



Kostenlos für Sie  
zum Mitnehmen!

Leserbefragung:  
Mit dabei sein  
und tolle Preise  
gewinnen! S. 11



Weltnaturerbe und der Kai  
der Sehnsucht S. 6



Ich habe zu metronom  
gewechselt S. 18



Ein Tag Erholung in der  
Region Hannover S. 20

# Freie Platz-Wa(h)l

»Freie Platz-Wa(h)l«: unter diesem Motto erfüllt *metronom* vielen Fahrgästen zwischen Hamburg und Lüneburg sowie Hamburg und Bremen einen Herzenswunsch: mehr Platz in den Zügen!

Den Wunsch nach mehr Platz in den Zügen vor allem während der Hauptverkehrszeit kennt *metronom* schon länger. Jedes Jahr entscheiden sich mehr Pendler für die bequeme und günstige Alternative »Eisenbahn«. »Einen Wagen zusätzlich dranhängen klingt dabei logisch und einfach – ist es aber leider nicht.« erklärt Christoph Gilb, Verkehrsplaner bei *metronom*, seinen Ansatz. »Die Züge fahren in einem komplexen System aus Umläufen, Werkstattzuführung und Bahnsteiglängen. Jeder Wagen mehr bringt das bisherige System völlig durcheinander.«

Ordnung in das neue System hat Christoph Gilb mit seinem Konzept gebracht – und *metronom* setzt es nach enger Abstimmung und Finanzierung durch die Aufgabenträger Landesnahverkehrsgesellschaft Niedersachsen mbH (LNVG), Freie und Hansestadt Hamburg und Freie Hansestadt Bremen nun auch um.

»Wa(h)l-Züge« nennt *metronom* diese verlängerten Züge – in Anlehnung an das größere Fahrzeug und die freie Platzwahl. Jeden Tag gibt es 48 *metronom*-Fahrten mit einem Wagen mehr und somit zusätzlich ca. 7.000. Im Fahrplanheft sind diese Züge mit einem kleinen Wal-Symbol gekennzeichnet. Für alle Leser der Momente haben wir die wichtigsten Verbindungen mit »freier Platz-Wa(h)l« zusammengestellt:



## Einsteigen und Platz haben – die neue ~~Wa(h)l~~-Freiheit im *metronom*

Bei mehr als 48 Zügen haben wir einen Wagen drangehängt – z. B. bei folgenden Verbindungen:

Takt	Von	Nach	Abfahrtszeit						
Weser-Takt	Bremen Rotenburg	Hamburg Hamburg	05:59 06:14	06:59	09:59	18:59	19:59	21:00	
	Hamburg Rotenburg	Bremen Bremen	07:38 05:22	08:38 05:54	15:15	16:19*	16:38	17:17*	17:38
Elbe-Takt	Lüneburg Hamburg	Hamburg Lüneburg	05:33 15:34	06:33 16:34	07:03 18:31	07:33	08:33	09:33	

\* Zug endet in Tostedt bzw. Rotenburg



Die neue Wa(h)l-Freiheit bei *metronom*: Um mehr Platz für Sie zu schaffen, haben wir an alle Züge mit diesem Symbol  einen Wagen drangehängt.

[www.metronom.de](http://www.metronom.de)



## Benvenuti al *metronomo*!

Mindestens einer hat schon gute Laune – darauf kann man sich verlassen. »Guten Morgen und herzlich Willkommen im *metronom*!«, tönt kurz nach der Abfahrt eine fröhliche Begrüßung aus dem Lautsprecher.

Gut gelaunt bin ich eigentlich immer, auch zu so einer frühen Uhrzeit, darauf können Sie sich verlassen. Und auch darauf, dass nun endlich der Frühling Einzug hält, in unserem »*metronom*-Land«. Frühling, der macht Lust auf Ausflüge, Lust auf Strand und Seen und Lust auf Konzerte und Events.

Hier bei uns in Niedersachsen gibt es so viele spannende und erholsame Reiseziele, die Sie bequem mit den Zügen des *metronom* erreichen können. Egal, ob Sie allein, mit der Familie oder Freunden einen schönen Tag oder längere Ferien verbringen möchten – wir haben die besten Ziele für Sie herausgesucht und selbst besucht, um Ihnen spannende Reisetipps mit an die Hand geben zu können.

Und wenn Sie die Lust packt, sich auch beruflich neuen Herausforderungen zu stellen, dann wird es Sie interessieren, wie eine unserer neuen Kolleginnen – Christiane – diese Herausforderungen angegangen ist, welche großartige Unterstützung sie von Freunden, Kollegen und ihrer Familie bekommen hat und wie sie trotz anfänglicher Schwierigkeiten ihren Weg gemeistert hat.

Schmökern Sie im neuen, frischen »momente«-Magazin, genießen Sie die Fahrt und vielleicht sehen wir uns an dem einen oder anderen *metronom*-Bahnhof!«

tutto il meglio, il tuo  
Davide  
*Fahrgastbetreuer*

## inhalt



**8** Mit dem *metronom* schneller zum Zug

**04**  
*metronom* News  
Aktuelles rund um die Schienen

**05**  
Oh, das ist wichtig!  
Baustellen und Reiseeinschränkungen

**11**  
Mitmachen und gewinnen:  
Die momente-Leserbefragung

**12**  
Elb-Shuttle – der kostenlose  
Erlebnisbus in der Elbmarsch



**13** Pflanzen Sie Trinkwasser

**15**  
Endlich im Zug – endlich lesen!  
Buchtipps und Leseprobe

**20**  
Ein Tag Erholung  
in der Region Hannover

**23**  
Michael und Michaela wissen es!

**32**  
Die schönsten Gemeinden in  
Niedersachsen



**16** Typisch Niedersachsen



**24** Konzerte & Events

## Sonderhalte zur Hannover-Messe

Ganz entspannt und bequem zum Messezentrum Hannover-Laatzten und wieder zurück...

Mit dem *metronom* ist das auch dieses Jahr wieder möglich, denn wir halten für Sie außerplanmäßig am Messebahnhof!

### Hannover Messe

13.04.2015 bis 17.04.2015

Zusatzhalte Messebahnhof Laatzten zwischen 7.00 und 19.00 Uhr [me]

## Nicht vergessen: Zeitumstellung am 29.03.

»Bannig dunkel« werden sich viele von Ihnen denken, wenn Sie sich am Montag, den 30. März auf den Weg zur Arbeit machen. Denn in der Nacht von Samstag auf Sonntag werden die Uhren umgestellt.

Es kommt die Sommerzeit, das heißt, die Uhren werden um eine Stunde VOR gestellt. Für die meisten von uns bedeutet dies eine Stunde weniger Schlaf. Mediziner gehen davon aus, dass der Körper ca. 14 Tage braucht, um sich auf den veränderten Schlafrhythmus und das veränderte Tageslicht am Morgen und Abend einzustellen.

*metronom* hat einen Tipp für alle Pendler, die durch die Zeitumstellung morgens noch müde sind: Holen Sie die verlorene Stunde Schlaf doch einfach im *metronom* Ruhewagen nach.

Entspannter kann der Weg zur Arbeit nicht sein: einsteigen, Schlafmaske auf und weiter träumen. Den Rest erledigen wir für Sie.

Die passenden Schlafmasken gibt es gratis bei *metronom* – in allen Servicecentern (Hamburg, Winsen, Stade, Buchholz, Eschede) oder im *metronom* Kundenzentrum in Uelzen.

Oder Sie fragen einen der freundlichen Fahrgastbetreuer im Zug. Auch die Mitarbeiter haben meistens ein paar der begehrten Schlafmasken dabei.

Na dann: erholsame Fahrt! [me]

**RUHE-WAGEN**

## Raus in den Frühling!

Die Sonne steigt immer höher – bald ist es Frühling! Zeit für den ersten Ausflug des Jahres mit dem Fahrrad.

Entdecken Sie die schönsten Ausflugsziele in Niedersachsen, z. B. das Schloss Holdstedt in der Nähe von Uelzen, die

Aschauteiche bei Eschede oder die Kirschblüte im Alten Land bei Stade.

Pünktlich zu Ostern werden alle *metronom* Züge wieder ausreichend Platz für Ihr Fahrrad haben. Die »Winterbestuhlung« wird bis 2. April ausgebaut und durch Fahrradhalterungen ersetzt.

Jeder *metronom* ist mit einem speziellen Fahrradwagen ausgestattet – diesen finden Sie immer direkt hinter dem Steuerwagen. Also an dem Zugende ohne Lok.

Einsteigen und losradeln. Und nicht vergessen: Auch Ihr Fahrrad braucht eine Fahrkarte. Diese Fahrrad-Tages-Karte gibt es für nur 4,50 € an allen Automaten.

Bitte beachten Sie, dass in den Verkehrsverbänden abweichende Regelungen gelten. [me]



## Einheitliche Linienbezeichnungen in Norddeutschland

Zum Fahrplanwechsel im Dezember 2014 wurden in Norddeutschland einheitliche Linienbezeichnungen für Züge des Schienenpersonennahverkehrs (SPNV) eingeführt. Diese ermöglichen, dank einer einheitlichen Fahrgastinformation an Fahrzeugen, Stationen und in den Medien, eine bessere Orientierung für die Fahrgäste. *metronom* ist mit den folgenden Linienbezeichnungen unterwegs:

- ➔ *metronom* Elbe-Takt  
Hamburg-Uelzen RE3 und RB31
- ➔ *metronom* Weser-Takt  
Hamburg-Bremen RE4 und RB41
- ➔ *metronom* Nordsee-Takt  
Hamburg-Cuxhaven RE5
- ➔ *metronom* Aller-Takt  
Uelzen-Hannover RE2
- ➔ *metronom* Leinetal-Takt  
Hannover-Göttingen RE2

# Unsere Nr. 1: weniger voll, mehr Platz!

Testen Sie Ihre neue Nr. 1!



- ➔ Wieder deutlich von außen zu erkennen
- ➔ Hält an den schönsten Orten – nämlich überall
- ➔ Entspanntes Reisen – weil weniger voll und mehr Platz
- ➔ Nicht auf den nächsten warten – sofort starten

Auf folgenden Linien finden Sie Ihre neue Nr. 1:

RB31: Hamburg – Lüneburg  
RB41: Hamburg – Rotenburg – Bremen

Alle Infos gibts auf  
[www.metronom.de](http://www.metronom.de)

## Aller-Takt RE 2

- ➔ **27.02.2015 bis 17.05.2015**  
Celle – Uelzen  
Grundentlastung mit Teilausfällen zwischen Uelzen und Celle von RE 2.
- ➔ **21.03.2015 bis 23.03.2015**  
Unterlüß – Celle  
Kabeltiefbau und Signaltechnik, jeweils 3 Züge in zwei Nächten im Teilausfall Unterlüß – Uelzen (SEV ist eingerichtet)
- ➔ **28.03.2015 bis 30.03.2015**  
Unterlüß – Celle  
Kabeltiefbau und Signaltechnik, jeweils 3 Züge in zwei Nächten im Teilausfall Unterlüß – Uelzen (SEV ist eingerichtet)



## Elbe-Takt RE 3 und RB 31



- ➔ **21.03.2015 bis 22.03.2015**  
Ashausen  
Gleiswechsel, Haltausfall Ashausen bei den Zügen des RE 31 (SEV ist eingerichtet).

## Nordsee-Takt RE 5

- ➔ **27.03.2015 bis 22.05.2015**  
Stade – Himmelpforten  
Bahndamm-Sanierung, während des gesamten Zeitraums angepasste Fahrzeiten, 7 Wochenend-Totalsperrungen (Ersatz-Verkehr mit Bussen ist eingerichtet)
- ➔ **03.04.2015 bis 06.04.2015**  
Hamburg Hbf – Harburg  
Weichen- und Gleisemuerungen. Teilausfälle, betroffen sind vorwiegend Züge aus und in Richtung Cuxhaven.
- ➔ **11.04.2015 bis 12.04.2015**  
Hamburg Hbf – Harburg  
Weichen- und Gleisemuerungen. Teilausfälle, betroffen sind vorwiegend Züge aus und in Richtung Cuxhaven.
- ➔ **18.04.2015 bis 19.04.2015**  
Hamburg Hbf – Harburg  
Weichen- und Gleisemuerungen. Teilausfälle, betroffen sind vorwiegend Züge aus und in Richtung Cuxhaven.
- ➔ **26.04.2015**  
Hamburg Hbf – Harburg  
Weichen- und Gleisemuerungen. Teilausfälle, betroffen sind vorwiegend Züge aus und in Richtung Cuxhaven.



