Hefe in eine Schüssel geben und gut vermischen.
2. Milch erwärmen und Butter oder Margarine darin schmelzen. Anschließend die lauwarme Flüssigkeit zu den anderen Zutaten in die Schüssel geben.
3. Zucker, Quark oder Joghurt und eine Prise Salz hinzufügen.
4. Den Teig gut durchkneten, bis eine homogene Masse entsteht, aus der sich Kugeln formen lassen.
5. Die Teigkugel in die Schüssel mit einem feuchten Handtuch abdecken.
6. An einem warmen Ort gehen lassen, bis er sich verdoppelt hat (ca. 60 min.).
7. Den Teig nochmal gut durchkneten und die Rosinen hinzugeben.
8. Den Teig in etwa zwölf Portionen teilen und Kugeln formen.
9. Brötchen-Kugeln auf ein Backblech legen, mit dem Handtuch abdecken und nochmals so lange gehen lassen, bis sie sich verdoppelt haben (ca. 30 bis 60 min.).
10. Die Brötchen mit Milch bestreichen und etwa 20 Minuten bei 180 Grad im Ofen backen.

Tipp! *Je länger der Teig geht, umso weicher und fluffiger werden die Brötchen.*

FAHRGÄSTE IN NRW WERDEN BEFRAGT

„Guten Tag! Ich führe eine Fahrgastbefragung im Auftrag des NWL und Eisenbahnunternehmens durch. Dazu benötige ich einige Angaben aus Ihrem Fahrausweis.“ Erfahrene Pendler kennen so etwas. Bereits seit Dezember 2020 sind alle Fahrgäste herzlich eingeladen, an der aktuellen Befragung teilzunehmen, die noch bis zum 11. Dezember dieses Jahres läuft.

Wir sagen Ihnen, warum es sich für Sie auszahlt, ein bis zwei Minuten zu erübrigen und mit den freundlichen Befragern ins Gespräch zu kommen, die im Auftrag des Zweckverband Nahverkehr Westfalen-Lippe sowie des beteiligten Verkehrsunternehmens unterwegs sind. Dabei geht es um Fahrkarten und deren Nutzung, Verbindungen und Umstiege sowie manchmal auch das „Drumherum“ am Bahnhof und am Bahnsteig. Welcher Fahrgast wäre davon nicht berührt?

Warum sollten Sie teilnehmen?
Hier drei gute Gründe:

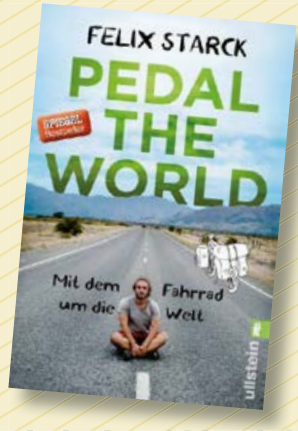
- Sie kaufen einzelne Tickets für Ihr Reiseziel zusammen? Wenn es Nachfrage gibt, lassen sich attraktive Kombitickets oder Gemeinschaftstarife entwickeln.
- Sie verpassen immer wieder Ihren Anschluss? Dank der Befragung können die Fahrplanzeiten besser auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt werden.
- Wenn der Zug zu voll ist, fährt nur eine, wenn es leer ist, fahren zwei Traktionen? Mithilfe der gewonnen Daten kann der optimale Fahrzeugeinsatz weiter verbessert werden.

Da die Befragung das ganze Jahr über läuft, kann es sein, dass Sie mehrmals befragt werden. Auch in diesem Fall sollten Sie die Fragen erneut beantworten, denn jede Antwort zählt. Also unsere Bitte: Wenn Sie demnächst angesprochen werden, seien Sie kein „Befragungsmuffel“, sondern tun Sie etwas für sich und unser aller Mobilität. Machen Sie mit!

Sind Sie auf der Suche nach einem attraktiven (Neben-)Jobangebot und haben Interesse, die Zählung und Befragung durchzuführen? Auf der Seite www.econex.de/jobs finden Sie Informationen rund um die Erhebung und haben die Möglichkeit, sich direkt online bei der econex verkehrsconsult gmbh zu bewerben.

Weitere Informationen und Antworten zum Zweck und dem Datenschutz finden Sie unter **www.reisendenerfassung.de**

SCHMÖKERN UNTERWEGS



Pedal the World

Wollten Sie schon immer mal mit dem Fahrrad um die Welt radeln? Nein? Wir auch nicht. Brauchen wir auch nicht, denn Felix Starck hat es bereits getan und ein Buch über sein Abenteuer geschrieben In „Pedal the World“ erzählt er von der Erfüllung seines Lebenstraums und davon, wie ihn diese Reise verändert hat.

Felix Starck träumte schon lange von einer Weltreise mit dem Fahrrad. Er kündigt im Alter von 23 Jahren seinen Job im Sportmangement, verkauft Kühlschrank und Auto und schwingt sich untrainiert, in den Sattel. Der Autor schreibt über seinen Kampf mit der Reise und sich selbst. So lässt ihn unterwegs sein Reisepartner im Stich, er bekommt eine Lungenentzündung, wird von Polizisten in Kambodscha ausgeraubt und hat unzählige platte Reifen. Doch finden auch die schönen Momente der Reise ihren Platz: Felix Starck wurde von wildfremden Menschen aufgenommen, bekocht und gefragt, ob er nicht für immer bleiben will.

Aufgeben? Kommt für den Weltenbummler nicht in Frage. 365 Tage und 17.918 geradelte Kilometer später ist er überraschend wohlbehalten und mit strammen Waden wieder zurück.

Ullstein Taschenbuch , Felix Starck
Pedal the World: Mit dem Fahrrad um die Welt
272 Seiten, EUR 14,99, ISBN 978-3-5483-7610-3

WIE ENTSTEHT SCHIENENERSATZVERKEHR?

Himmel erweitern

Schienenersatzverkehr (SEV) mit Bussen werden die meisten von Ihnen kennen und auch schon einmal selbst genutzt haben. Doch wie entsteht eigentlich ein SEV?

Zunächst teilt der Infrastrukturbetreiber (im Regelfall DB Netz) den Verkehrsunternehmen und dem Nahverkehr Westfalen-Lippe (NWL) mit, dass eine Strecke wegen Baumaßnahmen gesperrt werden muss. Mit dieser Information liegt es nun an den Verkehrsunternehmen und dem NWL ein Ersatzkonzept zu entwickeln. Ziel ist es, die Einschränkungen für den Fahrgast möglichst gering zu halten. Nach Möglichkeit soll sich die Reisezeit um nicht mehr als 30 Minuten erhöhen und Anschlüsse zu anderen Zügen sollen erhalten bleiben.

Mit diesen Zielen beginnt nun die SEV-Planung. Am Beispiel des SEV zwischen Detmold und Altenbeken (28.08. bis 28.10.2020) sollen die einzelnen Prozessschritte dargestellt werden.

1 Umleitung der Verkehre / Nutzung von alternativen Strecken

Als erstes wird geprüft, ob es möglich ist, Züge umzuleiten und nicht betroffene Strecken zu nutzen. So können wenigstens die Fahrgäste, die im gesperrten Abschnitt nicht ein- und aussteigen wollen den Zug nutzen. Leider gab es zwischen Detmold und Altenbeken keine sinnvolle Alternative, sodass dieser Gedanke verworfen werden musste.

2 Definition der Anschlüsse

SEV ist fast immer langsamer als der Zug. Auf Grund längerer Fahr- und erforderlicher Umsteigezeiten müssen nun an einem Linienende die Fahrzeiten angepasst werden. Da die Linie RB 72 im Bahnhof Herford in alle Richtungen Anschlüsse hat, stand schnell fest, dass der Abschnitt Herford – Detmold der RB 72 sowie Bielefeld – Detmold der RE 82 unverändert bleiben sollen.

Der Bahnhof Altenbeken ist für die Linien RB 72 und RE 82 ebenfalls ein wichtiger Umsteigeknoten. Die meisten Fahrgäste steigen hier zu den Zügen der Linie RE 11 um, welche dann umsteigefrei ins Ruhrgebiet sowie nach Kassel verkehrt. Dieser Anschluss sollte auf jeden Fall gehalten werden. Damit war die Fahrzeit des Busses, die Umsteigezeiten in Detmold und Altenbeken sowie eine kleine Reserve auf maximal 60 Minuten begrenzt.

3 Festlegung des SEV-Route und des Angebots

Nun wurde mit einer Probefahrt geschaut, ob es möglich ist, das gesetzte Ziel von maximal 60 Minuten zu erreichen. Hierbei hat sich gezeigt, dass das Bedienen von Leopoldstal und Sandebeck etwa 15 Minuten mehr kostet und dass bei Bedienung dieser Halte die Anschlüsse in Detmold oder Altenbeken nicht gehalten werden können.

Um trotzdem ein gutes SEV-Angebot auf die Beine zu stellen, wurden die SEV-Fahrten für die Linie RB 72 als Schnellbus, der an Leopoldstal und Sandebeck vorbeifährt, geplant. Um auch für diese Fahrgäste ein attraktives SEV-Angebot zu schaffen, haben im Gegenzug die SEV-Fahrten der Linie RE 82 in Leopoldstal und Sandebeck gehalten. Zudem sind diese Fahrten stündlich angeboten worden, was beim RE 82 in diesem Abschnitt sonst nicht der Fall ist.

4 Kommunikation des SEV

Das feststehende SEV-Konzept gilt es nun an den Kunden zu bringen. Zunächst wurden die Kunden entlang der Linien RB 72 und RE 82 in den Bahnhöfen mit Spannbannern auf den SEV aufmerksam gemacht. Konkretere Informationen haben die Kunden mit Blick in die Verbindungsauskunft, die den SEV enthält sowie eine extra erstellte Broschüre erhalten.

Im nächsten Schritt galt es eine klare Wegweisung an den Bahnhöfen umzusetzen. Die Wege zu den Ersatz-Haltestellen an den Umsteigebahnhöfen sind mit großen Fußtapsen gekennzeichnet worden. Bei den Haltestellen wurde darauf geachtet, dass sie deutlich gekennzeichnet sind und sie den aktuellen Fahrplan enthalten.

5 Feedback zum SEV

Leider tritt beim SEV auch immer Unvorhersehbares auf. Eine kurzfristige Straßensperrung, Probleme mit den Fahrplandaten sind nur Beispiele, auf die reagiert werden muss. In einer wöchentlichen Feedback-Runde sind diese Dinge mit den Beteiligten besprochen und gelöst worden.

Es hat sich gezeigt, dass das Konzept mit zwei Buslinien aufgegangen ist. Berufspendler haben zu großen Teilen den Schnellbus genutzt; Fahrgäste mit Start oder Ziel in Leopoldstal und Sandebeck sowie Wanderer im Eggegebirge haben sich für den SEV mit allen Stops entschieden.

BAUSTELLEN

Linien & Abschnitte	Zeitraum	Änd
RB 89, RE 11 Hamm <> Soest	ab 08.04.2021	teilweise abends Ersatzverkehr mit Bussen
RB 89, RE 11 Hamm <> Soest	17.04.2021 – 23.04.2021	RE 11 im Ausfall (kein Ersatz), RB 89 regulär
RB 89, RE 11 Hamm <> Soest	24.04.2021 – 27.04.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 60, RB 77 Bünde <> Löhne	06.04.2021 – 12.04.2021	RE 60 regulär, RB 77 im Ausfall
RB 61, RB 71 Bünde <> Herford	06.04.2021 – 12.04.2021	RB 61 regulär, RB 71 im Ausfall
RB 67 Telgte <> Warendorf	29.04.2021 – 06.05.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RB 84 Paderborn <> Höxter-Ottbergen	05.04.2021 – 10.04.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 16, RB 91 Lennestadt-Gevenbrück <> Altenhundem	28.04.2021 – 03.05.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 16, RB 91 Plettenberg <> Werdohl	19.06.2021 – 21.06.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 16, RB 91 Plettenberg <> Werdohl	25.06.2021 – 28.06.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RB 54 Unna <> Fröndenberg	10.04.2021 – 11.04.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 7, RE 13 Unna <> Schwerte (RE 7) Holzwickede <> Schwerte (RE 13)	04.06.2021 – 02.07.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 7, RE 13 Hamm <> Unna (RE 7); Hamm <> Holzwickede (RE 13)	09.04.2021 – 23.04.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
S 4 Unna <> Unna-Königsborn	30.04.2021 – 10.05.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 19a Wesel <> Bocholt	12.04.2021 – 18.04.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RB 59 Holzwickede <> Soest	08.04.2021 – 12.04.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 1, RE 11 Dortmund <> Hamm	05.06.2021 – 06.06.2021	Ausfall RE 11, Verspätungen RE 1 bei Ankunft Hamm
RB 51 Coesfeld <> Dülmen	15.05.2021 – 16.05.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RB 51 Gronau <> Epe	07.05.2021 – 10.05.2021	Ersatzverkehr mit Bussen
RE 11, RE 17 Hofgeismar <> Kassel-Wilhelmshöhe	24.04.2021 – 16.07.2021	Umleitung der RE 11 ab Hofgeismar nach Kassel Hbf

INTERVIEW MIT

COLLIEN ULMEN-FERNANDES

Collien Ulmen-Fernandes (39), geboren in Hamburg, ist Schauspielerin, Moderatorin und Autorin. Bekannt wurde sie Anfang der 2000er-Jahre durch "Bravo TV", "The Dome", und als VIVA-Moderatorin. Neben Moderation und Schauspiel liegt ihr die Arbeit als investigative Dokumentarfilmerin am Herzen. In EXTRAZEIT spricht sie über Geschlechterklischees, dem Weg zur Ärztin auf dem Traumschiff und über den Spagat zwischen Familie und Beruf.

In Ihrer Vita bei Instagram steht: Schauspielerin, Moderatorin, Influencerin in Ausbildung – und außerdem sind Sie noch Dokumentarfilmerin, Ehefrau und Mutter. Was ist Ihnen am liebsten?
Da bleibt am Ende das Private. Wenn es hart auf hart kommt, ist das das Allerwichtigste. Wenn das in der Aufzählung mit drin ist, bin ich natürlich am liebsten Ehefrau und Mutter.

Und wenn wir nur nach dem Beruflichen fragen?
Dann Dokumentarfilmerin, wenn ich mich entscheiden müsste. Da merke ich, dass mir das persönlich total viel gibt, den Themen auf den Grund gehen zu dürfen. Wenn mich etwas sehr interessiert, dann arbeite ich mich intensivst in das Thema ein. Das habe ich bei meiner ersten Dokumentation gemerkt über eine Textilproduktion in Kambodscha, für die ich mir 1 ½ Monat freigenommen habe, um das Thema bis ins kleinste Detail auszurecherchieren. Das hat mir viel mehr gegeben, als diese Quizshows, die man moderiert, wo fünf Sendungen am Tag aufgezeichnet werden, wo man aber nicht so wahnsinnig tief ins Thema eintaucht. Und da habe ich für mich gemerkt, dass mich dieses Arbeiten sehr erfüllt. Von allen Dingen, die ich in dieser Branche schon gemacht habe, gibt mir das am meisten.

Moderatorin Collien Ulmen-Fernandes fragt nach: Wie geht es Familien in Corona-Zeiten? Der Lockdown hat alles durcheinandergewirbelt und gelähmt. Kommen Familien damit zurecht?

Ihre Karriere ist mit leichteren Themen gestartet – woher kam die Motivation, sich mit Geschlechterklischees auseinanderzusetzen oder ernstere Themen anzugehen?
Das liegt einfach daran, dass man selbst Geschlechterklischees ausgesetzt ist. Ich glaube, dass ich gerade jemand bin, der oft auch ein wenig fehlinterpretiert wird. Das ist einem erstmal nicht so bewusst, sondern das spürt man. Weil ich in der Moderation schon immer in ein Kleidchen gesteckt wurde und es dann doch immer die Männer waren und sind, denen man die journalistischen Formate anbietet. Dabei hat kein Moderator das wirklich gelernt. Wir sind alle Quereinsteiger und dann spürt man eben, dass dann doch die Frauen die Boulevardmagazine moderieren und sobald es dokumentarischer wird, nimmt man lieber einen Mann. Das war bei „No more Boys and Girls“ am Anfang auch so. Das sollte mit einem Mann besetzt werden, bis man überlegt hat: warum eigentlich? Und dann kam das ZDF auf mich zu und hat gefragt, ob ich das nicht moderieren möchte. Das ist der Moment, wo man ganz klar spürt, dass man als Frau doch immer wieder als Püppchen hin inszeniert wird. Eigentlich bin ich in meinem Wesen ein eher burschikoser, aber pragmatischer Typ. Aber dadurch, dass ich sehr klein bin und lange Haare habe, muss ich doch wieder etwas anderes darstellen. Da gibt es diese Kopplung, die ja eigentlich gar nicht sein müsste. Weil man auch kleine Mädchen mit langen Haaren burschikos und pragmatisch

„Eigentlich bin ich in meinem Wesen ein eher burschikoser, aber pragmatischer Typ“

inszenieren könnte, aber da gar nicht auf die Idee kommt, weil man diese Bilder im Kopf hat.

Schließt sich ja eigentlich nicht aus. Frauen können auch über derbe Männerwitze lachen. Oder ist es noch zu sehr verankert, dass Frauen immer die Lieben und Guten und Zurückhaltenden sind?
Total! Und ich immer, wenn ich mit Frauen zu tun habe, die auch einen derberen Humor haben, denn ich glaube schon, dass auch ganz viel mit der Sozialisation zusammenhängt. Es gibt Attribute, von denen wir gelernt haben, dass sie männlich sind und andere sind weiblich. Dabei müssen wir nur mal ganz tief in uns hineinhören. Ich kenne zum Beispiel total viele Frauen, die - oft im betrunkenen Zustand – dann auch derber werden, weil sie dann einfach all das ablegen, was sie gelernt haben, wie man sich als Frau zu verhalten hat. Und ich freue immer darüber, weil ich denke, ja, auch Frauen sind laut und vielleicht auch mal prollig und ich glaube, dass es da eigentlich nicht so große Unterschiede gibt.