# »Cuxhaven: Weltnaturerbe & der Kai der Sehnsucht«

In unserer Serie »außergewöhnliche Ausflüge« stellen wir Ihnen verschiedene Regionen und abwechslungsreiche Ausflugsziele rund um unser Streckennetz vor – mit im Gepäck das dazu passende Ticket. Mit dem Niedersachsen-Ticket können Sie zum Beispiel Cuxhaven umweltfreundlich und günstig erreichen.

Im Wattenmeer-Besucherzentrum Cuxhaven erfahren große und kleine Besucher alles Wissenswerte über das Weltnaturerbe Wattenmeer. Ab Sommer 2015 werden die Gäste in einem modernen Neubau empfangen. Von hier aus starten Führungen ins Watt, in die Salzwiese und in die Heide, bei denen man Einblicke in diese einzigartige Naturlandschaft gewinnt. Die Watt-Exkursionen führen ins Sahlenburger Watt, meist bis zum ersten Priel. Hier geht es weniger ums »Wattwandern«, sondern darum, den Lebensraum näher kennenzulernen: Lebensspuren auf dem Wattboden richtig zu deuten, einen Wattwurm in die Hand zu nehmen oder zu beobachten, wie sich eine Herzmuschel wieder eingräbt. Hier erfahren die Teilnehmer viel über den Nationalpark Wattenmeer, das Weltnaturerbe, die dort lebenden Tiere und Pflanzen, aber auch über die Gefährdung und Schutzwürdigkeit dieser einzigartigen Naturlandschaft. Beim anschließenden Mikroskopieren wird die Lebenswelt noch genauer »unter die Lupe« genommen. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt, daher ist eine telefonische Voranmeldung erforderlich. Neben diesen Naturerlebnissen ermöglicht die neu gestaltete Dauer-Ausstellung auf



Wattexkursion mit Kindern

© WattenBz

über 4000<sup>2</sup> das Wattenmeer näher kennen zu lernen. Seewasseraquarien, ein flutbares Tide-Modell und verschiedene Installationen veranschaulichen globale bis lokale Themen und zeigen die Vielfalt der Natur. Wie entstehen Ebbe und Flut? Welche Folgen hat der Klimawandel? Was lebt im Verborgenen? Bei den Antworten hierzu wird schnell klar, warum das Wattenmeer so besonders und schützenswert ist. Und wer es noch genauer wissen will, kann in der Bibliothek stöbern, klassisch in Büchern und Zeitschriften oder auch interaktiv über Tablet-PC.



© WattBz Cuxhaven

Wattenmeer-Besucherzentrum

...oder genießen Sie einfach den einmaligen Blick aus den Panoramafenstern auf das Watt und die Insel Neuwerk. Das Wattenmeer-Besucherzentrum Cuxhaven finden Sie direkt am Sahlenburger Strand, der Eintritt ist frei.

**UNESCO-Weltnaturerbe**  
**Wattenmeer-Besucherzentrum Cuxhaven**  
 Hans-Claußen-Straße 19,  
 ca. ab Sommer 2015: Nordheimstr. 200  
 27476 Cuxhaven-Sahlenburg  
 Telefon 0 47 21 / 2 86 81  
 mail: [wattbz@cuxhaven.de](mailto:wattbz@cuxhaven.de)  
 web: [www.wattbz.cuxhaven.de](http://www.wattbz.cuxhaven.de)

**Öffnungszeiten:**  
 01.04. bis 31.10.  
 Mo. bis Fr.: 10 bis 18 Uhr  
 Sa. und So.: 12 bis 18 Uhr

Cuxhaven

## »Gleich um die Ecke ist Amerika«

Von 1889-1968 gab es von Cuxhaven aus Linienpassagierschiffahrt nach Nordamerika. Initiiert wurde dieser Dienst von Albert Ballin, damals Passagedirektor der Hapag, der Hamburg-Amerika Linie, später deren Generaldirektor, der sie zur größten Reederei der Welt machte. Für den von Hamburg nach dem damals zu Hamburg gehörenden Cuxhaven verlegten Dienst nach New York wurde der Neue Hafen gebaut, der später zum Amerikahafen erweitert wurde. Krönender Abschluss dieser Hafenbauten wurde 1900-1902 der Bau eines neuen Hafenhofes, der wie auch die Hafenanlagen von der Hapag betrieben wurde. Für ihn bürgerte sich daher später der Begriff »Hapag-Halle« ein. Die Hapag-Halle in Verbindung mit den Hafenanlagen, die 1913 mit dem Bau des Steubenhöfts ihre Vollendung fanden, bildete daher einen Passagierterminal für transkontinentale Verkehre, der in seiner Funktion durchaus mit heutigen Flughafenterminals vergleichbar ist. Die historische Anlage wird heute vielfältig genutzt, u. a. finden hier Konzerte und Tagungen statt. Ort dieser Veranstaltungen ist der mondäne Kuppelsaal, einst Wartesaal für die Passagiere der ersten Klasse der Hamburg-Amerika Linie. Der Förderverein Hapag-Halle Cuxhaven e. V. bietet den interessierten Besuchern regelmäßig Führungen durch den Gesamtkomplex an, einschließlich Besichtigung der Ausstellung »Abschied nach Amerika«. Dem Besucher wird dabei etwas vermittelt von der Atmosphäre, die diesen historischen Terminal zum »Kai der Sehnsucht« und zum Ort des Aufbruchs in eine ungewisse Zukunft machten. Hier war der Startpunkt für exklusive Seereisen auf allen Weltmeeren. Aber auch nach dem Ende der großen Passagierschiffahrt erzählt hier noch jeder Quadratmeter von Wehmut, Abschied und Fernweh. Förderverein Hapag-Halle Cuxhaven e. V.,  
 Tel.: (04721) 500 181  
[www.hapaghalle-cuxhaven.de](http://www.hapaghalle-cuxhaven.de)

## Niedersachsen-Ticket

      
 23€ + 4€ + 4€ + 4€ + 4€

Gilt Mo.–Fr. von 9:00 bis 3:00 Uhr,  
 Sa., So. & feiertags schon ab 0:00 Uhr

**Fahrradkarte 4,50 €**



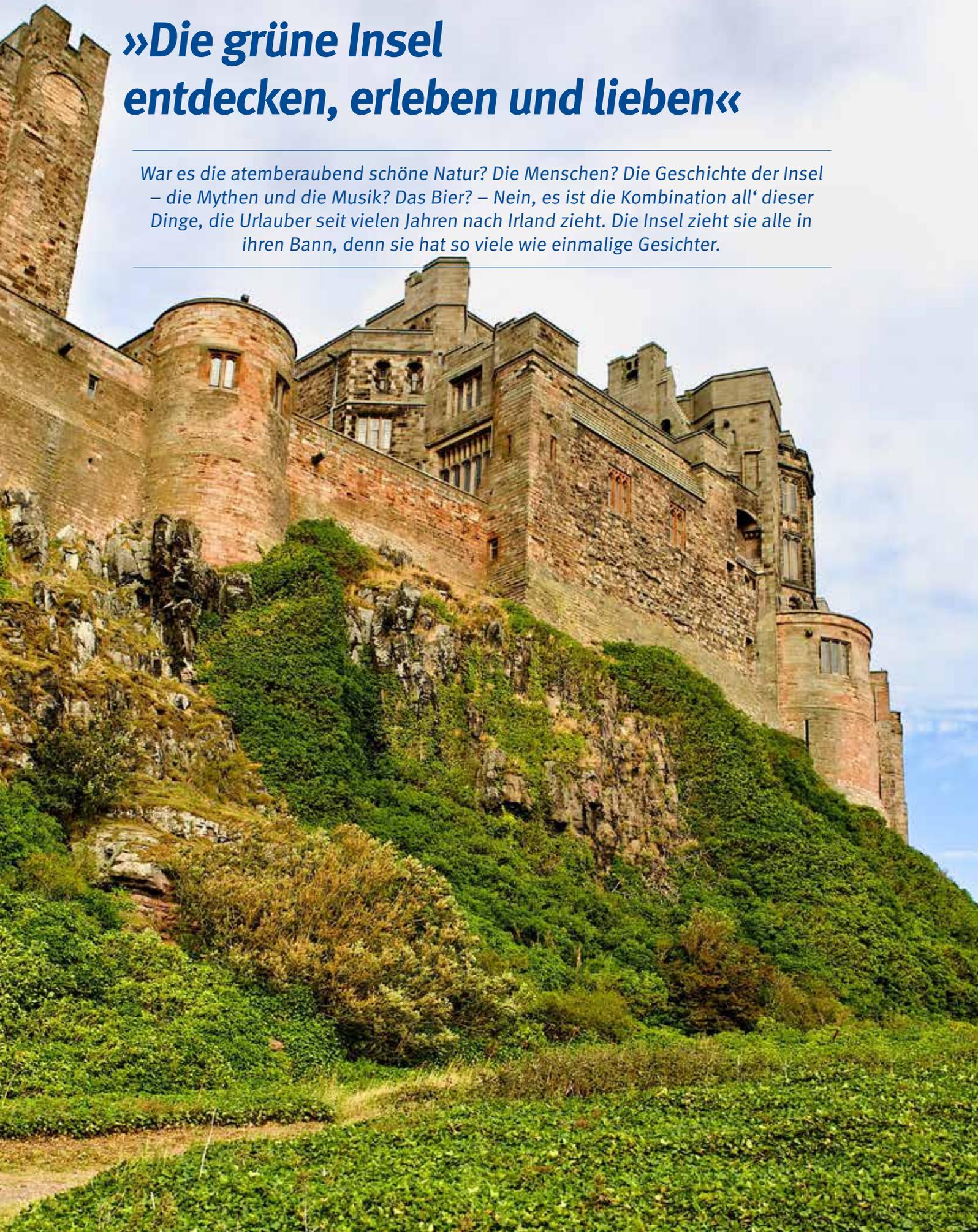
mit dem metronom schneller zum Flug ab Bremen

# »Die grüne Insel entdecken, erleben und lieben«

---

*War es die atemberaubend schöne Natur? Die Menschen? Die Geschichte der Insel – die Mythen und die Musik? Das Bier? – Nein, es ist die Kombination all' dieser Dinge, die Urlauber seit vielen Jahren nach Irland zieht. Die Insel zieht sie alle in ihren Bann, denn sie hat so viele wie einmalige Gesichter.*

---





### Gemütlich wie ein Pub – Dublin

Irland ist ein mystisches Land mit viel Geschichte, vielen Sagen und Fabeln und vielen geheimnisvollen Geschichten. Doch auch die Moderne ist in Irland zu finden. Die Hauptstadt Irlands ist Dublin an der Ostküste – ein richtiges Schmuckstück.

Es gibt viele interessante und sehenswerte Plätze in Dublin: vor allem die Brücken sind sehenswert. Die Ha'penny Bridge ist berühmt, die Samuel Beckett Bridge modern und die O'Connell Bridge ein Klassiker. Von diesen Brücken aus hat man einen wunderbaren Blick auf die architektonischen Hingucker am Ufer. Das moderne, gläserne Convention Centre Dublin glänzt neben der klassizistischen Fassade des Custom House.

Bei einem Rundgang durch das mittelalterliche Dublin erfahren Besucher mehr über die Anfänge der Stadt. In dem Gewirr aus kleinen Gassen und breiten Straßen südlich des Liffey befinden sich die Christ Church-Kathedrale, das Dublin Castle und die Mittelalter-Attraktion Dublinia.

### Auf literarischen Spuren

In Dublin spielt bis heute die Literatur eine wichtige Rolle. Deshalb wurde Dublin auch der Titel »UNESCO-Literaturstadt« verliehen.

Im viktorianischen Dublin haben sich die Leben vieler einflussreicher Literaten gekreuzt. Sie können auf ihren Spuren wandeln: Besuchen Sie eine Lesung in Sweny's Pharmacy, bekannt aus Joyces Meisterwerk Ulysses. Erfahren Sie, wo Bram Stoker, der Autor von Dracula, gelebt und studiert hat. Oder erleben Sie bei einer literarischen Kneipentour berühmte Werke aus einem anderen Blickwinkel.

Der Irish Folk, auf den die Iren so stolz sind, ist in Dublin an allen Ecken und Enden zu hören. Die irischen Pubs, das irische Bier und nicht zuletzt der Sport, der hier von vielen richtiggehend zelebriert wird – all das ist mit Dublin eng verbunden. Mit den Einheimischen kommt man schnell ins Ge-

spräch, denn sie sind nicht nur sehr redselig, sie sind auch Fremden gegenüber aufgeschlossen.

Hätten Sie das gedacht: In Dublin finden Sie mehr als 850 Pubs! »»



## mit dem metronom schneller zum Flug ab Bremen

<<<

### Die Ostküste

Burgen und Ruinen, Schlösser und Kirchen prägen den eher flachen Osten und Südosten der Insel. Invasoren und Belagerer landeten an der historischen Ostküste, um von hier Irland zu erobern. Mönche errichteten ihre Kirchen und Klöster im 4. bis 8. Jahrhundert. Bis heute sind viele der Ruinen in der grünen Landschaft zu bewundern.