Nach den Dokumentationen sind Sie zum Drehen aufs Traumschiff gegangen. War das nicht wie eine Parallelwelt?
Deswegen fand ich das auch so geil, weil es gar nicht reinpasst und deshalb war es spannend, wieder etwas zu machen, das eine ganz andere Richtung ist. Das ist ja letztendlich genau das Thema Stereoptype, dass man sagt, jemand sei eben so und nicht anders. Jan Hofer hat mir bei „Let’s Dance“ erzählt, dass er sich immer bemüht, sich wie der Tagesschau-Sprecher zu geben und jetzt konnte er einfach nur tanzen. Das fand ich ganz cool, weil ich es viel spannender finde, wenn nicht alles so homogen ist. Das ist der Seriöse, der ist in der bunten Welt unterwegs – ich denke, da sollten wir generell viel offener sein, weil keiner von uns nur das eine oder nur das an-

Mit Dr. Delgado (Collien Ulmen-Fernandes, M.) bekommen Kapitän Max Parger (Florian Silbereisen, r.) und Staffkapitän Martin Grimm (Daniel Morgenroth, l.) Verstärkung an Bord des „Traumschiffs".

dere ist. Ich hatte einfach total Bock, aufs Traumschiff zu gehen. Mein Bauch hat gesagt: Ich will das! Das passt so null rein in alles, was ich zuletzt gemacht habe, wie die Dokumentationen, die Kolumne für die Süddeutsche Zeitung und es ist eine ganz andere Richtung, aber gerade das war reizvoll, weil man es nicht erwartet hätte.

Haben Sie früher denn selbst Traumschiff geguckt?
Ja doch, immer wieder mal. Ich habe mir jetzt nicht den Wecker gestellt, aber wenn es lief, aber ich habe es schon auch geschaut. Ich gehöre nicht zu den Leuten, die nur noch Netflix gucken und kein Fernsehen mehr. Ich gucke total viel fern und zappe viel herum. Dann finde ich beim Zappen auch Formate, die ich mir sonst bewusst gar nicht angeschaut hätte. Ich bin ein sehr breiter Fernsehzuschauer. Ich gucke gern, ich zappe viel und dann auch in alle möglichen Bereiche.

Wer hat denn bei Ihnen die Fernbedienung? Sind Sie oder Ihr Mann Herrscher über die Zappfrequenz?
Eine Zeit lang war mein Mann der Herrscher über die Fernbedienung. Jetzt gucke ich viel alleine Fernsehen, weil ich zappen möchte, wohin ich möchte. Wenn man mitten in einer Doku merkt, dass es langweilig ist, dann kannst du einfach weiterzappen. Insofern hat es viel Gutes, alleine fern zu sehen.

Und zwei Fernseher zu haben?
Wir haben zwei Fernseher, aber wir arbeiten auch beide. Und manchmal sitzt mein Mann abends noch lange beim Schnitt, und dann schaue ich halt fern. Das ist viel arbeitsbedingt, weil man nach Drehschluss auch mal allein im Hotel ist. Wir sitzen jetzt nicht beide in getrennten Räumen und der eine guckt DSDS und der andere eine Doku. Wenn wir Zeit haben gucken, sitzen wir auch zusammen vor dem Fernseher.

Früher hatten Sie noch die Bezeichnung IT-Girl...
Das ist lange her, das Gefühl habe ich gar nicht mehr. Neulich kam der Arbeitsminister auf mich zu, ob wir ein Arbeitsgespräch zu dem Thema „Rabenmütter und Supermoms" führen könnten. Wir haben lange über das Thema gesprochen. Da hatte ich nicht das Gefühl, dass der gerne mal mit einem IT-Girl über Geschlechtergerechtigkeit reden möchte. Und die SZ denkt wohl auch nicht, dass sie gerne die Meinung und Sichtweise eines IT-Girls zu Erziehungsfragen hätte. Da habe ich in den letzten zehn Jahren gar nicht mehr das Gefühl gehabt, dass man mich damit assoziiert.

Sie haben sich mal beklagt, dass sie oft unterschätzt werden...
Das hängt aber gar nicht unbedingt mit mir persönlich zusammen, sondern mit einem gewissen Stereotyp. Ich glaube einfach, dass man junge Frauen per se unterschätzt. Deshalb mag ich auch nicht die Begrifflichkeit der gestandenen Frau. Dass man quasi als Frau erstmal alt werden muss, bevor man ihr zuhört. Ich denke, dass wir auch bei jungen Frauen genauer hingucken sollten und denen nicht jegliche Kompetenz absprechen sollten, nur, weil sie junge Frauen sind. Insofern lohnt es sich, die eigenen Klischees zu hinterfragen und auch bei jungen Frauen genauer hinzugucken.

Und als junge Frau das gleiche Geld verdienen wie junge Männer.
Vor allem sollte man das verankern. Deshalb ist Zappen so spannend, weil man auch mal bei Dating Sendungen hängenbleibt und da unterhalten sich Frauen und sagen: er muss sich mich leisten können. Ich denke dann: Hä? Leiste dir doch selber dein Zeug, das du dir kaufen willst. Viele Frauen haben immer noch das Bild im Kopf von dem Mann als Ernährer, was auch die Männer wahnsinnig unter Druck setzt. Die haben dann das Gefühl, eine Familie ernähren müssen zu können. Ich kenne das Modell auch anders rum, dass ich früher alles bezahlt habe. Ich glaube, es geht darum, dass man diese Bilder hinterfragt und dass nicht nur der Mann für all das verantwortlich ist.

Es heißt, dass Sie sehr sparsam sind und Könnerin im Geld zusammenhalten. Woher kommt das?
Das liegt an meinen schwäbischen Wurzeln. Mein Opa hat schon früh einen Bausparvertrag für mich abgeschlossen. Die Inder und die Schwaben haben viel gemeinsam, wenn es darum geht, Geld beisammen zu halten und das habe ich nun wirklich von beiden Seiten eingetrichtert bekommen.

Haben Sie denn ein Haushaltsbuch?
Nein, ich knausere jetzt nicht so, dass ich beim Obst kaufen darauf achte, dass die Traube aber günstiger ist. Ich lebe schon, aber ich bin niemand der prasst. Da bin ich auch ganz froh drum, dass ich nicht so einen überbordenen Luxus brauche. Aber ich habe jetzt auch von meinem Mann gelernt, dass man sich auch mal was gönnen kann und dass es gut tut, sich etwas zu gönnen. Dass es auch eine Befreiung ist, wenn man sagt: Das kaufe ich mir jetzt mal, auch wenn es teuer ist. Aber grundsätzlich tendiere ich zur Sparsamkeit.

War Sparsamkeit denn so ein großes Erziehungsthema?
Total! Dann traut man sich auch nicht, Dinge zu kaufen, die man sich eigentlich leisten könnte. Kleines Beispiel: Wenn ich beruflich unterwegs bin, bekomme ich ei-

gentlich mein Hotelzimmer bezahlt. Aber manchmal muss ich mein Hotel selbst übernehmen. Da gönne ich mir mittlerweile das etwas bessere Hotel. Aber das musste ich wirklich lernen! Auch mit Handtaschen. Jahrelang habe ich es nicht geschafft, mir eine teure Handtasche zu kaufen. Meine Kolleginnen sind immer mit den Taschen rumgelaufen, die ich mir durchaus auch hätte leisten können. Aber es war mir einfach nicht wichtig. Heute kann ich mir das mal gönnen, aber ich habe es halt anders gelernt. Früher habe ich immer Economy gebucht, heute auch mal Business. Gelegentlich. Das konnte ich früher gar nicht, weil ich von meinen Eltern zu Sparsamkeit erzogen worden bin.

Haben Sie sich in der Ehe jetzt angenähert: Sie gönnen sich auch mal etwas und Ihr Mann ist sparsamer geworden?
Sparsamer würde ich ihn jetzt nicht nennen. Er nimmt sich das vor, aber es kam bisher noch nicht dazu, dass er es umgesetzt hat. Aber zumindest ging der Einfluss von mir in die Richtung, dass er sich immer wieder vorgenommen hat, sparsamer zu werden.

Ihre neue Dokumentation heißt „Rabenmütter oder Supermoms"? Was hat Sie an diesem Thema besonders gereizt?
In den Augen vieler Leute bin ich eine Rabenmutter, weil ich es wage, beruflich zu reisen - ohne mein Kind. Dadurch kam ich auf das Thema, weil meine Produzentin und ich uns immer lustig darüber gemacht haben, dass wir als Rabenmütter bezeichnet wurden. Als berufstätige Mutter muss man sich immer die Frage anhören: Wie kannst du das nur machen? Wer ist denn dann bei dem Kind? Als sei es nicht völlig selbstverständlich, dass man sich abspricht, wer beim Kind ist. Wir sind beide berufstätig, fahren zu Dreharbeiten und wechseln uns zuhause ab. Die männlichen Schauspieler, die ich kenne, wurden noch nie gefragt: Wie? Du bist im Ausland? Was machst du denn mit dem Kind?

Konnten Sie das Vorurteil denn revidieren, dass Rabenmütter schlechte Mütter sind?
Tatsächlich gibt es eine interessante Studie von der Harvard University, welche Auswirkungen die Berufstätigkeit der Mütter auf die Kinder hat. Töchter von Müttern, die viel arbeiten, leben später die gleichberechtigteren Beziehungen, weil sie es so kennen, dass auch die Mutter arbeiten geht und sie nicht mit dem Selbstverständnis aufwachsen, dass die Mutter zuhause ist. Dadurch leben die Kinder selbstständiger, was sich später auch im Job bezahlt macht. Natürlich brauchen Kinder in den ersten Lebensjahren ganz viel Schutz und Bemutterung, aber das kann ja auch vom Vater kommen! Ein Vater kann sich genauso fürsorglich um das Kind kümmern. Warum muss es immer die Mutter sein? Später kommen die Kinder übrigens auch ganz gut alleine klar. Unsere Tochter ist total selbstständig, weil sie es gelernt hat, sich auch mal selbst zu beschäftigen. Für sie ist es normal, dass Mama und Papa arbeiten. Und jetzt in Corona ist es normal, dass beide im Homeoffice sind und dass man da auch mal allein was bauen muss. Das tut den Kindern auch gut.

Eine andere Dokumentation hatte Helikopter-Eltern als Thema. Kannten Sie Überbehütung aus dem privaten Umfeld?
Generell finde ich das Thema spannend, weil es auch Überschneidungen gibt. Viele denken ja, dass man dem Kind etwas Gutes tut, wenn man es überbehütet und dabei nimmt man dem Kind die Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit. Deshalb glaube ich, dass es gut ist, wenn Mama und Papa auch mal ihr eigenes Ding machen und nicht immer nur beim Kind sind. Es hat viele negative Aspekte, obwohl man das ja gut meint, wenn man permanent am Kind dran ist. Insofern sieht man bei den Helikoptern viele negative Auswirkungen und bei den Rabenmüttern viele positive Auswirkungen. Ich erlebe das auch im privaten Umfeld, dass Kinder, die permanent bemuttert und gepampert werden, einfach sehr unselbstständig sind. Und da ist es manchmal besser, das Kind einfach mal alleine machen zu lassen. Ich habe schon etwas befremdlich festgestellt im Bekanntenkreis, dass manchen zwölfjährigen Kindern noch das Essen kleingeschnitten wird! Wo ich immer nur denke: Hey, die können sich auch selbst das Fleisch schneiden.

Sie gehen in Ihren Dokumentationen viele lebensnahe Themen an. Eines war die Auswirkung der Corona-Krise auf Familie. Wie sind Sie selbst durch diese Zeit gekommen?
Im ersten Lockdown war es hart. Aber da mussten wohl auch alle erstmal klarkommen mit der Situation. Da gab es bei mir den einen Tag, an dem alle beruflichen Projekte abgesagt wurden. Da war ich gerade in München und sollte weiter nach Frankfurt und von da nach Mallorca. Und dann wurde immer ein Stück rausgenommen. Wie aus einem Puzzle. Das war großer Stress und da habe ich bemerkt, wie sehr diese Ungewissheit mich aufgewühlt hat. Alle haben sich für die Zeit nach der Pandemie verabredet und niemand wusste, was das heißt. Ich glaube, das hat viele auch so unruhig gemacht. Das hatte etwas Belastendes, auch für die Beziehung. Aber ich

In einem Experiment testet Moderatorin Collien Ulmen-Fernandes den Stresslevel von Müttern.

konnte nach zwei Wochen schon „Familien allein zu Haus“ drehen und war so schnell wieder in einer Situation, in der ich in meinem alten Alltag angekommen war, nur eben anders. Wenn wir jetzt auf dem Traumschiff drehen, müssen wir vorher einen Coronatest machen und kommen nur mit einem negativen PCR-Test an Bord. Wenn wir zwischendurch eine Nacht weg sind, brauchen wir einen Express-PCR-Test, damit wir zurück dürfen. Es ist anders, aber ich lebe einigermaßen mein altes Leben. Aber ich fand es spannend zu sehen, was der Lockdown mit uns macht. Wir konnten uns gar nicht auf ein anderes Thema konzentrieren und deshalb habe wir die Doku „Familien allein zu Haus“ gedreht. Mittlerweile gibt es große Unterschiede, und es gibt Leute, die leiden deutlich stärker unter der Pandemie. In der zweiten Fassung von „Familien allein zu Haus“ haben wir darauf geschaut, wie es den ökonomisch schwächeren Familien geht. Anfangs hieß es noch, wir sitzen alle in einem Boot, aber mittlerweile nicht mehr, weil es Menschen gibt, die einer wesentlich härteren Belastung ausgesetzt sind als andere.

Können Sie also nachvollziehen, dass in dieser Krise viele kurz vor dem Durchdrehen sind?
Aber definitiv! Aber wir sind da supergut durch diese Zeit gekommen, weil unsere Tochter cool ist. Sie hat im Lockdown ihren Geburtstag gefeiert, ist mit ihren Geschenken in ihr Zimmer gegangen und hat eine Konferenzschaltung mit ihren Freundinnen gemacht, was sie übrigens permanent macht. Manchmal kommt man zu ihr ins Zimmer, dann malt sie etwas und ist in einer Schalte mit vier anderen Mädchen, die auch malen und sich das gegenseitig zeigen. Dann hört man die ganzen Kinderstimmen aus dem Kinderzimmer und denkt, da sei sonstwas los. Deshalb hatten wir nie die Situation, wo es schwierig wurde oder wir das Gefühl hatten, dass sie vereinsamt oder dass es schlimm ist für das Kind. Wir sind gut durch die Pandemie-Situation gekommen, weil unsere Tochter gesagt hat: ok, dann steige ich um auf online. Aber ich weiß, dass das absolut nicht repräsentativ ist und dass es andere Kinder gibt, die komplett am Limit sind.

Wer war/ist bei Ihnen fürs Homeschooling zuständig?
Die ersten zwei Wochen ich und dann war ich bei Dreharbeiten. Homeschooling ist also größtenteils der Job meines Mannes.

Hat er wenigstens Spaß dabei?
Unsere Tochter macht das schon sehr selbstständig. Sie hat ein paarmal versucht, uns auszutricksen, aber das haben wir schnell bemerkt. Sie macht das alles ganz toll mit ihren fast neun Jahren.

Sie leben in Potsdam. Nutzen Sie in Berlin und Umland die öffentlichen Verkehrsmittel?
Jetzt gerade darf ich leider nicht oft mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren. Das verbietet die Produktion wegen Corona. Wenn das Filmteam mit 40 Leuten und negativem PCR-Test in der Bahn sitzt und einer steckt sich an, wäre es schwierig. Von daher ist es jetzt eine Sondersituation. Aber es macht natürlich Sinn, mit Öffis zu fahren. Allein aus Umweltaspekten heraus. Wenn wir mit der Familie auf die Pfaueninsel wollen, ist es viel praktischer, mit Bus oder Bahn zu fahren, statt lange einen Parkplatz zu suchen. Da nutzen wir die öffentlichen Verkehrsmittel schon.

Worüber können Sie sich aufregen?
Ich bin tatsächlich jemand, der sich nicht schnell aufregt. Es gibt Themen, die mich beschäftigen, wie Geschlechterklischees. Aber ich bin kein Sich-Aufreger, ich mache das lieber im ruhigen. Ich bin ein ruhiger Sich-Aufreger. Aber wenn es um Themen geht, die mich beschäftigen, sind das tatsächlich Geschlechterklischees und Stereotype. Letztendlich ist es ja oft auf das Thema Vorurteile runterzubrechen. Da haben Rassismus und Geschlechterklischees viel gemeinsam, weil letztendlich beides eng an das Thema Vorurteile gekoppelt ist.

Worüber können Sie herzhaft lachen?
Über meine Tochter, die erzählt wirklich die besten Gags!

In ihrer zweiten Geschichten führen Lotti & Otto mit viel Witz und Herz allen vor Augen, wie tief verankert Vorurteile in der Gesellschaft sind – und dass es sich lohnt, sie zu hinterfragen.

SO SICHER IST DIE FAHRT MIT BUS UND BAHN IN CORONA-ZEITEN

Das Coronavirus bestimmt nach wie vor unser Leben und hat auch Einfluss, wie wir mit den öffentlichen Verkehrsmitteln umgehen. Gerade in Stoßzeiten sorgen volle Busse und Bahnen bei zahlreichen Fahrgästen für ein mulmiges Gefühl. So fühlt sich laut einer Studie des „Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt" (DLR) jeder Vierte im ÖPNV unwohl. Und bei Personen, die häufig öffentliche Verkehrsmittel nutzen, sei das Unbehagen besonders stark ausgeprägt. Zudem gibt es Fahrgäste, die den ÖPNV aus Sorge vor einem höheren Infektionsrisiko komplett meiden, obwohl inzwischen verschiedene Studien belegen, dass es keine erhöhte Infektionsgefahr im öffentlichen Verkehr gibt.

Sowohl deutsche als auch internationale Studienergebnisse zeigen, dass der öffentliche Personennahverkehr sicherer ist, als viele Menschen glauben. Wie Prof. Dr. Kai Nagel anhand von Simulationen eindrucksvoll zeigte, ist die Wahrscheinlichkeit sich im SPNV mit dem Coronavirus zu infizieren – je nach Auslastung - um etwa den Faktor zehn bis 100 geringer als beim Besuch von Freunden. Vorausgesetzt, alle Fahrgäste halten Abstand, tragen eine Maske und ein stetiger Luftaustausch in den Fahrzeugen ist sichergestellt. In einer Studie des Imperial Colleges London haben Wissenschaftler in zwei Testreihen untersucht, wie hoch das Risiko ist, sich beim Berühren von Griffen und Fahrscheinautomaten oder im Gedränge der Züge anzustecken. In beiden Testrunden konnten die Forscher keine Spuren des Coronavirus nachweisen.