Wikinger und Normannen gründeten die ersten Städte, wie Waterford, Dublin und Kilkenny und erbauten Burgen und Schlösser. In der sanften Hügellandschaft Boyne Valley, nördlich von Dublin steigt man tief in die Geschichte dieser Region ein. Das Klima ist äußerst mild; nicht ohne Grund nennt man diese Region »The Sunny South East« oder auch den Garten Irlands. Zahllose prachtvolle Parks und üppige Gärten, insbesondere in Wicklow, sprechen dafür.

### Die sanfte Mitte

Auf einer Länge von 750 Kilometern fließt Europas längste befahrbare Wasserstraße. Von der Mündung des Shannon nahe Limerick an der Westküste erstreckt sich das Fluss-System in nordwestlicher Richtung bis in den nordirischen Lough Erne. Clonmacnoise, die beeindruckende Klosteranlage in der Mitte Irlands, ist eines der Highlights am Fluss und war ein bedeutendes Kloster und Handelszentrum als die Flussläufe noch übliche Transportwege waren.

### Die atemberaubende Westküste

Unzählige Steilklippen, Buchten und Inseln bestimmen die

spektakuläre Landschaft des Westens. Der Wild Atlantic Way, eine der längsten Küstenstraßen der Welt, erstreckt sich über 2.500 Kilometer von Malin Head im Norden Irlands bis nach Kinsale an der Südküste. Erleben Sie die faszinierende Schönheit der Region Connemara, die pittoresken Häuserfassaden von Galway, die atemberaubenden Cliffs of Moher in West Clare und das majestätische King John's Castle in Limerick.

Weiter südlich erstrecken sich die Halbinseln Iveragh mit dem berühmten Ring of Kerry sowie die Inseln Dingle und Beara. An die dreißig vorgelagerte Inseln bieten lohnenswerte Abstecher in eine teilweise abgeschiedene Welt und gelassene Beschaulichkeit. Die spektakuläre Küstenlandschaft der Westküste fasziniert nicht zuletzt mit seiner üppigen durch den Golfstrom begünstigten, farbenprächtige Vegetation.

### Connemara

Uralte Steinmauern erzählen aus alten Zeiten, Torfrauch liegt in der Luft. Nur der Wind bewegt das Grün, das sich über weite Hügel dahinzieht. Eine atemberaubende, raue Schönheit: das ist die Region Connemara im Herzen von Irland. Unvergesslich für mich der erste Besuch in dieser abgeschiedenen Region mit ihrer schroffen Landschaft. Der weite Blick ins Grün, die herrliche Luft und die Einsamkeit ließen mich zur Ruhe kommen. – In Connemara, am Rande des Atlantiks und im Westen des County Galway gelegen, ist Irland noch ursprünglich, rau und herzlich.





## Mitmachen und gewinnen!

Wir interessieren uns für Ihre Meinung:

Beantworten Sie uns ein paar kurze Fragen und seien Sie dabei, wenn wir tolle Preise verlosen:

1. Preis: Ein Reisegutschein im Wert von 900 Euro! (Vielleicht ist Irland ja Ihr Reiseziel.)
2. und 3. Preis: 2x2 Konzertkarten zum OpenR Uelzen, u. a. mit Peter Maffay und Laith al-Deen
4. und 5. Preis: 2x2 Konzertkarten für VoxxClub in Uelzen
- 6- bis 10. Preis: je eine Powerbank zur mobilen Aufladen Ihres Handys

So einfach sind Sie dabei:

Folgende Fragen beantworten und unter Angabe Ihres Namens und Ihrer Telefonnummer bis zum 30.04.2015 einsenden, an **metronom Eisenbahngesellschaft mbH, Kennwort »momente«, St.-Viti-Straße 15, 29525 Uelzen**

1. Wo haben Sie die momente bekommen?

- im Zug  in einer Touristinfo/im Bürgerbüro  anderswo außerhalb des Zuges \_\_\_\_\_

2. Wo lesen Sie die momente?

- im Zug während der Fahrt  anderswo, außerhalb des Zuges \_\_\_\_\_

3. Haben Sie schon einmal eine Reiseempfehlung aus der momente ausprobiert?

- Ja, einmal  ja, mehrmals  nein

4. Was interessiert mich an der momente am meisten?

- Infos rund um *metronom* und Fahrplan  Reiseempfehlungen  sonstiges \_\_\_\_\_

Teilnehmer dürfen alle natürlichen Personen, die das 18. Lebensjahr vollendet haben und ihren Wohnsitz in Deutschland haben. Ausgenommen sind Mitarbeiter der metronom GmbH oder der durchführenden Agentur sowie ihre Angehörigen. Voraussetzung für die Teilnahme ist, dass die Daten selbst eingetragener werden. Die Teilnahme über einen Dienstleister, der die Daten seiner Auftraggeber bei Gewinnspielen einträgt – sog. Gewinnspieleintragsservice – ist nicht zulässig. Der Gewinner ist damit einverstanden, dass sein Name und sein Wohnort durch den Anbieter veröffentlicht werden. Der Rechtsweg sowie eine Barauszahlung sind ausgeschlossen.

**To gates**

# Günstiger zum Flug!

Mit dem *metronom* zum City Airport Bremen.

**metronom**

**Niedersachsen-Ticket**

23€ + 4€ + 4€ + 4€ + 4€

Gilt Mo.–Fr. von 9:00 bis 3:00 Uhr,  
Sa., So. & feiertags schon ab 0:00 Uhr

Ganz entspannt im Zug zum Flug!  
Steigen Sie ein – mit dem Niedersachsen-Ticket geht's im *metronom* günstig zum Bremer Hauptbahnhof und kostenlos weiter zum Flughafen. Tickets gibt's am Automaten, in den *metronom* Servicecentern und *metronom* Treffpunkten.

Weitere Infos unter [www.der-metronom.de](http://www.der-metronom.de)

Preis gilt ab 01.01.2015

# »Der kostenlose Erlebnisbus«

In unserer Serie »außergewöhnliche Ausflüge« stellen wir Ihnen verschiedene Regionen und abwechslungsreiche Ausflugsziele rund um unser Streckennetz vor. Mit im Gepäck ist das dazu passende Ticket.

Mit dem Niedersachsen-Ticket können Sie zum Beispiel die Elbmarsch umweltfreundlich und günstig erreichen und dann mit dem kostenlosen Elb-Shuttle die Region erkunden.



Der ELB-SHUTTLE ist an Wochenenden und Feiertagen im Einsatz. Bei beliebigem Ein- und Ausstieg (an allen ELB-SHUTTLE-Haltestellen) kann jeder Gast vom 1. Mai bis zum 5. Oktober nicht nur zwischen den Flusslandschaften bzw. Radwegen an Elbe, Seeve, Luhe oder Ilmenau wählen. Oft findet er in der Nähe ein ansprechendes, gastronomisches Angebot oder auch -direkt vom Hof weg- frische regionale Produkte der Saison. Anhand eines speziellen Logos erkennt der Besucher jene Anbieter, bei denen er sein E-Bike unkompliziert aufladen kann. Interessante Beobachtungsmöglichkeiten und Informationen bieten sich in so manchem Atelier oder an den Stationen der Deutschen Storchestraße. Unter [www.erlebnis-elbe.de](http://www.erlebnis-elbe.de) stehen die neuesten Veranstaltungsübersichten und Erholungstipps sowie mit dem ELB-SHUTTLE kombinierbare Radrouten für eine individuelle Planung zur Verfügung. [www.elb-shuttle.de](http://www.elb-shuttle.de)

Haltestellen		Gültig vom 01. Mai bis 04. Oktober 2015.					
Die Nutzung der Fahrrampe des Busses ist für Fahrradfahrer/ Fußgänger nicht erlaubt. Bitte Aufzug/Treppe benutzen.		Wochenende / Feiertage			Gastro	Info	Fluss
01	Hamburg, Bf. Bergedorf	9,40	12,55	16,40	✓		
02	Niedermarschacht, Ernst-Reinstorf-Schule	9,59	13,14	16,59	✓		
03	Rönne, Brücke	10,01	13,16	17,01			
04	Schwinde, Weizenhagen	10,03	13,18	17,03			
05	Stove, Elbmarsch-Halle	10,04	13,19	17,04	✓		
06	-, Stover Strand	10,06	13,21	17,06	✓		
07	Elbstorf, Elbstorfer Deich	10,07	13,22	17,07	✓		
08	Drennhausen, Schule	10,09	13,24	17,09	✓		
09	Drage, Krummer Weg	10,12	13,27	17,12			
10	Laßrönne, Abzweigung Dräger Straße	10,16	13,31	17,16			
11	Winsen, Nettelberg	10,18	13,33	17,18			
12	-, Bf. Winsen	10,25	13,40	17,25	✓		
in Richtung Hamburg		8,39	10,39	13,48	17,39		
aus Richtung Hamburg		8,14	10,16	13,17	17,17		
15	-, Bf. Winsen	8,44	10,25	13,40	17,25	✓	
16	-, Kirche	10,30	13,45	17,30	✓		
17	Ashausen, Bf. Ashausen	10,37	13,52	17,37	✓		
in Richtung Hamburg		Sa) 10,52	17,52				
aus Richtung Hamburg		Sa) 10,02	17,03				
20	-, Im Twieten	10,39	13,54	17,39	✓		
21	Stelle, Im Ahler	10,42	13,57	17,42	✓		
22	-, Hoher Weg	10,44	13,59	17,44			
23	-, Höpmannsweg	10,46	14,01	17,46			
24	-, Seevetter	10,50	14,05	17,50			
25	Maschen, Bf. Maschen	10,52	14,07	17,52			
in Richtung Hamburg		Sa) 11,00	18,00				
aus Richtung Hamburg		Sa) 11,54	18,54				
28	Hörsten, Grüner Damm	10,55	14,10	17,55			
29	Over, Am Junkerfeld	11,03	14,18	18,03			
30	Wuhlenburg, Schleuse	11,05	14,20	18,05			
31	Fliegenberg, Feuerwehr	11,10	14,25	18,10	✓		
32	Hoopte, Sportplatz	11,14	14,29	18,14	✓		
33	-, Elbfähre	11,16	14,31	18,16	✓		
34	Laßrönne, Hakenweg	11,22	14,37	18,22			
35	Winsen, Nettelberg	11,25	14,40	18,25			
36	Tännhausen, Oberdorfstraße	8,53	11,27	14,42	18,27	✓	
37	Hunden, West	8,57	11,31	14,46	18,31	✓	
38	Oldershausen, Kindergarten	9,03	11,37	14,52	18,37	✓	
39	Eichholz, Birnenallee	9,08	11,42	14,57	18,42	✓	
40	Niedermarschacht, Ernst-Reinstorf-Schule	9,15	11,49	15,04	18,49	✓	
41	Rönne, Brücke	9,17	11,51	15,06	18,51	✓	
42	Hamburg, Bf. Bergedorf	9,36	12,09	15,24	19,09	✓	





## »Pflanzen Sie Trinkwasser – als Geschenk an Ihre Kinder und Kindes-Kinder«

*Dass Trinkwasser wertvoll ist und nicht verschwendet werden darf, weiß inzwischen jedes Kind. Seit 2010 zählt der Zugang zu sauberem Trinkwasser und zu sanitärer Grundversorgung sogar zu den Menschenrechten. Aber woher kommt unser Wasser eigentlich? Gibt es genug Reserven, werden auch meine Kinder und Enkel noch genug sauberes Wasser zum Leben haben?*

Unser heutiges, gutes und sauberes Trinkwasser ist kein Zufall. So besteht z. B. das hochwertige »Heidewasser« der Lüneburger Heide, das aus Tiefenbrunnen gefördert wird und auch die Metropole Hamburg versorgt, aus Regen und Schnee, der vor mehr als 100 Jahren auf den Heideböden versickerte. Der Regen von vor 100 Jahren ist also heute das Wasser aus unserem Wasserhahn.

In den letzten 100 Jahren hat sich viel verändert: intensive Landwirtschaft, eine enge Bebauung und Wälder mit Monokultur. Wenn es morgen regnet und das Wasser im Boden versickert – wie wird das Trinkwasser in 100 Jahren aussehen?