Warum es im öffentlichen Nahverkehr kein erhöhtes Infektionsrisiko gebe, hat auch Lothar Wieler, Chef des Robert-Koch-Instituts (RKI), Ende Oktober 2020 erklärt. Dies sei unter anderem auf die geltenden Hygieneregeln wie das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung zurückzuführen. Auch finde in Bussen und Eisenbahnen viel weniger Interaktion statt, was die Übertragung durch Aerosole unwahrscheinlicher mache.

Wie die von einer Forschergruppe um Dr. Wladimir Sgibnev durchgeführte Befragung in sechs europäischen Großstädten zeigte, befürchten die Befragten allerdings, sich im Nahverkehr mit dem Coronavirus infizieren zu können. Zur Überraschung der Forscher besonders dann, wenn sie über einen hohen Lebens- und Bildungsstandard verfügen. Diese Fahrgäste arbeiten während der Pandemie bevorzugt im Homeoffice, verändern ihr Mobilitätsverhalten und weichen auf andere Verkehrsmittel aus. Wer diese Möglichkeiten nicht hat, nutzt weiter den öffentlichen Nahverkehr (ÖPNV) – und schätzt das Infektionsrisiko deutlich niedriger ein. Diese Personengruppe kann den weniger vollen Fahrzeugen sogar positive Aspekte abgewinnen und betont, wie stressfrei und angenehm ruhig die Fahrten im ÖPNV derzeit sind.

Nach Auffassung der Wissenschaftler können die Erfahrungen im SPNV während der Pandemie die Art und Weise, wie Menschen sich in Zukunft fortbewegen wollen, verändern. So würden laut Prof. Nagel die Anforderungen an die Aufenthaltsqualität im SPNV steigen. Dr. Sgibnev bewertete die Perspektive für eine des ÖPNV eher positiv. Der zunehmende Verkehr in den Städten und die Notwendigkeit einer Verkehrswende würden zu einer Rückkehr zu Auslastungszahlen wie vor Corona beitragen, glaubt der Forscher.

Nach wie vor ist und bleibt der öffentliche Verkehr ein zuverlässiger und sicherer Dienstleister. Die Verkehrsunternehmen tun alles dafür, dass die Fahrgäste sicher von A nach B kommen und können dabei auf Erkenntnisse zurückgreifen, die sie aus dem ersten Höhepunkt der Corona-Pandemie im Frühjahr gewonnen haben. Zahlreiche Hygiene- und Sicherheitsmaßnahmen wurden ergriffen – angefangen bei der Ausrüstung der Fahrzeuge mit modernen Klimaanlagen sowie Trennscheiben-Module, über die regelmäßige Desinfektion der Haltestangen, Druckknöpfe und den Tastaturen auf Verkaufsautomaten bis hin zum digitalen Ticketverkauf und dem automatischen Öffnen der Türen.

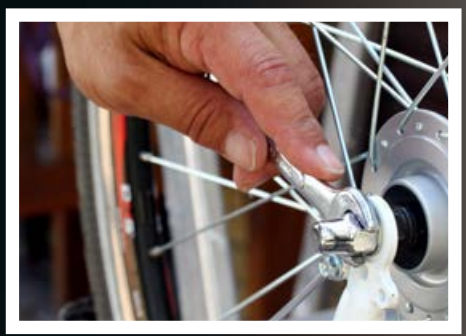
Eigenverantwortung und Rücksichtnahme haben zurzeit oberste Priorität, wenn das Coronavirus nicht weiterverbreitet werden soll. Das gilt auch im ÖPNV. Wer mit Bus oder Bahn mobil ist, kann sich und andere mit einfachen Vorkehrungen schützen. Das fängt bereits beim Tragen einer Maske an. Das scheint bei den Menschen angekommen zu sein. Die Zahlen der Eisenbahnverkehrsunternehmen, der DB Sicherheit und der DB Station&Service an 43 Bahnhöfen belegen: Wurden im Januar noch 929 Maskenverstöße in den Bahnhöfen und auf den Bahnsteigen zur Anzeige gebracht, waren es im Februar nur noch 398. Ein ähnliches Bild ergab sich in den Zügen. Nur in wenigen Fällen führten Maskenverstöße tatsächlich zu einer Anzeige, weil sich die allermeisten Bahnfahrerinnen und Bahnfahrer an die seit dem 25. Januar geltenden Corona-Regeln halten und medizinische Masken (OP-Masken und Masken der Standards KN95/N95 und FFP2) tragen, teilte das Verkehrsministerium mit.

FIT IN DEN FRÜHLING

Mit wenig Aufwand Reparaturkosten am Fahrrad sparen

Mit den ersten warmen Sonnstrahlen startet auch die Fahrradsaison. Um das Rad nach der langen Standzeit im Winter wieder sicher und verkehrstauglich zu machen, müssen ein paar Dinge beachtet werden. Bei vielen Dingen können Sie mit wenig Aufwand selbst Hand anlegen.

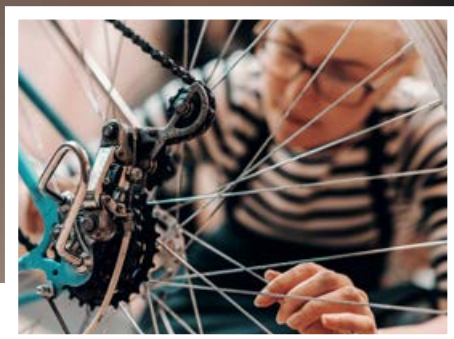
Sichtkontrolle. Gerade die Gummiteile leiden, wenn sie über Monate nicht genutzt werden. Zeigt die Sichtkontrolle der Gummis keine Auffälligkeiten, haben Sie das Gröbste bereits erledigt. Suchen Sie nach Rissen oder Verformungen an Rahmen, Lenker und der Sattelstütze. Verdächtige Stellen sollten im Fachhandel überprüft werden.



Verschraubungen. Testen Sie, ob alle Verbindungen noch festsitzen, indem Sie versuchen, die entsprechenden Bauteile zu bewegen. Ziehen Sie alle Schrauben handfest nach. Aber Achtung: Schrauben Sie zu fest, können die Schrauben abreißen.

Reifen. Pumpen Sie die Reifen etwa alle zwei Monate auf. Den optimalen Bereich für den Luftdruck finden Sie auf der Seite Ihrer Reifen. In der Regel gilt: dünnere Reifen werden stärker aufgepumpt, als dicke. Ein Rennradreifen wird zum Beispiel mit mindestens 5 Bar aufgepumpt, ein Tourenrad ab ca. 3 Bar und ein Mountainbikereifen ab ca. 2 Bar. Lässt sich das Reifenprofil kaum noch erkennen oder scheinen Fäden durch, ist der Reifen abgenutzt und muss gewechselt werden. Wenn Luft aus dem Reifen entweicht, können die Schläuche porös werden und es können sich Haarrisse bilden. Generell sind kleine Risse in der Lauffläche oder an den Flanken unproblematisch. Werden sie größer, können Sie Pannen verursachen.

Laufräder. Prüfen Sie, ob die Speichen fest sind, indem Sie mit Daumen und Zeigefinger benachbarte Speichen zusammendrücken. Ungleichmäßig gespannte oder gerissene Speichen führen zu einem Schlag im Laufrad und haben häufig weitere Defekte zu Folge. Halten Sie einen Schraubendreher so, dass die Spitze etwa zwei Millimeter Abstand zur Felge hat und drehen Sie das Rad. Sind deutliche Ausschläge zur Seite zu sehen oder schleift die Felge sogar am Bremsklotz oder Ihrem Schraubendreher, sollte das Laufrad zentriert werden. Ein Speichenspanner ist nicht teuer, das Einstellen des Rades erfordert jedoch etwas an Übung.



Versuchen Sie, das Laufrad quer zur Laufrichtung hin- und her zu bewegen. Spüren Sie dabei ein Rucken, hat das Lager Spiel und muss (am besten vom Fachmann) eingestellt werden.

Bremsen. Die Bremsbeläge können aushärten, dann haben Sie im schlimmsten Fall keine Bremswirkung mehr. Unabhändig davon, ob Sie die Bremsbeläge nutzen oder nicht, sollten Sie sie etwa alle zwei Jahre austauschen. Funktionieren die Bremsen einwandfrei, aber Sie müssen den Bremshebel sehr weit ziehen? Mit Hilfe der Bremsstellschraube können Sie den Abstand Ihrer Bremse zum Rad verringern. Wenn die Querrillen der Bremsbeläge nicht mehr deutlich zu erkennen sind oder sich eine Kante eingebremst hat, sind sie abgenutzt und müssen getauscht werden.

Schaltung. Läuft die Kette nicht sauber über die Ritzel oder funktionieren einige Gänge nicht mehr richtig, kann sich die Spannung des Seilzuges verringert haben. Bei Kettenschaltungen können Sie sie Spannung mit der Schraube am zugehörigen Schalthebel anpassen. Bei Nabenschaltungen gibt es verschiedene Mechanismen, um die Kabelspannung einzustellen. Sehen Sie in die Gebrauchsanweisung oder fragen Sie im Fachhandel nach.

Brems- und Schaltzüge. Die Bremsarme und Schalthebel bzw. Drehgriffe sollten sich leicht bewegen lassen, die Seilzüge leicht in der Hülle laufen und keine Knicke oder Beschädigungen aufweisen. Die Züge können verharzen. Wo möglich, schmieren Sie mechanische Teile mit etwas Öl und bewegen Sie sie durch. Wenn das nicht hilft, müssen gegebenenfalls die Züge getauscht werden. Wenn Sie unerfahren sind, empfiehlt es sich, den Fachmann diese Arbeit übernehmen zu lassen. Denn an Ihrem Auto würde Sie die Bremse auch nicht ohne Vorwissen wechseln.