Damit wir uns um sauberes Trinkwasser auch in 100 Jahren keine Sorgen machen müssen, bedarf es nicht viel: lasst uns Bäume pflanzen!

metronom unterstützt den Verein »Trinkwasserwald e.V. ©«, dessen Ziel es ist, Nadelwälder »umzuwandeln«, d. h., aus reinen Nadelwäldern wieder Mischwälder mit einem hohen Anteil Laubwäldern zu machen. In Laub- bzw. Mischwäldern sickert viel Wasser in den Waldboden: Die Bäume tragen im Winter kein Laub und der Regen fällt direkt auf den Boden. Zudem lässt die glatte Baumrinde bei vielen Laubbäumen das Wasser schnell zum Boden abfließen. Im Sommer verhindert der schattige Laubwald die Entstehung der schwammartigen Grasflächen. So bildet sich unter Laubwäldern mehr neues Grundwasser – und zwar im Bundesmittel Durchschnitt 800.000 Liter mehr pro Jahr und Hektar als im Nadelwald! Unter Laubwäldern wird jedoch nicht nur mehr Trinkwasser gebildet als unter Nadelwäldern, auch die Qualität des Grundwassers ist deutlich besser. Der Grund dafür ist u. a. der bessere Humusaufbau unter Laubwäldern.

[www.metronom.de/baumpate](http://www.metronom.de/baumpate)

### Also – was können wir tun?

Unterstützen Sie uns – werden Sie Baumpate. Eine Baumpatenschaft kostet nur 5,00 EUR. Für jede neue Baumpatenschaft kann 1 neuer Baum gepflanzt werden. Und es ist so einfach: In jedem metronom können Sie beim Fahrgastbetreuer eine oder mehrere Baumpatenschaften abschließen. Ebenso in den metronom Servicecentern, an den metronom Fahrkartensautomaten oder auf einem der Pflanzfeste. Für jede bei metronom abgeschlossene Baumpatenschaft erhalten Sie »das Blatt des Baumpaten«.

Die Pflanzfeste sind Veranstaltungen für die ganze Familie. Pflanzen Sie »Ihren« Baum unter fachmännischer Anleitung, erleben »Herrn Wald« und »Frau Wasser« in einem rührenden Schauspiel und knüpfen Sie Wunschbänder.

#### Die Pflanztermine für das Frühjahr 2015:

Cuxhaven: 22.03. um 12:00 Uhr  
Drangstweg, 27474 Cuxhaven

Reppenstedt/Lüneburg:  
22.03. um 12:00 Uhr  
Mechterser Berg, 21391  
Dachmissen/  
Reppenstedt

# Endlich im Zug – endlich lesen!

**Im metronom, auf dem Weg nach Hause – Zeit zum Entspannen, Zeit zum Lesen. Wir möchten Ihnen einen Lesetipp mit auf die Reise geben: »Der Distelfink« ist ein absolutes Muss!**

[von Dorothee Engel, Hamburger Buchkontor]

Es passiert nicht oft, dass mich ein Buch derart in seinen Bann zieht; doch nach der Lektüre von »Der Distelfink« von Donna Tartt konnte ich eine Woche kein anderes Buch in die Hand nehmen. Die Geschichte nahm mich gefangen.

Der 13-jährige Theo Decker wohnt mit seiner Mutter in New York. Der Vater hat die beiden verlassen, es gibt kein Lebenszeichen von ihm. Bei einem Bombenanschlag auf das Metropolitan Museum of Art kommt die Mutter ums Leben. Theo bleibt unverletzt und »rettet« das Lieblingsbild seiner Mutter aus den Trümmern: das ca. DIN-A4-große Ölgemälde »Der Distelfink« des niederländischen Malers Carel Fabritius – ein geheimnisvoller, alter Mann hatte ihn darum gebeten. Über einen Zeitraum von 10 Jahren begleiten wir Theo – in seiner Trauer und seiner Angst. Das Bild wird währenddessen zum Fixpunkt seines Lebens. Als letzte Verbindung zu seiner verstorbenen Mutter gibt es ihm Halt, bestimmt aber auch seine Ängste und wird so zu einer quälenden Last.

Zunächst wohnt Theo bei der wohlhabenden Familie seines Schulfreundes Andy Barbour auf der Upper East Side, doch plötzlich taucht sein Vater auf und nimmt ihn mit nach Las Vegas: Aus der Scheinwelt der New Yorker Upperclass stürzt Theo in die Oberflächlichkeit des Spielerparadieses. In der Schule lernt er den Ukrainer Boris kennen, die beiden befreunden sich und versuchen gemeinsam, den Alltag zu

bewältigen. Allein, auf sich gestellt, ausgesetzt in der Wüste Nevadas, bestimmen Alkohol- und Drogenexzesse ihr Leben. Mit starrem Entsetzen verfolgt man diese Episoden, in denen die Freunde permanent am Rand des Abgrunds balancieren. Fast möchte man die Autorin bitten, ihre Figuren zu beschützen.

Als sich die Geschehnisse zuspitzen, flüchtet Theo zurück nach New York und findet Hilfe bei dem kauzigen Restaurator James Hobart. Das Haus des Restaurators wird Theos Zufluchtsort. Nach einer emotionalen und räumlichen Odyssee hat Theo endlich ein Zuhause gefunden. Doch es ist eine trügerische Idylle: Das Gemälde ist immer noch in seinem Besitz, und schließlich überschlagen sich die Ereignisse und führen Theo nach Amsterdam.

Der Schluss liest sich spannend wie ein Krimi, und am Ende schließt sich der Kreis, der die Schicksale der Menschen um Theo miteinander verbindet.

Donna Tartt ist eine begnadete Erzählerin! Ihre detailgenaue, dichte Sprache bringt einem die Schicksale der Charaktere auf eindringliche Weise nah. Keine ihrer Figuren ist einfach nur Staffage für den Protagonisten Theo; jede hat ihre eigene, persönliche Geschichte, die sich mit der Theos kreuzt und beider Leben beeinflusst. [engel]



Donna Tartt  
**Der Distelfink**

Aus dem Amerikanischen von Rainer Schmidt und Kristian Lutze

1024 Seiten. Gebunden

24,99 €

ISBN 978-3-442-31239-9

Goldmann Verlag

Auch als E-Book und Hörbuch erhältlich

**Der Distelfink ist ein Buch über Trauer und die seelischen Untiefen, in die sie einen Menschen stürzen kann. Es ist aber auch und vor allem ein Buch über die Kraft der Freundschaft.**

# Lesen Sie doch mal rein:

## »Der Distelfink« von Donna Tartt

»Das ist es, von dem ich gesprochen habe«, sagte sie.  
»Ist es nicht unglaublich?«

Ich neigte ihr den Kopf zu wie ein aufmerksamer Zuhörer (...).

»Das ist ungefähr das erste Bild, das ich jemals wirklich geliebt habe«, sagte meine Mutter. »Du wirst es nicht glauben, aber es war in einem Buch, das ich als Kind immer aus der Bücherei entliehen habe. Ich saß dann auf dem Boden vor meinem Bett und starrte es an, stundenlang, fasziniert – dieses kleine Kerlchen! (...) Es fing damit an, dass ich den Vogel liebte, wie man ein Haustier liebt oder so etwas, und am Ende liebte ich die Art und Weise, wie er gemalt war.« Sie lachte. (...)

»Okay«, rief sie. »Kauf mir zwei Postkarten, ja? Ich bin gleich wieder da.«

(...)

Fast genau im selben Augenblick kam ein schwarzer Blitz, Trümmer rauschten und wirbelten um mich herum, und ein brüllender, heißer Wind schlug mir entgegen und schleuderte mich durch den Raum. Danach wusste ich eine zeitlang nichts mehr.

»Ich weiß nicht, wie lange ich ohnmächtig war. (...) Einen Moment lang war ich wie gelähmt und konnte mich nicht rühren. Alarmglocken schrillten gedämpft in der Ferne. So seltsam es auch schien, ich hatte den Eindruck, im ummauerten Innenhof eines gottverlassenen Sozialwohnungsblocks zu liegen. (...) Meine Ohren dröhnten und mein Körper ebenfalls, ein äußerst verstörendes Gefühl: Knochen, Hirn, Herz, alles vibrierte wie eine klingende Glocke. Leise, irgendwo in weiter Ferne, gellte das mechanische Kreischen von Alarmsirenen, gleichmäßig und unpersönlich. Ich konnte kaum unterscheiden, ob das Geräusch aus meinem Inneren oder von außen kam. Ich hatte das übermächtige Gefühl, allein zu sein, in frostiger Erstarrung. Nichts ergab Sinn, in keiner Richtung.

In einer Kaskade von Sand, die Hand an eine nicht ganz senkrechte Fläche gestützt, stand ich auf und verzog das Gesicht vor Kopfschmerzen. Die Neigung des Raums, in dem ich mich befand, fühlte sich zutiefst und von Grund auf falsch an. Auf einer Seite hingen Staub und Rauch wie ein stiller, undurchsichtiger Schleier. Auf der anderen

kam ein Haufen von zerbrochenem Material in steilem Durcheinander von oben herab, wo das Dach oder die Decke hätte sein müssen. (...) Gefühllos und schwerfällig, als stapfte ich durch tiefen Schnee, watete ich in Schlangelinien durch die Trümmer, und Brocken zerbrachen unter meinen Füßen mit scharfem Krachen wie Eis. Aber ich war noch nicht sehr weit gekommen, als ich aus dem Augenwinkel eine Bewegung auf dem Boden sah, auffällig in der Stille, eine Verschiebung von Weiß auf Weiß.

Ich blieb stehen. Dann watete ich ein paar Schritte näher heran. Es war ein Mann, flach auf dem Rücken, von Kopf bis Fuß weiß vom Staub. (...) Sein Haar – was davon noch übrig war – stand senkrecht auf dem Kopf, die eine Seite seines Gesichts war mit hässlichen Brandwunden gesprenkelt, und der Kopf über dem einen Ohr war nichts als ein klebriger schwarzer Horror. (...) - Oh Gott, sagte ich und bückte mich, um ihm zu helfen – warten Sie – warten Sie -, und dann brach ich ab und wusste nicht weiter. Die untere Hälfte seines Körpers lag verdreht auf dem Boden wie ein Haufen schmutziger Wäsche. (...)

Er packte meine Hand. Drückte sie fest. »Nein, nicht da«, brachte er hervor.

»Was?«

»Lass es nicht da. Nein.« Er schaute an mir vorbei und wollte auf etwas zeigen. »Bitte bring es da weg.« (...)

Jetzt sah ich, er deutete auf ein staubiges, rechteckiges Brett, praktisch unsichtbar zwischen gebrochenen Balken und Trümmern, kleiner als mein Laptop zu Hause. (...) »Ich flehe dich an.« Die Augen fest zugepresst. Er war erregt und hustete so stark, dass er kaum sprechen konnte. Ich fasste die Tafel bei den Ecken und hob sie auf. Sie war überraschend schwer für so einen kleinen Gegenstand. Ein langer Splitter von einem zerbrochenen Rahmen hing an einer Ecke. Ich wischte mit dem Ärmel über die staubige Fläche. Ein kleiner gelber Vogel, matt unter dem weißen Staubschleier. (...)

Er murmelte etwas und zerrte an seinem Zeigefinger. Er hatte seinen Ring abgenommen, einen schweren Goldring mit einem geschnittenen Stein, und versuchte, ihn mir zu geben. Sein Atem klang blasig und hässlich.

»Hobart und Blackwell«, sagte er, und seine Stimme klang, als ertrinke er von innen. »Läute die grüne Glocke.«



## »Typisch Niedersachsen!«

**Entdecken und staunen, erleben und genießen – Niedersachsen ist Kult! Seit über 1.000 Jahren hinterlassen Künstler, Wissenschaftler, große Herrscher sowie kleine Leute ihre Spuren zwischen Nordsee und Harz. Doch was ist typisch Niedersachsen eigentlich? Heute: Country Music aus der Lüneburger Heide!**

Country Music gehört eigentlich in die USA – aber die Countryband Truck Stop hat sich schon zu Beginn der 70er Jahre für das norddeutsche Flachland entschieden. Der wilde, wilde Westen fängt gleich hinter Hamburg an und daran hat sich bis heute nichts geändert. In Seevetal-Maschen, im legendären Studio Maschen wurden bis 1995 alle Alben produziert, bevor die Band nach Bendesdorf in das große Vox Klangstudio wechselte und bis heute in der Region produziert. Die Lüneburger Heide wurde auch zur privaten Heimat der Cowboys und ihrer Familien. Teddy Ibing – Schlagzeuger & Hobby-Koch – lebt seit 1989 in Jesteburg, ist dort engagiert und fest verwurzelt. Auch Knut Bewersdorff – Pedal Steel und leidenschaftlicher Modell-Flieger – zog zur gleichen Zeit mit Familie in den Heide-Ort. Auch die ehemaligen Bandkollegen Erich Doll, Rainer Bach und Cisco Berndt hatten ihr Domizil schon Anfang der 80er Jahre nach Seevetal-Maschen

gelegt. Unverwechselbar seit über 40 Jahren: Die »Cowboys der Nation« sind seit 1973 erfolgreich in Deutschland, Österreich und der Schweiz unterwegs. Und sie hängen die Cowboyhüte noch lange nicht an den Nagel! Mit ihren legendären Songs, die unter die Haut gehen und ihren vielen Konzerten, haben sie seit Jahren Kultstatus erreicht.