Bei hydraulischen Bremsen muss bei maximaler Handkraft noch mindestens ein Finger zwischen Bremshebel und Griff passen, anonsten muss die Bremse entlüftet werden.

Kette. Die Kette sollte mit feinem Öl geölt, aber nicht gefettet werden. Sie nimmt sonst zu viel Dreck auf, der sich am Schaltwerk sammelt und das Schalten erschwert. Säubern Sie die Kette mit einem Tuch von grobem Schmutz. Dann schmieren Sie sie ein. Drehen Sie die Kurbel, damit sich das Öl verteilt. Überschüssiges Öl wischen Sie einfach ab.

Licht. Prüfen Sie, ob Scheinwerfer und Rücklicht funktionieren. Kontrollieren Sie, ob die Stecker des Lichtkabels an den Leuchten und am Dynamo festsitzen. Ist der Luftdruck der Reifen nicht in Ordnung, kann der Dynamo zu wenig Reibung

haben. Außerdem kann nach längerem Stillstand die Feder im Dynamo verharzen. Benutzen Sie etwas Öl, um die mechanischen Teile zu schmieren und bewegen Sie diese (aber vermeiden Sie es, dass Öl auf das Rad selbst gelangt. Die Schmierwirkung macht die Bremswirkung auf der Felge zunichte). Schauen Sie außerdem, ob die vorgeschriebenen Reflektoren vorn, hinten, an den Pedalen und in den Speichen vorhanden und sauber sind.

Nützliches Fahrradgepäck. Ein Reifenheber, ein Ersatzschlauch passend für das Rad und eine Luftpumpe mit entsprechendem Werkzeug können nicht nur Ihre Radtour, sondern auch den Weg ins Büro oder in den Feierabend retten.

Sie kommen nicht weiter, aber wollen Ihr Rad unbedingt selbst auf Vordermann bringen? Wenn Sie wissen, wonach Sie suchen, bietet das Internet eine Reihe nützlicher Informationen. Viele Fachleute zeigen Ihnen zum Beispiel auf YouTube in Schritt-für-Schritt-Videoanleitungen, das richtige Vorgehen.

FREIZEITSPASS AUF ZWEI RÄDERN

In Nordrhein-Westfalen kommt eigentlich jeder, der mit dem Rad durchs Land tourt, auf seine Kosten. Wir haben einige Routen-Tipps für ein entspanntes Erlebnis auf zwei Rädern zusammengestellt.

DAS SAUERLAND AUF ALTEN BAHNTRASSEN ENTDECKEN

Immer wieder auf und ab geht es im Sauerland, durch schwingende Landschaften mit grünen Hügeln, langen Bergkämmen und weiten Tälern. „Das Land der 1.000 Hügel“, wie das Sauerland auch genannt wird, scheint sich auf den ersten Blick nicht als Fahrradregion anzubieten. Doch weit gefehlt. Hier besteht die Möglichkeit auf ehemaligen Bahntrassen auf gemütliche Art die Landschaft auf zwei Rädern zu erkunden.

Für Tourenradler ist der SauerlandRadring als Drehschreibe des Radfahrens im Sauerland der ideale Einstieg, um die Region mit dem Rad zu entdecken. Wo einst Dampfloks über die Gleise schnauften kommt heute kein Radler mehr aus der Puste. Größtenteils auf alten Bahntrassen angelegt, verbindet er die Orte Finnentrop, Eslohe, Schmallenberg und Lennestadt auf insgesamt 84 Kilometern und verspricht dabei Radfahrspaß mitten in der Natur.

Auf weiteren 40 Kilometern ergänzt die HenneseeSchleife den SauerlandRadring im Norden und verbindet ihn gleichzeitig mit dem RuhrtalRadweg. Die Strecke führt durch das malerische Wennetal nach Meschede, vorbei an der Himmelstreppe und zurück entlang des Ufers der Hennetalsperre nach Bremke zum Sauerland-Radring.

Einer der Höhepunkte des SauerlandRadrings ist der „Fledermaustunnel“ zwischen Finnentrop-Fehrenbracht und Eslohe-Kückelheim. Fünf Monate im Jahr ist die 689 Meter lange Röhre gesperrt, damit dort Fledermäuse ungestört ihren Winterschlaf halten können. Spätestens im April wird dieser wieder für die Radler geöffnet.

www.sauerlandradring.de

RADBAHN MÜNSTERLAND

Ein Highway für Fahrräder mitten im Münsterland? Das ist die Radbahn Münsterland, die auf 47 Kilometern die Städte Coesfeld und Rheine verbindet. Die Strecke ist durchgehend asphaltiert, hat kaum Steigungen und ist klar beschildert. Sie fügt sich ein in die 100 Schlösser Tour durch die grüne Parklandschaft des Münsterlands. Sehenswert und einen Abstecher wert sind Schloss Darfeld und Schloss Steinfurt sowie die Steinfurter Altstadt.

www.radbahn-muensterland.de

DIE 100 SCHLÖSSER ROUTE – DIE KÖNIGIN DER RADROUTEN

Die Parklandschaft rund um Münster ist ein wahres Radparadies. Die flache Landschaft lädt zu gemütlichen Touren ein. Ein rund 4.500 Kilometer langes Radwegenetz durchzieht die Region, darin eingebunden sind zahlreiche Themenrouten wie der „Ems-Radweg“ oder die „100 Schlösser Route“. Schon Fürstbischöfe und Adelsleute wussten die Schönheit des Münsterlandes zu schätzen und errichteten eine Vielzahl an Schlössern, Burgen und Herrenhäusern. Die „100 Schlösser Route“, eine der schönsten Radrouten in Deutschland, ist dabei die „Königin der Radrouten“. Abseits von verkehrsbelebten Straßen schlängelt sie sich auf etwa 1000 Kilometern wie ein grünes Band durch das Münsterland und verbindet dabei die mehr als 100 Wasserschlösser, Burgen, Herrensitze und Gräftenhöfe miteinander und bietet eine gelungene Kombination aus Ritterromantik, wunderschöner Natur und münsterländischer Gastfreundschaft.

Eingeteilt ist die „100 Schlösser Route“ in vier miteinander verbundene Rundkurse mit Streckenlängen zwischen 210 und 310 Kilometern, die verschiedene Gebiete des Münsterlandes durchlaufen. Während der Nordkurs von der ebenen Landschaft rund um Münster und dem nördlichen Münsterland bis in das Tecklenburger Land führt, erleben Radfahrer auf dem Ostkurs, warum die Region als Pferdeland so bekannt ist. Die Strecke auf dem Westkurs säumt einige der schönsten Bauwerke Westfalens. Burg Anholt, Schloss Ahaus und Schloss Raesfeld etwa sind weit über die Grenzen des Münsterlandes bekannt. Besonders der Südkurs zeigt eindrucksvolle Zeugnisse großer Baukunst; auf keiner der anderen Rundkurse liegen Burgen und Schlösser so dicht beieinander.

Die Rundkurse können einzeln befahren oder miteinander kombiniert werden. Der Einstieg ist überall möglich. Die Streckenführung ist überwiegend eben, allerdings mit leichten Hügeln in den Baumbergen und teilweise stärkeren Steigungen in den Ausläufern des Teutoburger Waldes, die aber umfahren werden können.

www.muensterland.com
www.100-schloesser-route.de

RÖMER-LIPPE-ROUTE – RÖMERKULTUR UND WASSERERLEBNIS

Auf mehr als 400 Kilometern können Fahrradbegeisterte entlang der Lippe Römerkultur und Wassererlebnis zwischen Detmold und Xanten erleben. Die Route verbindet die fünf Regionen Teutoburger Wald, Sauerland, Münsterland, Metropole Ruhr und Niederrhein über einen Radfernweg. Sie verläuft überwiegend auf separat geführten autofreien Radwegen und eignet sich sowohl für eine sechstägige Etappentour als auch für Tagesausflüge.

Die Hauptroute schlängelt sich auf 295 Kilometern entlang des längsten Flusses Nordrhein-Westfalens vorbei an wohltuenden Auenlandschaften und historisch reizvollen Städten. Auf einer zusätzlichen Strecke von 184 Kilometern gibt es 12 Wegeschleifen zu den Themen Römerkultur und Wassererlebnis zu entdecken, die sich auch in Kombination mit der Hauptroute perfekt für Tagesausflüge eignen.

Neben einer guten Wegweisung durch die rot-weißen-Beschilderungen des NRW-Radwegenetzes finden sich Stadtinformationsschilder an den Ortseingängen der Anrainerkommunen. Hier können Sie sich über die wichtigsten Sehenswürdigkeiten, Gastgeber und Radservicebetriebe im jeweiligen Ort informieren. Zudem befinden sich an vielen Standorten Tafeln mit Informationen zur Römerkultur und zu den Wassererlebnissen. Rastplätze an malerischen Stellen entlang der Route laden zu einer Pause ein. An diesen Rastplätzen ist durch Leitelemente und römischen Zahlen der aktuelle Kilometer auf der Römer-Lippe-Route erkennbar.