Schon Mitte der 70er Jahre tauchten sie in allen Hitparaden des Landes auf: Country Music, deutsche Texte und satter Sound – Markenzeichen und Erfolgsgarant bis heute! Sie beherrschen die unterschiedlichsten Genres, von Bluegrass, Honky Tonk bis zum Original Nashville Sound. Mit ihren bodenständigen, ehrlichen Texten kommen die sechs sympathischen »Cowboys« einfach an. Regelmäßig erobern sie die Charts und füllen bis heute die Konzerthallen, nicht nur in Deutschland. Das alljährliche Hamburger Weihnachtskonzert oder der ADAC-Truck-Grand-Prix am

Nürburgring sind längst Kult. Seit Truck Stop mit »Ich möcht so gern Dave Dudley hör`n« ihren ersten großen Hit landeten, sind über 40 Jahre vergangen. Wer damals dachte, dass deutscher Country-Musik kein dauerhafter Erfolg beschieden sein könne, wurde eines Besseren belehrt. Es folgten in den nächsten Jahren Hits wie »Der wilde, wilde Westen« und »Take it easy altes Haus«. Nicht zu vergessen auch: Die Titelmelodie der erfolgreichen TV-Serie »Großstadtrevier« und der Kult-Hit »Maschendrahtzaun« gemeinsam mit Stefan Raab. Übrigens alles Songs, die nicht nur bei eingefleischten Country-Fans zu Ohrwürmern wurden. Ende 2015 können

sich alle Fans auf ein neues Truck Stop Album freuen. Band, Produzent und Autoren sind mitten in den Produktionsvorbereitungen – und wie kann es anders sein – wie auch die Jahre zuvor wird in der Nordheide, bei Frank Ramon (Ina Müller, Roger Cicero u. a.) produziert. Mit ihrem aktuellen Jubiläums-Album blicken sie zurück auf »40 Jahre...geile Zeiten«. Der Livemitschnitt mit 21 Tracks ist eine Zeitreise durch die Bandgeschichte. Natürlich mit den bekannten Klassikern! Besser lassen sich 40 Jahre TRUCK STOP nicht in eine CD und DVD packen - hier findet jeder Truck Stop-Fan sein Highlight.

## lecker Niedersachsen



### Kartoffelsuppe

**Zubereitung:**

Kartoffeln schälen und in kleine Stücke schneiden. Bauchspeck in kleine Streifen schneiden, Suppengemüse putzen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Alles mit der Brühe in einen Topf geben und ca. 30 Minuten kochen. 5 Minuten vor Ende der Kochzeit die in kleine Stücke geschnittenen Würste und die Sahne dazugeben. Alles mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

**Zutaten:**

- 1 kg Kartoffeln
- 1 Bund Suppengemüse
- 1 Liter Brühe
- Salz und Pfeffer
- 2 Bauchspeck
- 2 Würstchen
- 100 g süße Sahne
- Muskat

# Ich wechsel zu metronom!

**Wenn an einem Tag der Job nicht mehr so richtig schmeckt, ist das völlig normal. Wenn es zwei Tage, oder eine Woche ist, geht das auch noch klar – wer ist schon immer glücklich mit dem, was er so beruflich macht. Wenn aber der Beruf aus irgendwelchen Gründen – sei es, weil am Ende des Geldes noch so viel Monat übrig ist oder vielleicht weil der Frieden im Betrieb so gestört ist – schon länger nicht mehr glücklich macht, dann gilt es, etwas zu verändern. Und zwar schleunigst!**

An einem Tag im November 2014, es war wieder ein Tag, an dem sich die Kollegen in der Kantine – in der ich arbeitete – wieder einmal gegenseitig anstänkerten, wurde mir ganz plötzlich übel und es wurde mir schwindelig. Mein Arzt, ein überaus guter und umsichtiger Vertreter des Berufsstandes, fand trotz gründlicher Untersuchung keine organische Ursache für meinen Zustand. Also: Ab ins Krankenhaus! Es folgte das Martyrium der Notaufnahme, gefolgt von drei Tagen stationärem Aufenthalt, während dem alle nur erdenklichen neurologischen Untersuchungen durchgeführt wurden. Das Ergebnis: ohne organische Befunde, völlig gesund!

Das war das denkbar beste Ergebnis, was ich mir vorstellen konnte, dennoch die Frage: Was ist mit mir los?

Es war dann wiederum mein Hausarzt, der mich während des nächsten Besuches in seiner Praxis fragte: »Sag mal, mein Mädchen, hast du eigentlich irgendwelche Probleme – privat oder auf der Arbeit?«

Nun, das war wohl die Frage, die alles ins Rollen brachte. Ich musste eingestehen, dass ich mich bei meiner Arbeit schon lange nicht mehr wohl fühlte, dass ich dem Druck, der entsteht, wenn Kollegen sich ständig angiften und ein Team schon lange kein Team mehr ist, auf Dauer nicht gewachsen bin. Mit dem Gedanken: »Ich muss etwas verändern« machte ich mich auf den Weg nach Hause.

Als ich am Abend mit meinem Mann, der zum Glück gleichzeitig mein bester Freund ist, über mein Arztgespräch und die daraus gewonnenen Erkenntnisse sprach, waren wir uns einig: So, morgen gebe ich meine Kündigung ab. Und dann schauen wir mal weiter.

Gut eine Woche war vergangen, als ich mit meiner Tochter per *metronom* aus Hamburg vom Mädelsnachmittag kam. Ich war auf dem Weg vom Snackautomaten zurück zu meinem Sitzplatz, als mir ein Flyer ins Auge fiel, auf dem der *metronom* um neue Mitarbeiter warb. Hmm,

Fahrgastbetreuer... na ja wäre schon cool... aber ich bin doch schon 50... Ob die nun ausgerechnet nach mir suchen? Aber eigentlich entspreche ich ja schon dem Anforderungsprofil...

Nachdem ich endlich an meinem Platz angekommen bin – ich war schon längst dran vorbei und musste wieder zurück, weil ich die ganze Zeit auf den Flyer starrte – war mein Entschluss gefallen: Ich frage da mal nach, ob ich ein oder zwei Tage Praktikum machen kann, um zu sehen, ob Fahrgastbetreuer was für mich ist!

In Uelzen angekommen ging es dann auch sofort ins Kundenzentrum des *metronom*. Und Ja: eine Woche später lernte ich Herrn Biermann kennen. Joachim Biermann ist Fahrgastbetreuer und Coach für Azubis und Praktikanten. Zwei Schichten sollte ich mit ihm auf dem Zug verbringen. Joachim zeigte mir alles: Fahrscheinkontrolle, Öffentlichkeitsarbeit am Bahnsteig und am Fahrkartenautomaten und auch, was so passiert, wenn jemand ohne gültigen Fahrschein unterwegs ist. Er beantwortete mir geduldig alle meine Fragen und stellte mich den anderen Kollegen vor, die wir unterwegs noch trafen. Ich fühlte mich sofort wohl, selbst mitten in der Nacht, als eine Horde Fußball-Fans auf der Heimfahrt von Bremen nach Hamburg in einem Wagen krakeelte.

Ich werde mich bewerben! Mit dieser Entscheidung verließ ich morgens um halb zwei den Zug.

Trotz der Entscheidung ließ ich mir noch etwas Zeit. Zu wichtig war mir dieser Schritt in eine neue Zukunft. Alles sollte wohl bedacht werden. An einem Montag, es war kurz nach Weihnachten, war es dann soweit. Ausgestattet mit einem ganz neuen Foto, Lebenslauf und Anschreiben trug ich meine Bewerbung zum Briefkasten. Nun hieß es abwarten.

Etwa zwei Wochen waren vergangen. Christiane, meine Frau und beste Freundin, meinte morgens beim Frühstück:



»Schade, ich hab noch gar nichts von *metronom* gehört«. *Ach, bevor ich es vergesse: Ich bin Kay, der Ehemann von Christiane und ich erzähle jetzt mal weiter.*

»Schatz, schau mal, es war gerade Neujahr, die ganzen Brückentage, hab etwas Geduld, die werden sich schon melden.« Mit diesen Worten verabschiedete ich mich, gab ihr einen dicken Kuss und fuhr ins Büro. Es war Freitag und wie meist so früh im Jahr, war ich mit der Statistik des vergangenen Jahres beschäftigt. Ich blätterte in meinen Excel-Tabellen herum, als Christiane anrief: »Schatz, ich hatte einen Anruf von *metronom*. Die nette Frau meinte, sie würden mich gern kennen lernen und wenn ich spontan genug bin, dann könnte ich schon heut Nachmittag vorbei kommen«. Um 15.00 Uhr fuhr ich heim, übergab Christiane den Autoschlüssel und schon war

sie weg. Zum Vorstellungsgespräch. Das erste seit gefühlt 25 Jahren.

Es war schon dunkel, als ich um halb fünf am Nachmittag auf dem Sofa aufschreckte. Jemand hatte die Haustür unsanft in Schloss fallen lassen. »Ich bin dabei!« hörte ich sie sagen. »Ich habs geschafft, die mögen mich. Am 1. Februar geht's los!«

In der nächsten Ausgabe der momente geht es um Einschulung, um Unmengen an Lernstoff und wie Christiane lernt zu lernen und es geht um Teamarbeit.

Zusammengefasst: Es geht um Christianes Qualifikation zur Fahrgastbetreuerin.



**Deine Zukunft mit uns!**  
[www.metronom.de/jetztwechseln](http://www.metronom.de/jetztwechseln)



# Ein Tag Erholung in der Region Hannover

**Mit ihrer landschaftlichen Schönheit und Weite ist die Region Hannover reich an Freizeit- und Erholungsmöglichkeiten. Wer sich gern in der Natur bewegt, auf den Spuren der Geschichte wandelt oder einfach nur die Seele baumeln lassen möchte, wird hier schnell ins Schwärmen geraten.**

Begehrtes Ziel für Segler, Surfer, Kite-Surfer und Badegäste ist Niedersachsens größter See, das Steinhuder Meer. Auf historischen Segelbooten, den »Auswanderern«, schippern Touristen zur Insel Wilhelmstein. Am 35 Kilometer langen Rundweg bieten Aussichtstürme phantastischen Weitblick. Pferdefreunde finden ihr Paradies im Burgdorfer Land und in der Wedemark – ob auf dem eigenen Ross, einem Leihpferd oder gesellig in der Kutsche. Wanderer zieht es auf den 405 Meter hohen Deister mit seiner grünen Pracht und vielen historischen Schätzen. Unmittelbar vor den Toren der Landeshauptstadt verwöhnen Naherholungsgebiete, wie die Koldinger Seen, der Wietzepark in Isernhagen und Langenhagen oder der Altwarmbüchener See die Sinne.



Steinhuder Meer

Wie ein fernes Märchenschloss thront [Schloss Marienburg](#) auf einer Bergkuppe nahe der Stadt Pattensen. Die letzte Sommerresidenz der Welfenkönige von Hannover strahlt weit ins Calenberger Land. Das prächtige Schloss im neugotischen Stil wurde Mitte des 19. Jahrhunderts von König Georg V. als Geschenk an seine Frau Marie errichtet. Besucherführungen ermöglichen spannende Blicke hinter die Kulissen. Im Sommerhalbjahr stehen Live-Musik und Theater auf dem Programm. Kutschenremise und ehemalige Pferdeställe bilden einen besonderen Rahmen für die Gastronomie.



Schloss Marienburg

## Per Pedale durch die Region

In enger Zusammenarbeit mit ihren 21 Kommunen hat die Region Hannover ein 1.000 Kilometer langes Radwegenetz entwickelt: die Fahrradregion. Insgesamt 15 beschilderte Routen starten am Maschsee, im Zentrum Hannovers, führen sternförmig in die Region und weiter in die benachbarten Landkreise. Eine abwechslungsreiche Rundreise auf dem Fahrrad ermöglicht der 160 Kilometer lange »Grüne Ring«. Und auf den 100 Kilometern des Deisterkreiseis geht es manchmal auch hoch hinauf.

## Die Herrenhäuser Gärten

Genießen Sie das Gartenensemble mit dem barocken Großen Garten und dem Tagungszentrum und Museum Schloss Herrenhausen, dem botanischen Berggarten sowie dem englischen Georgengarten.