Die Streckenführung ist überwiegend eben. Steigungen erwarten Sie lediglich zwischen dem Hermannsdenkmal und Bad Lippspringe.

www.roemerlipperoute.de

FAHREN SIE MIT DER BAHN ZU IHREM STARTPUNKT

Das Fahrrad TagesTicket, das nicht übertragbar ist, kostet im Teilnetz (Preisstufe 1) 1,50 Euro und im WestfalenTarif 3 Euro. Das 30 TageTicket Fahrrad und das FahrradAbo, die beide übertragbar sind, kosten in der Preisstufe 1 17 Euro und im WestfalenTarif 25 Euro.

www.westfalentarif.de/tickets-abonnements/zusatzticket

NRW IST IHNEN NICHT GENUG?

Dann lassen Sie sich inspirieren! Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) stellt seit vielen Jahren im Radurlaubsplaner "Deutschland mit dem Rad entdecken" Radfernwege und Radregionen in den verschiedenen Bundesländern vor. Die Broschüre ist auch als ePaper erhältlich.

www.deutschland-per-rad.de

MOBILITÄT DER ZUKUNFT – DAS FAHRRAD ALS ALLROUND-VERKEHRSMITTEL

Immer mehr Menschen entdecken das Fahrrad als Allround-Verkehrsmittel für sich. E-Bikes und Pedelecs machen das Rad auch für längere Pendler-Strecken zu einer Alternative zum Auto. Das Verkehrsministerium NRW treibt diese Entwicklung voran und stellt im Haushalt 2021 rund 54 Millionen Euro für Investitionen in ein gutes ausgebautes, flächendeckendes Netz von Radwegen bereit. Das sind 15 Millionen Euro mehr als im Haushalt 2020. Dabei stehen zehn Millionen Euro mehr für Radschnellwege zur Verfügung und fünf Millionen Euro mehr für den Radwegebau an Landesstraßen und auf stillgelegten Bahntrassen.

Dass das Fahrrad als Verkehrsmittel einen immer wichtigeren Stellenwert einnimmt, zeigt auch das neue Fahrrad- und Nahmobilitätsgesetz. Anfang März hat die Landesregierung einen ersten Gesetzentwurf vorgelegt.

Das neue Fahrrad- und Nahmobilitätsgesetz schafft unter anderem die gesetzliche Grundlage für die Förderung des Fahrrads als Bestandteil vernetzter Mobilität. Gefördert werden beispielsweise Radstationen, Fahrrad-Garagen auch mit Lademöglichkeiten für E-Bikes, Mobilstationen als Verknüpfungspunkt für verschiedene Verkehrsmittel, etwa Bus und Bahn, E-Scooter, On-Demand-Shuttle oder Leih-Räder.

„Das Fahrrad als Allround-Verkehrsmittel wird immer wichtiger. Mit dem Fahrrad- und Nahmobilitätsgesetz schließen wir nahtlos an die ambitionierte Fahrrad-Politik der vergangenen Jahre an. Die Förderung des Radverkehrs wird jetzt im Gesetz verankert. Damit schaffen wir die Grundlage für den weiteren systematischen Ausbau eines landesweiten Radwegenetzes und machen Mobilität in Nordrhein-Westfalen besser, sicherer und sauberer“, sagte Verkehrsminister Hendrik Wüst, nach dessen Vorstellung in Zukunft 25 Prozent der Verkehrswege auf das Rad entfallen sollen. „Das ist kein unrealistischer Wert. Im Münsterland liegen wir schon deutlich darüber. Nicht zuletzt mit E-Bikes, Pedelecs und besserer Infrastruktur geht das überall“, sagte Wüst.

REKORDFÖRDERUNG FÜR RAD- UND FUSSVERKEHR IN DEN KOMMUNEN

Im ersten Teil des Nahmobilitätsprogramms fördert das Verkehrsministerium in diesem Jahr 156 neue Projekte für einen besseren Fuß- und Radverkehr in NRW. Für die Förderung der Projekte steht die Rekordsumme von insgesamt 50,3 Millionen Euro aus dem Programm bereit.

Darin enthalten sind erstmalig 40,2 Millionen Euro vom Bund für die Förderung kommunaler Fahrradinfrastrukturprojekte. Zu den Mitteln aus dem Landesprogramm kommen weitere kommunale Investitionsmittel hinzu. Insgesamt stehen damit rund 59,9 Millionen Euro für eine bessere Nahmobilität zur Verfügung.

STÜNDLICH VON RHEDA-WIEDENBRÜCK NACH PADERBORN – DER WESTFALEN-SCHNELLBUS GEHT AN DEN START

Am 28. März 2021 wurde in Rietberg der WestfalenSchnellbus S40 vorgestellt. Er ist das erste von insgesamt drei Niederflurfahrzeugen des künftigen Betreibers Go.on (Gesellschaft für Bus- und Schienenverkehr) und verbindet im Stundentakt die Kreise Gütersloh und Paderborn.

Das Neuangebot bietet besonders für den südlichen Kreis Gütersloh Vorzüge: Die Fahrgäste gelangen jetzt mit dem Schnellbus ohne Umsteigen in das Oberzentrum Paderborn. Nicht nur für Rheda-Wiedenbrück und Rietberg, sondern auch für den Kreis Gütersloh stellt das eine enorme Angebotsverbesserung dar. Außerdem sind Rietberg und Delbrück, die über keinen Bahnhof verfügen, künftig deutlich besser an den Schienenverkehr angebunden.
In Rheda bestehen Umsteigeverbindungen mit den Zügen in und aus Richtung Hamm und Bielefeld (RE 6/RRX und RB 69). Außerdem hat Rietberg mit dem Schnellbus und der bestehenden Regionalbuslinie 76 künftig eine halbstündliche Busverbindung nach Rheda-Wiedenbrück.

Der WestfalenSchnellbus fährt an Werktagen im Stundentakt, an Sonn- und Feiertagen alle zwei Stunden. Dabei ist der Schnellbus vorwiegend auf der B64 und damit auf dem schnellsten Weg unterwegs.

Die Fahrzeuge fahren im einheitlichen blau-grauen Design des Westfalen-Schnellbusses und verfügen über Rollstuhlplätze, Gepäckablagen, kostenloses WLAN und USB-Steckdosen.

FÖRDERUNG DES SCHNELLBUSSES

Das Land NRW fördert den Ausbau von Schnellbusverkehren und stellt den Zweckverbänden – hier dem Dachzweckverband NWL (Nahverkehr Westfalen-Lippe) – entsprechende Mittel zur Verfügung. Der Zweckverband VVOWL (Verkehrsverbund Ostwestfalen-Lippe) und der nph (Nahverkehrsverbund Paderborn/Höxter) erhalten als Mitgliedsverbände des NWL jährlich Mittel aus diesem Fördertopf.

Der WestfalenSchnellbus wird durch den VVOWL von Rheda-Wiedenbrück bis zur Kreisgrenze Paderborn gefördert. Die Förderung des Abschnitts im Kreis Paderborn erfolgt durch den dort ansässigen nph. Von den rund drei Millionen Euro Betriebskosten, die für das Projekt in den nächsten siebeneinhalb Jahren anfallen, trägt der VVOWL etwa zwei Drittel, das verbleibende Drittel übernimmt der Kreis Gütersloh.

Damit Schnellbusse gefördert werden können, muss eine durch den NWL erlassene Richtlinie eingehalten werden. Kriterien sind zum Bespiel die Anbindung schienenferner Orte an die nächstgrößeren Städte und Bahnhöfe. Außerdem müssen sie einen direkteren Weg mit weniger Zwischenhalten bedienen als die vorhandenen Buslinien.

Informationen zur Mobilität im Kreis Gütersloh finden Sie unter **www.owlmobil.info**. Ausführliche Informationen zum WestfalenSchnellbus sind unter **https://go-on-gbs.de** erhältlich.

Lok Down

Verehrte Fahrgäste,

es ist ja nicht so, dass Sie sowas nicht schon vom ganz normalen Bahnfahren her kennen würden: manchmal dauert etwas leider sehr viel länger als geplant. Aber dass sich ein Stillstand mal SO lange hinzieht – das gibt's nichtmal bei uns, wenn einer unserer Züge mitten auf freier Strecke plötzlich einen Lok-Down hat!

Tja, was fängt man an mit sich und der vielen freien Zeit – nach inzwischen über einem Jahr? Wie kann man sich bei Laune halten, wenn man, wie ich, schon im letzten Sommer alle 50 Staffeln von „Die schönsten Bahnstrecken Deutschlands" an einem Stück weggebinged hat? Ich habe mich einem Trend angeschlossen:

SELBSTVERWIRKLICHUNG!

Zugegeben: klingt furchtbar, zäh und anstrengend, aber: wenn Sie's nicht SELBST machen, macht's jemand anders! Und: Selbstverwirklichung ist ja auch viel MEHR als nur selber Brot backen – und anschließend stundenlang die betonhart gewordenen Brotteigreste wieder aus den Töpfen scheuern.

Viele Menschen entdecken in der Krise ihre kreative Ader und zeigen sie dann unaufgefordert im Internet. Gut, oft denkt man: diese Ader hätte man vielleicht besser nicht gestört. Ausgerechnet bei mir denke ich das zum Beispiel andauernd! Ich habe SO viele Ideen zur Selbstverwirklichung, dass ich bald schon Leute beschäftigen muss, die das alles für mich ausleben müssen.