Ein bemerkenswertes Beispiel europäischer Gartenkunst ist das Ensemble der Herrenhäuser Gärten in der Landeshauptstadt Hannover. Der Große Garten gehört zu den besterhaltenen und bedeutendsten Barockgärten in Europa.

## Der Große Garten

Die Gründung des Großen Gartens im Jahre 1666 geht auf den Calenberger Herzog Johann Friedrich zurück. Seinen



Vom Stadtzentrum Hannovers gelangt man nicht nur mit der Straßenbahn zum Großen Garten, sondern auch durch den Georgengarten. Die von Hofgarteninspektor Christian Schaumburg gestaltete Ideallandschaft nach englischem Vorbild erstreckt sich links und rechts der zwei Kilometer langen Lindenallee und verbindet Innenstadt und Herrenhäuser Gärten miteinander.

weiteren Ausbau verdankt er jedoch einer bemerkenswerten Frau: Sophie von der Pfalz, Kurfürstin von Hannover. Sie ließ den Garten Ende des 17. Jahrhunderts nach französischem Vorbild anlegen und machte ihn zu ihrem Lebenswerk. So

Ursprünglich ein Nutzgarten für die Hofgesellschaft, wurde er später zum botanischen Schaugarten umgebaut. Dort sind heute rund 11.000 Pflanzenarten zu bewundern. In den Schauhäusern lassen sich ganzjährig nicht nur die größte Orchideensammlung Europas, sondern auch beeindruckende Kakteen und eine herrliche Blütenpracht entdecken. In der Mitte des Berggartens befindet sich das von Georg Ludwig Friedrich Laves erbaute Mausoleum, in dem Mitglieder der hannoverschen Königsfamilie ihre letzte Ruhe gefunden haben.



Herrenhäuser Gärten

entstand ein Meisterwerk barocker Gartenkunst mit vielen Sonder- und Mustergärten, großer Fontäne, Wasserspielen, Irrgarten, Freilufttheater, unterschiedlichen Figurengruppen, Kaskade, Schloss, Galeriegebäude und Orangerie. Zum Großen Garten gehört auch die im 18. Jahrhundert erbaute Grotte, die mit Muscheln, Kristallen, Glas und Mineralien verziert im Sommer einen kühlen Rückzugsort bieten sollte. Diese Verzierungen gingen verloren, bis die Künstlerin Niki de Saint Phalle die Grotte im Jahr 2002 mit Kiesel, Glas- und Spiegelstücken ausschmückte und so in ein magisches Kunstwerk voller Farbe, Licht und Sinnlichkeit verwandelte. Nördlich des Großen Gartens liegt der Berggarten.



Das Niedersachsen-Ticket bietet eine kostenlose Anschlussmobilität im gesamten Bereich des Großraum-Verkehrs Hannover. Sie können also alle Verkehrsmittel des Öffentlichen Nahverkehrs nutzen.  
Infos: [www.gvh.de](http://www.gvh.de)

**Niedersachsen-Ticket**





  
**23€ + 4€ + 4€ + 4€ + 4€**

Gilt Mo.–Fr. von 9:00 bis 3:00 Uhr,  
Sa., So. & feiertags schon ab 0:00 Uhr

**Fahrradkarte 4,50 €**



## Eine Region im Wandel

**Das Bomann-Museum in Celle ist eines der bedeutendsten Museen in Niedersachsen.**

Das größte zusammenhängende Fachwerkensemble Europas, das Welfenschloss oder das Neue Rathaus – Celle ist reich an Sehenswürdigkeiten. Die Stadt ist eine der wichtigsten Residenzstädte Niedersachsens. Fast drei Jahrhunderte lang war sie ständige Residenz der Herzöge von Braunschweig-Lüneburg. Noch heute findet man eindrucksvolle historische Spuren, die die Bedeutung der Residenz zeigen: die Stadtkirche St. Marien mit ihrem imposanten Kirchenschiff oder die Synagoge, die zu den ältesten erhaltenen jüdischen Gotteshäusern in Norddeutschland zählt.

In der Residenzstadt finden Besucher aber auch eines der größten und bedeutendsten Museen in Niedersachsen: das Bomann-Museum. Benannt nach seinem ersten Direktor, Wilhelm Bomann, wurde es 1892 als »Vaterländisches Museum« gegründet. Das Museum am Schlossplatz präsentiert umfangreiche Sammlungen zur niedersächsischen Volkskunde und Kulturgeschichte sowie zur Celler Regional- und Stadtgeschichte. Auch optisch ist das abwechslungsreiche und interessante Museum ein Hingucker. Die vier kleinen Türmchen und die kunstvollen Fenster zeigen die Pracht der alten Residenzstadt.

### Die Ausstellungen

Seit Ende 2013 zeigt das Bomann-Museum nach der vollständigen Neugestaltung der Dauerausstellung seinen Besucherinnen und Besuchern sechs Rundgänge. Eine chronologische Ausstellung und ein kurzer Film zeigen einen Überblick über die Geschichte von Stadt und Region.

Lebendig und anschaulich wird es im Bauernhaus: hier werden Leben und Arbeiten im niederdeutschen Hallenhaus dargestellt. Eine weitere Ausstellung veranschaulicht den Zusammenhang von Natur, Landwirtschaft und Siedlungsstruktur sowie die sich wandelnden Lebensbedingungen der Dorfbewohner der Region.

Die Wohn- und Lebenssituationen in der Stadt und die Entwicklung des bürgerlichen Gemeinwesens sind Inhalt eines weiteren, in sich geschlossenen Rundgangs. Perspektiven der Arbeit, die wirtschaftlichen Veränderungen

in Stadt und Region und ihre Auswirkungen auf Unternehmer wie Arbeiter werden im Obergeschoss des Museums präsentiert.

Im Dachgeschoss dreht sich einerseits alles um die »Entdeckung« der Heide – durch Literaten und Maler, aber auch um den seit gut 100 Jahren zunehmenden Tourismus in der Region.

Einem interessanten und bislang selten gezeigten Thema widmet sich das Museum in einer besonderen Ausstellung, der Migration. Anhand von drei für die Region bedeutenden Migrantengruppen aus drei Jahrhunderten wird verdeutlicht, dass der Verlust von Heimat und das Finden in einer zunächst fremden Gesellschaft nicht erst im 20. Jahrhundert die Menschen bewegt haben.

### Militärgeschichte

Ein bedeutendes Baudenkmal aus der Entstehungszeit des Museums ist die 1987 restaurierte »Ehrenhalle der Hannoverschen Armee«. Sie verweist auf die große Abteilung Militärgeschichte im Celler Schloss. Dort werden außerdem im Residenzmuseum im Celler Schloss, einer Abteilung des Bomann-Museums, zahlreiche Exponate aus dem bedeutenden landesgeschichtlichen Sammlungsbestand dauerhaft dargestellt.

Das Museum zeigt dazu historische und kulturgeschichtliche Sonderausstellungen sowie Präsentationen moderner Kunst. Die museumspädagogische Abteilung bietet für Besucher aller Altersgruppen ein breit gefächertes Programm – vom Kindergeburtstag bis zum Künstler-Workshop.

[nicole]

## Kontakt

**Bomann-Museum**  
**Schlossplatz 7**  
**29221 Celle**  
[www.bomann-museum.de](http://www.bomann-museum.de)

# Kulinarischer Land-erleben-Tag

**Einmal kurz raus! Abschalten, gesund frühstücken, frische Luft tanken und entspannen. Dazu Wissenswertes über Land und Leute erfahren, gemeinsam Kochen und Genießen. Am Abend dann bequem zurück mit dem Zug in Richtung Heimat.**

Dieser kulinarische Land-erleben-Tag in gediegener Atmosphäre der Markthalle Bienenbüttel mit netten Menschen fühlt sich wie ein erholsamer Kurzurlaub an. Sie fahren mit dem *metronom* nach Bienenbüttel. Dieser idyllische Ort liegt direkt am Heideflüsschen Ilmenau und ist stündlich aus Richtung Norden und Süden per *metronom* erreichbar.

## Ihr Land-erleben-Tag

9.40 Uhr	Begrüßung am Bahnhof
9.50 Uhr	Ausgiebiges Landfrühstück mit Käse, Landwurst, hausgebeiztem Lachs, frischen Landeiern, Brot und Brötchen, Kaffee, Tee, frischem Saft.....und regionalen Leckereien.
11.00 Uhr	Geführte Erlebnistour durch Wald, Wiesen und Felder, entlang der Ilmenau, vorbei an Skulpturen, alten Häusern und Bauernhöfen.
13.30 Uhr	Kulinarisches Sekt-Picknick an idyllischen Plätzen. Sie werden überrascht sein.
14.30 Uhr	Zurück in der Markthalle. Zeit zum Bummeln und Stöbern.
15.30 Uhr	Gemeinsames Kochen (Drei-Gänge-Menü) in der urgemütlichen Showküche – unter Anleitung. Gemeinsam genießen Sie gutes Essen und gepflegte Getränke, inkl. einer kleinen Führung durch die Weinwelt der Vinothek. Verkostung eingeschlossen.

Zeitraum:	1. Mai bis 20. Oktober
Termine:	jeder 3. Sonntag und Dienstag im Monat.
Kosten:	99€ pro Person 89€ pro Person für Gruppen ab 10 Personen (Termine nach Absprache möglich)
Kontakt:	<a href="http://www.markthalle-bienenbuettel.de">www.markthalle-bienenbuettel.de</a> Telefon: 05823/95 42 230



Bestellen Sie bei der Terminreservierung doch gleich Ihr Niedersachsen-Ticket. Das gibt es nämlich auch bei der Markthalle-Bienenbüttel!



## Niedersachsen-Ticket






  
 23€ + 4€ + 4€ + 4€ + 4€

Gilt Mo.–Fr. von 9:00 bis 3:00 Uhr,  
Sa., So. & feiertags schon ab 0:00 Uhr

Fahrradkarte 4,50 €



**19. bis 21. Juni | Hurricane | Scheeßel**

**14. April | Messehalle**



Im Juni »fegt« jedes Jahr der Hurricane über Scheeßel hinweg. Seit 1997 pilgern zehntausende begeisterte Musikfans aus der ganzen Republik und darüber hinaus zum hochkarätig besetzten Open-Air-Festival am Eichenring. **Infos: [www.hurricane.de](http://www.hurricane.de)**



**Fahrkartenangebot:**

Die Eintrittskarten/ Festivalbändchen gelten vom 18.06.2015 – 22.06.2015 als Fahrkarte in Zügen des *metronom* (2. Klasse).

An den Wochentagen sind die Bändchen ab 9 Uhr gültig und am Wochenende ganztägig.

Mit 86 Jahren ein letztes Mal auf Tour! Legende – das Wort hört er gar nicht so gern. Es entspricht einfach nicht seiner hanseatischen Bescheidenheit. Ein Phänomen ist er allemal. Denn welcher Künstler kann im Alter von 86 Jahren von sich sagen, dass er immer noch erfolgreich auf Tournee geht, dass ihm seine Fans über Jahrzehnte die Treue gehalten haben und dass er immer noch neue hinzugewinnt?

Es kann nur einen geben – JAMES LAST! Am 17. April 2014 feierte der ungekrönte König des »Easy Listening« aus Bremen seinen 85. Geburtstag. Und anstatt sich in seiner Wahlheimat Florida an seinem Ehrentag beschenken zu lassen, beschenkte er lieber sein Publikum mit der Ankündigung ab März 2015 nochmals auf eine 23 Städte umfassende Europatournee zu gehen.

Unverwechselbar seit 40 Jahren: Die »Cowboys der Nation« sind seit 1973 erfolgreich unterwegs. Und sie hängen die Cowboyhüte noch lange nicht an den Nagel! Mit ihren legendären Songs, die unter die Haut gehen und ihren vielen Konzerten haben sie seit Jahren Kultstatus erreicht. Sie präsentieren sich mit neuem Line-Up, frischem Sound und überzeugender Performance. Altvertraute und neue Gesichter rocken gemeinsam die EMPÖRE-Bühne. Seien Sie dabei wenn die erfolgreichste, deutsche Country-Band aller Zeiten Voll-Gas gibt!  
www.EMPÖRE-Buchholz.de



## 24. Mai | OPEN R | Uelzen

### Peter Maffay

O-Ton Peter Maffay: » Open Air bleibt etwas ganz Spezielles. Als Musiker trägt man da immer so ein wenig »Woodstock« im Bauch. Freiheit. Leben.«

### Laith al-Deen

Mit seinem aktuellen, achten Studio-Album zeigt sich der Musiker Laith Al-Deen (Bildervon dir, Dein Lied, Alles an dir, Keine wie du uvm.) in absoluter Höchstform. Neben der Darbietung seiner Hits wird Laith Al-Deen in Uelzen auch Headliner Peter Maffay zu sich auf die Bühne bitten, um den Besuchern gemeinsam ihren Song zu präsentieren!