Aktuell schreibe ich an einem Drehbuch – falls nach Corona mal jemand auf die Idee kommen sollte, mein aufregendes Leben als Schaffner zu verfilmen. Immerhin, den Titel hab ich schon: „Unheimliche Verspätung der dritten Fahrt".

Reizvoll wäre aber auch ein Lurch-Peter-Hansen-Musical, oder besser: gleich eine ganze Musical-Trilogie! Teil 1, über meine frühen Berufsjahre: „Phantom der U-Bahn". Dann mein unaufhaltsamer Aufstieg in „Jesus Gleis Superstar" – und schliesslich das große Finale, auf Rollschuhen und mit Überlänge: „Bahnstreik Exzess".

Wir sehen uns bei der Welt-Uraufführung. Bis dahin:

Halten Sie Lurch!

Ihr Lurch-Peter Hansen

PS: Wegen der zahlreichen Fan-Anfragen: nein, ein eigener Podcast kommt für mich leider nicht in Frage, ich schlafe ja immer schon während meiner eigenen Zugdurchsagen ein.

ÖPNV-THEMEN
AUS ALLER WELT

SCHMALSPUR-ABENTEUER IM NORDWESTEN INDIENS

Indien ist ein Land voller Gegensätze: pulsierende Städte, leuchtend grüne Reisfelder, weiße Bergriesen, steil abfallende Täler und breite Flüsse. Und dieses Land hat auch für Eisenbahnfans eine ganze Menge zu bieten: beispielsweise eine Fahrt von Kalka nach Shimla, die vor nahezu 120 Jahren eröffnet wurde. Eine Besonderheit dieser Strecke im Nordwesten des Landes ist die Spurbreite, die nur 762 Millimeter misst. Damit gehört sie zur Kategorie Schmalspurbahnen, die aufgrund der Spurweite und der relativ geringen Anzahl von Wagen auch „Toy Trains" genannt werden.

Die in den Ausläufern des Himalayas auf etwa 2.100 Metern gelegene Stadt Shimla war seit Mitte des 19. Jahrhunderts „Sommerhauptstadt" der Regierung Britisch-Indiens. Ende des 19. Jahrhunderts wurde im Auftrag der britischen Kolonialregierung die Bahnstrecke gebaut, um den Transport zwischen Delhi und Shimla zu vereinfachen und zu beschleunigen. Am 9. November 1903 wurde die Strecke offiziell eröffnet und ist ein Meisterwerk britischer Ingenieurskunst.

Auf einer Distanz von 96,5 Kilometern überwindet die Eisenbahnstrecke einen Höhenunterschied von 1420 Metern. Es gibt insgesamt 919 Kurven und 864 Brücken – viele davon sind Viadukte – sowie 102 Tunnel. Der längste Tunnel bei Barog ist 1.140 Meter lang. Es geht gemächlich zu. Die Höchstgeschwindigkeit beträgt 25 Kilometer pro Stunde. Insgesamt dauert die Fahrt etwa fünf bis sechs Stunden. Dabei werden 18 meist kleinere Bahnhöfe passiert beziehungsweise durchfahren.

Die Strecke von Kalka nach Shimla ist zwar eine reguläre Bahnstrecke von Indian Railways, die Fahrt allerdings bei Touristen aufgrund der spektakulären Streckenführung und des großartigen Panoramas außerordentlich beliebt. Täglich verkehren bis zu sieben Zugpaare auf der Strecke. Personenzüge bestehen in der Regel neben der Diesel-Lokomotive aus bis zu sechs Reisezugwagen. Die meisten Touristen nutzen entweder den luxuriösen „Shivalik Deluxe Express" (mit Bordservice) oder die „Himalayan Queen" (normale Sitzwagen, ohne Bordservice). Zudem fährt einmal täglich ein Schienenbus mit Glasdach.

Die Strecke ist eingleisig, an mehreren Bahnhöfen erfolgt die Weiterfahrt erst nach dem Eintreffen des Gegenzugs. Die entstehenden Wartezeiten ermöglichen es, Getränke und Snacks von Händlern außerhalb des Zugs zu erwerben.

2008 wurde die Bahnstrecke in das Weltkulturerbe der UNESCO aufgenommen. Sie wird dort gemeinsam mit der „Darjeeling Himalayan Railway" und der „Nilgiri Mountain Railway" als Welterbestätte Gebirgseisenbahnen in Indien geführt.

CARSHARING

Carsharing ist die organisierte, gemeinschaftliche Nutzung von Kraftfahrzeugen und wurde entwickelt von Menschen, die gezielt so wenig wie möglich mit dem Auto fahren, aber nicht völlig auf die Nützlichkeit eines eigenen Wagens in speziellen Situationen verzichten wollten. Das Ausleihsystem ist so gestaltet, dass man den Wagen im Voraus buchen und die Benutzungsdauer angeben muss. Im Rahmen der Mobilität können sich Carsharing und Öffentlicher Personennahverkehr (ÖPNV) durchaus ergänzen: Wer im Wesentlichen seinen Mobilitätsbedarf mit dem Umweltverbund (zu Fuß gehen, Rad fahren, ÖPNV benutzen) deckt, findet im Carsharing die Mobilitätsversicherung für Spezialfälle – wie einen Möbeltransport oder einen Ausflug aufs Land. Die Möglichkeit, als ÖPNV-Abonnent im Bedarfsfall problemlos auf ein passendes Auto zurückzugreifen, macht Carsharing/ÖPNV-Kombinierer zu zufriedeneren und dauerhafteren ÖPNV-Kunden.

JOBTICKET

Ein Jobticket ist eine Zeitfahrkarte im Abonnement. Basis ist in der Regel ein Vertrag, den eine Firma mit dem Verkehrsunternehmen oder -verbund für ihre Belegschaft abschließt. Durch die Einbeziehung der gesamten Belegschaft und gegebenenfalls eines Firmenzuschuss ist der Preis für den Jobticket-Kunden stark rabattiert. Das Ticket gilt oft im gesamten Tarifgebiet eines Verkehrsverbunds.

VERKEHRSAUFKOMMEN

Das Verkehrsaufkommen wird im Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) durch die Anzahl der Fahrgäste dargestellt, im Schienengüterverkehr (SGV) durch die Anzahl der beförderten Tonnen.

Foto Quiz

Die Redaktion fordert in diesem Foto-Quiz Ihr geschultes Leserauge. Stellen Sie Ihre Sinne anhand von drei Bildausschnitten auf die Probe – Sie sehen immer nur einen kleinen Teil des Motivs. Welcher Ausschnitt stammt von welcher Seite? Tragen Sie in die Felder die Seitenzahlen ein, auf denen die Fotos abgebildet sind. Alle Zahlen hintereinander geschrieben, ergeben den Gewinn-Code.

1. Preis: Die **Familien LWL-Museumscard** für ein Jahr freien Eintritt in die Museen des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL) und des Landschaftsverbandes Rheinland (LVR) sowie **1 nachhaltige Edelstahl-Brotdose .**

2. Preis: Die **Familien LWL-Museumscard** für ein Jahr freien Eintritt in die Museen des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL) und des Landschaftsverbandes Rheinland (LVR)

3. Preis: Das Buch **„Pedal the World "** von Felix Starck

Seite ○ Seite ○ Seite ○

Senden Sie den Gewinn-Code mit Ihrer vollständigen Adresse und dem Stichwort „Gewinnspiel" an folgende Anschrift oder E-Mail-Adresse:

LUP AG
c/o Projektbüro NWL-Kundenmagazin
Filzengraben 15–17, 50676 Köln
gewinnspiel@extrazeit-magazin.de
Wir wünschen Ihnen viel Glück!

Teilnahmebedingungen: Einsendeschluss ist **Freitag, 15.06.2021.** Das Datum des Poststempels zählt. Teilnahmeberechtigt sind nur volljährige Personen mit Wohnsitz in Deutschland. Pro Person ist nur eine Teilnahme gestattet. Die Teilnahme über einen automatisierten Dienst (z.B. Gewinnspielservice) führt automatisch zum Ausschluss von der Teilnahme am Gewinnspiel. Aus allen Einsendungen werden die Gewinner per Los ermittelt.Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinns ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Die angegebenen personenbezogenen Adressdaten werden ausschließlich für die Abwicklung des Gewinnspiels gespeichert, verarbeitet und genutzt. Die Daten werden nicht für Werbezwecke weitergegeben und nach Beendigung des Gewinnspiels gelöscht. Dem Teilnehmer steht jederzeit das Recht zu, seine Einwilligung schriftlich per E-Mail bei **gewinnspiel@extrazeit-magazin.de** zu widerrufen. Bei Widerruf erfolgt ein Rücktritt von der Teilnahme am Gewinnspiel.

EXTRAZEIT

Für Fahrgäste in Westfalen-Lippe

Vorschau

Mit dem Kundenmagazin „EXTRAZEIT“ informieren wir Sie viermal jährlich über alle Neuigkeiten rund um Bus & Bahn in Westfalen-Lippe. Das Magazin bietet vielfältigen Lesestoff für eine kurzweilige Reise: Vom unterhaltenden Interview über die spannende Reportage bis zum hilfreichen Ratgeberartikel. Die Mischung aus Ausflug- und Event-Tipps gibt außerdem zahlreiche Anregungen für zukünftige Ziele mit Bus & Bahn. Die nächste Ausgabe erscheint im Sommer 2021.

Weitere Informationen unter
www.extrazeit-magazin.de

ANZEIGE