### Stefanie Heinzmann

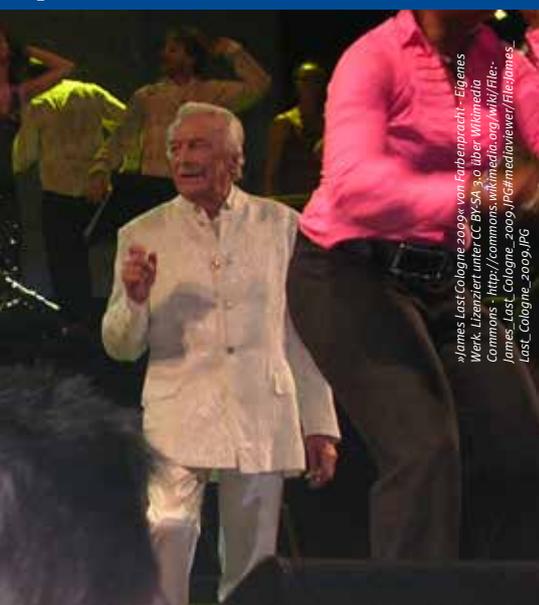
...sie ist die Schweizer Pop- und Soulsängerin. Die Rockröhre ist bekannt und beliebt durch »My Man Is A Mean Man«.

### WINGENFELDER Brüder

Mit dabei beim großen OPEN R die sympathischen Geschwister (ehemalige Köpfe von »Fury in the slaughterhouse«) mit bester Sommerlaune live und natürlich unter freiem Himmel. WINGENFELDER live ist eine außergewöhnliche Mischung aus neuen und alten WINGENFELDER-Songs, Eigeninterpretationen von Fury-Klassikern.  
www.jabelmannhalle.de



## e | Bremen



»James Last\_Cologne\_2009« von Farbennacht - Eigenes Werk. Lizenziert unter CC BY-SA 3.0 über Wikimedia Commons - [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:James\\_Last\\_Cologne\\_2009.JPG#/media/Datei:James\\_Last\\_Cologne\\_2009.JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:James_Last_Cologne_2009.JPG#/media/Datei:James_Last_Cologne_2009.JPG)

## Immer bequem mit dem *metronom*



Zugfahren macht das Leben leichter, schont die Nerven und schenkt Zeit zum Lesen oder einfach zum Entspannen.

Mit dem Niedersachsentarif ist seit dem 9. Juni 2013 das Zugfahren im Nahverkehr und das Umsteigen in andere öffentliche Verkehrsmittel noch einfacher und flexibler.

Von Haustür zu Haustür mit Bahn und Bus – einfach unterwegs eben.

### Niedersachsen-Ticket

23€ + 4€ + 4€ + 4€ + 4€

Gilt Mo.–Fr. von 9:00 bis 3:00 Uhr, Sa., So. & feiertags schon ab 0:00 Uhr

Fahrradkarte 4,50 €

gestatten, ...

### ...Davide

Sizilianer, lebt seit sieben Jahren in seiner Wahlheimat im Kreis Uelzen, seit 2013 mit Leidenschaft Fahrgastbetreuer bei *metronom*

## »Mein Leben im *metronom*«

### Eine Fahrt mit Fahrgastbetreuer Davide

5 Uhr 30, Lüneburg. Ein frischer Wind weht über den Bahnsteig. Ich steige, leicht fröstelnd, gemeinsam mit den ersten Fahrgästen des Tages in den *metronom*. Noch ist es ruhig, nur vereinzelt hört man leise Gespräche.

Doch mindestens einer hat schon gute Laune – darauf kann man sich verlassen. »Guten Morgen und herzlich Willkommen im *metronom*!«, tönt kurz nach der Abfahrt eine fröhliche Begrüßung aus dem Lautsprecher. »Gut gelaunt bin ich eigentlich immer, auch zu so einer frühen Uhrzeit«, lacht Davide, den ich heute auf seiner Fahrt begleite. Ein Lächeln hier, ein freundliches Wort da. Er ist Fahrgastbetreuer mit Leib und Seele.

»Mir ist der gute Kontakt zu unseren Kunden wichtig. Der Job macht mir so viel Spaß.« Charmante Ansagen und sein italienischer Akzent sind Davides Erfolgsgeheimnis. »Den behalte ich bei.«, erzählt er mir.

Nach Deutschland kam er vor sieben Jahren. Der Liebe wegen verschlug es ihn in den Landkreis Uelzen, wo er heute mit seiner Familie lebt. Der gebürtige Sizilianer ist schon viel herumgekommen und hat lange in der italienischen Schweiz gearbeitet: »Neue Menschen, neue Orte – ich finde das immer spannend.« Deutsch zu lernen war für ihn kein Problem, auf die Schulbank musste er dafür nicht: »Ich habe die Sprache von meiner Frau gelernt, ich habe nie einen Kurs gemacht.«

Zum *metronom* kam er, nachdem er Vater geworden ist und auf der Suche nach einer neuen beruflichen Herausforderung war. Seit etwas mehr als einem Jahr ist er nun im ganzen Streckennetz – von Hamburg bis Göttingen –

unterwegs. Das Wichtigste, erzählt er mir irgendwo zwischen Ashausen und Maschen, sei es, offen zu sein und seinen Mitmenschen positiv gegenüberzutreten – auch wenn es mal Probleme gibt: »Es ist eine Herausforderung, sich immer wieder auf unterschiedliche Menschen einzulassen und sie zufriedenzustellen.«

Seine Erfolgskontrolle: »Wenn die Menschen den Zug mit einem Lächeln verlassen, dann habe ich meinen Job gut gemacht.«

Nächster Halt: Hamburg – Harburg. Davide verlässt den Zug, schaut auf dem Bahnsteig ob noch Nachzügler kommen. Ein Blick zum Triebfahrzeugführer – und schon geht es weiter.

Davide ist viel unterwegs, doch bereut hat er den Wechsel von der Gastronomie auf die Schiene nie: »Ich treffe so viele unterschiedliche Menschen; jeden Tag erlebe ich etwas Neues. Das bunte Leben in einem Zug.«

Ist er nicht im *metronom* unterwegs, dann gehört seine Zeit der Familie. »Für einen Sizilianer das Wichtigste«, sagt er. Doch auch wenn Norddeutschland ihm sehr ans Herz gewachsen ist: mindesten einmal im Jahr geht es nach Sizilien in den Urlaub. »Das muss schon sein«, lacht er.

Nächster Halt: Hamburg – Hauptbahnhof. Dieser Zug – und damit meine gemeinsame Fahrt mit Davide – enden hier. Während ich jetzt dringend einen Kaffee brauche, begrüßt Davide schon fröhlich die nächsten Fahrgäste. Natürlich mit einem Lächeln. »Freude weiterzugeben ist doch das Beste an meinem Beruf.«

# Michaela & Michael wissen es!

**Sie kennen sich schon aus, die Beiden. Michael – langgedienter Fahrkartenauto-  
mat – ist absolut sicher, wenn es um Tarifinformationen geht und Michaela – unser  
Service-Bär – weiß auf jede Frage unserer Fahrgäste genau die richtige Antwort.**

**Petra Gade aus Tostedt fragt:**

**Wer bestimmt eigentlich die Fahrzeiten?**

Nach Abstimmung mit unseren Auftraggebern (z. B. der LNVG) bestellen wir unsere Wunschfahrzeiten jeweils für ein Jahr bei den Betreibern der Strecken, insbesondere bei DB Netz. Sollte es Konflikte mit anderen Eisenbahnverkehrsunternehmen geben, wird bereits zuvor mit allen Beteiligten eine einvernehmliche Lösung des Konflikts gesucht. Diese Anmeldungen und alle anderen »Trassen« des Fernverkehrs, des Güterverkehrs und des weiteren Nahverkehrs werden geprüft und in ein gemeinsames Gefüge gebracht, den Jahresfahrplan. Kleinere Zuschläge auf die Fahrzeiten sorgen dafür, dass nicht jede Verzögerung, etwa durch Baumaßnahmen, den ganzen Plan wieder durcheinander bringt. Anschließend bekommt *metronom* für jede Trasse ein Angebot von DB Netz. Dieses können wir prüfen, diskutieren und annehmen. Natürlich auch ablehnen, wenn es nicht den Wünschen entspricht.



**Tarifinfo Verkehrsverbund Süd-Niedersachsen (VSN)**

**Wussten Sie, dass...**

...Sie mit der 7-Tage-Karte, der Monatskarte und der Abo-Karte einen Erwachsenen und bis zu 3 Kinder (bis 14 J.), werktags ab 19 Uhr, Samstag ab 14 Uhr und Sonn-/Feiertage ganztägig kostenlos mitnehmen können.

...das Niedersachsen-Ticket in allen Verkehrsmitteln des VSN (Busse, Straßenbahn) gültig ist.



**Klaus Wegener aus Grünhagen fragt:**

**Wer bestimmt das Angebot?**

Mit Beginn des Jahres 1996 ging die Verantwortung für den Nahverkehr im deutschen Eisenbahnnetz vom Bund auf die Länder über. Seitdem finanzieren die Bundesländer die Differenz zwischen Kosten und Einnahmen in ihrem Gebiet. Ein Großteil des Nahverkehrs auf der Schiene ist mittlerweile einmal oder mehrmals im Wettbewerb ausgeschrieben worden, so auch die von *metronom* betriebenen Linien. Im Rahmen einer solchen Ausschreibung definiert der Auftraggeber das Angebot, so z. B. die Landesnahverkehrsgesellschaft Niedersachsen mbH (LNVG) stellvertretend für das Land. Welche Fahrzeuge kommen zum Einsatz? (Niedersachsen stellt eigene Züge zur Verfügung.) Welche Linien verbinden welche Orte? Wie häufig und in welchen Zeitlagen soll gefahren werden? Und nach welchen Qualitätskriterien? Kann ein Eisenbahnverkehrsunternehmen mit Preis und Leistung überzeugen, erhält es den Zuschlag und darf die zu dem Netz gehörenden Linien für mehrere Jahre betreiben. Natürlich gibt es aus der Praxis heraus oder etwa aufgrund der Nachfrage immer wieder die Notwendigkeit zu Veränderungen. Und so ist zu jedem der »Fahrplanwechsel« im Dezember der Zeitpunkt, zu dem *metronom* und die Auftraggeber einige Verbesserungen vereinbaren.



**Tarifinfo Verkehrsverbund Bremen/Niedersachsen (VBN)**

**Wussten Sie, dass...**

...Tageskarten zur Mitnahme von bis zu drei Kindern von 6 bis einschließlich 14 Jahre berechtigten. (Kinder bis 6 J. reisen kostenlos)

...7-Tage-Ticket, MonatsTicket, JobTicket zur Mitnahme eines Erwachsenen und bis zu vier Kindern von 6 bis 14 Jahren berechtigten. (werktags ab 19 Uhr und an Sams-, Sonn- und Feiertagen ganztägig)

...mit dem JobTicket die Nachtlinien ohne Zuschlag genutzt werden können. Das gilt auch für die im Rahmen der Mitnahmeregelung mitreisenden Personen.



# Das erwartet Sie von März bis Mai 2015

Termine, die keiner verpassen sollte

**Tipp!** ▶▶▶



**Niedersachsen-Ticket**

23€ + 4€ + 4€ + 4€ + 4€

Gilt Mo.–Fr. von 9:00 bis 3:00 Uhr,  
Sa., So. & feiertags schon ab 0:00 Uhr

.....  
**Fahrradkarte 4,50 €**



ab 7.03.2015 | täglich 10 bis 18 Uhr  
Universum | Bremen

Ab März 2015 können die neuen Themen Mensch, Natur und Technik erkundet werden. Wie funktioniert ein Lügendetektor? Wer gewinnt im Wettbewerb Mensch gegen Maschine? Was empfinde ich in einem schiefen Raum? Und wie sehen Seepferdchen, Glanzkäfer und Quallen aus der Nähe aus? In dem silbernen, walfförmigen Gebäude tauchen die Besucher auf 4.000 m<sup>2</sup> Erlebnisfläche in die Welt der Wissenschaft ein. Und da Ausprobieren mehr Spaß macht als Zugucken, können die rund 250 Stationen fast alle angefasst, ausprobiert und selbst erforscht werden.

[www.universum-bremen.de](http://www.universum-bremen.de)  
➔ Zielbahnhof ist Bremen

**1. April 2015**

**Schloss Holdenstedt Uelzen  
Bernd Uhde**

Bernd Uhde wurde 1950 bei Düsseldorf geboren, studierte dort an der Werkschule und später in Berlin an der Hochschule für Bildende Künste und der Film- und Fernsehakademie mit den Abschlüssen in Grafik und Design sowie in Regie und Kamera. Die Besonderheit der meist vom Hubschrauber senkrecht geschaffenen landschaftlichen Fotomotive besteht in den faszinierenden Wirkungen von Licht- und Schattenspielen, die ihnen eine überraschende künstlerische Gestalt geben. Es können mehrere Kataloge erworben werden.

➔ Zielbahnhof ist Uelzen

**1. April 2015 | Lüneburg  
Cabaret**

Silvester 1929: Die Weimarer Republik steht vor dem Ende, die Nazis sind auf dem Weg zur Macht. Am Vorabend der Katastrophe herrscht eine eigentümlich frivole Endzeitstimmung.

Der mittellose amerikanische Schriftsteller Cliff Bradshaw will in Berlin einen neuen Roman schreiben und bezieht ein Zimmer in der billigen Pension von Fräulein Schneider.

[www.lueneburg.info](http://www.lueneburg.info)

➔ Zielbahnhof ist Lüneburg



**8. Mai 2015 | Einbeck**  
**Traditionell-einbeckischer Bierabend**

Möchten Sie einen humorvollen Abend in traditionell-einbeckischer Atmosphäre genießen und in die lange Brautradition der alten Bierstadt eintauchen?

Der Bierkutscher Albert und sein kongenialer Partner – der »Bier«-Liedermacher Michael – begrüßen Sie in Einbeck und begleiten Sie auf vergnügliche Art durch das Programm. Dazu gibt es das gute Einbecker Bier, frisches Laugenbäck, Bierlieder und humoristische satirischen Einlagen zum Bier.

[www.einbeck-marketing.de/kultur](http://www.einbeck-marketing.de/kultur)

➔ Zielbahnhof ist Einbeck



**9. Mai 2015 | Hamburg | Kindermusical**  
**Ratte Rudi geht von Bord**

Ratte Rudi ist eine waschechte Schiffsratte und ein Grießgram vor dem Herrn. Seit seiner Geburt lebt er auf diesem Schiff, mit ihm hat er die Welt gesehen. Doch jetzt liegt der Kahn auf dem Trockenen und Rudi ernährt sich nur noch von Bohnen. Natürlich hasst er inzwischen die dämlichen Hülsenfrüchte, aber schon lange ist kein anderer Proviant mehr da. Und das Schiff verlassen kann Rudi nicht, denn es heißt ja: Die Ratten verlassen das sinkende Schiff. Heißt im Umkehrschluss: Wenn er an Bord bleibt, sinkt es nicht. Ist ja logisch!

[www.theaterschiff.de](http://www.theaterschiff.de)

➔ Zielbahnhof ist Hamburg Hbf



**16. Mai | Feuerwerkswettbewerb,**  
**Team Italien | Hannover**

Am 16. Mai 2015 findet der erste Termin des Internationalen Feuerwerkswettbewerbs 2015 in den Herrenhäuser Gärten statt.

Es war einmal...1991 – da feierte der Internationale Feuerwerkswettbewerb seine Premiere. In diesem Jahr findet er bereits im 25. Jahr statt und ist damit deutschlandweit der erste und einer der beliebtesten seiner Art. Bevor der Countdown »zur Zündung« erfolgt, erleben die Besucher ein fantastisches Spektakel aus Live-Musik, Walking-Acts, Kleinkunst und Theater.

[www.hannover.de](http://www.hannover.de)

➔ Zielbahnhof ist Hannover

**21. April 2015 | Stadeum | Stade**  
**Die Puhdys**

»Es war schön, einfach schön, endgültig vorbei, aber schön, Winde dreh'n, Menschen geh'n, was war, kann uns keiner mehr neh'm. Denk an unsre Zeit, sie war schön.« (aus »Es war schön«)

Am 19. November 1969 gaben sie ihr erstes Konzert, der Beginn einer beispiellosen Karriere. Heute, 22 Millionen verkaufte Tonträger und über 4000 Konzerte später, genießen sie Kultstatus. Die Puhdys gelten als die wichtigste Band Ostdeutschlands, weil sie dort die Erfolge der ersten zwei Dekaden erlebten.

Aber auch in Gesamtdeutschland gehören sie zu der Riege an Bands, die Musikgeschichte geschrieben haben.

[www.stadeum.de](http://www.stadeum.de)

➔ Zielbahnhof ist Stade

**30. April 2015 | Rotenburg**

Jubiläumskonzert: The Big Chris Barber Band, 20.30 Uhr, Glasrotunde SternPartner, Industriestraße 12-16, VVK im Info-Büro, Tel. 04261-71100 Glasrotunde SternPartner, Industriestraße 12 bis 16, 27356 Rotenburg (Wümme)

[www.rotenburg-wuemme.de](http://www.rotenburg-wuemme.de)

➔ Zielbahnhof ist Rotenburg

**14. und 15. Mai 2015 | Göttingen**  
**Händel Festspiele**

»Heldinnen!?!«

Internationale Händel-Festspiele Göttingen 2015

Starke Frauen stehen im Mittelpunkt der Internationalen Händel-Festspiele Göttingen 2015.

Im Oratorium Theodora ist die Titelheldin bereit für ihren Glauben zu sterben. Ganz irdisch hingegen handelt Agrippina, Königin der Heuchelei und Intrige, die alles versucht, um ihren Sohn Nero auf den römischen Thron zu bringen.

[www.haendel-festspiele.de](http://www.haendel-festspiele.de)

➔ Zielbahnhof ist Göttingen

**22. Mai | Stade | Stadeum**

Der neue Schubert ist da. Gott sei Dank in alter Form, denn er sagt wie immer: »So!« »SO« sind nicht nur Olaf Schuberts spiegelbildliche Initialen - vielmehr sprechen diese beiden Buchstaben für ihn selbst, denn wer »So!« sagt, hat Reserven...

[www.stadeum.de](http://www.stadeum.de)

➔ Zielbahnhof ist Stade

**23. Mai 2015 | Cuxhaven**  
**Fischerfest**

Traditionelle Veranstaltung in den Fischhallen auf über 5000 qm mit tollem Rahmenprogramm und kulinarischen Genüssen rund um das Thema Fisch. Zahlreiche Schiffe besuchen die Veranstaltung (mit Open Ship).

Ort: Neuer Fischereihafen

[www.cuxhaven-tours.de](http://www.cuxhaven-tours.de)

➔ Zielbahnhof ist Cuxhaven

**28. Mai 2015 | Stadeum | Stade**  
**Jupiter-Sinfonie von W. A. Mozart**

Das Werkstattkonzert, das sich vor allem an die Schulklassen 7 bis 10 richtet, dreht sich alles um die sogenannte Jupiter-Sinfonie von Wolfgang Amadeus Mozart.

Geleitet und moderiert wird der Vormittag von Volker Schmidt-Gertenbach. Dieser geht, musikalisch unterstützt vom Philharmonischen Kammerorchester Wernigerode, zusammen mit den Schülern Fragen nach, wie: Was ist eigentlich eine Sinfonie? Wer war Mozart? Wie hat Mozart seine letzte Sinfonie gestaltet? Anschließend spielt das Kammerorchester Wernigerode das komplette Werk.

[www.stadeum.de](http://www.stadeum.de)

➔ Zielbahnhof ist Stade



## Auf Jungfernfahrt mit dem Kombi-Ticket »metronom-MS Helgoland«

*An Bord ist alles sehr modern und schick, fast mutet es wie ein kleines Kreuzfahrtschiff an – die Lounge, das Atrium und die Bars; die Kellner, die Kaffee und Kuchen servieren und die Freidecks, auf denen man bei schönem Wetter die Aussicht und die Seeluft genießen kann. Leinen los!*

Ab Sommer 2015 nimmt das neue Schiff der Reederei Casen Eils in Cuxhaven seinen Dienst auf. Nach Fahrplan startet das moderne Fahrgastschiff dann täglich um 10.30 Uhr von der Alten Liebe mit Kurs auf Helgoland. Von Juli bis Oktober besteht freitags bis sonntags die Möglichkeit, ab Hamburg »an Bord« zu gehen. Samstags und sonntags bietet die Reederei eine direkte Schiffsabfahrt ab den Landungsbrücken 6 im Herzen von St. Pauli. Dann geht es auf der Elbe vorbei an der weltbekannten Reeperbahn, dem Hamburger Stadtteil Blankenese, der Flussmündung und schließlich – nach einem Zwischenstopp in Cuxhaven – hinaus auf die Nordsee nach Helgoland. Weiterhin besteht freitags die Möglichkeit, bequem mit dem »metronom« ab Hamburg Hauptbahnhof direkt zum Schiff nach Cuxhaven anzureisen und von dort aus die Reise mit dem Schiff nach Helgoland zu genießen. An Bord bleiben keine Wünsche offen, denn unter dem Motto »Nordsee neu erleben« bietet das neue Schiff alles, was das Seefahrerherz begehrt. Mit seinen acht Salonbereichen und dem Atrium über drei Decks offeriert das luxuriöse Passagierschiff höchsten Komfort und schönste Meeresmomente. Hier kann man sich rundum wohlfühlen und jeder nach seinem persönlichen Gusto den Tag genießen. Auf Deck 2 finden Gäste zum Beispiel lauschige Plätze in den »Hummerbuden«, denn die gibt es nun nicht mehr nur auf Helgoland. Weiterhin finden sich hier ein Bistro, ein großzügiger Salon sowie ein Bereich speziell für kleine Gäste in großer Begleitung. Wer mag, bucht neben seiner Überfahrt sein persönliches gastronomisches Erlebnis

dazu: Auf Deck 3 gibt es dafür aus dem Bordrestaurant für jeden Hunger das richtige Frühstück oder auch Spezialitäten aus dem Meer. Wer sich kulinarisch verwöhnen lassen möchte, bucht im bordeigenen Feinschmecker-Restaurant und genießt hier den Rundumservice. Auch in den anderen beiden Salonbereichen kann man das Speisenangebot genießen. Besonders ist auf Deck 3 die Bar mit Aussicht auf das Achterdeck; hier werden Kaffeespezialitäten oder auch leckere Cocktails serviert. Auch das achtere Außendeck lädt zum Verweilen ein.

Auf Deck 4 findet sich schließlich das großzügige Freideck. Gemütliche Bänke und auch Tischplätze bieten viel Platz - hier lässt man den Blick über die Nordsee schweifen, genießt die Sonne und lässt sich den Wind um die Nase wehen. Ein gastronomischer Außenposten sorgt für ein Speisen- und Getränke-Angebot. Und schließlich gibt es auf Deck 5 das Sonnendeck, auf dem Gäste im Liegestuhl die Überfahrt genießen können.

Alle drei Decks sind über ein lichtdurchflutetes Atrium miteinander verbunden. Auch hier finden sich lauschige Ecken, in denen die Überfahrt zum ganz besonderen Erlebnis wird, denn nur eine Glasscheibe trennt den Blick vom weiten blauen Meer.

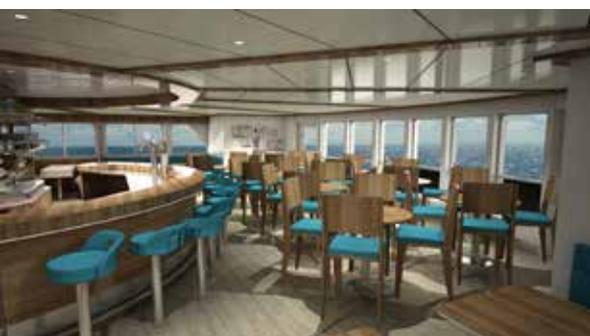
### Preis-Info

Das Kombi-Ticket erhalten Sie am  
Wochenende schon ab 49,90 €.  
Mehr Infos unter [www.metronom.de](http://www.metronom.de)



## Service-Info

Besonders interessant ist für alle Helgoland-Besucher, dass alle Decks über einen gläsernen Fahrstuhl verbunden sind und somit alle Passagier-Innendecks barrierefrei erreichbar sind. Ergänzend wird das Schiff im Helgoländer Hafen festmachen, so dass auch Gäste mit Mobilitätseinschränkungen leichter an und von Bord gelangen können. Das Herzstück des neuen Helgolandschiffes befindet sich allerdings auf Deck 1, denn hier ist die moderne Technik untergebracht. Das Schiff wird mit LNG (Liquiefied Natural Gas) angetrieben, ein auf -162°C herunter gekühltes, flüssiges Erdgas, welches eine umweltfreundliche Alternative zum konventionellen Schiffsdiesel ist. LNG erlaubt es, Stickoxide, Schwefeloxide (jeweils über 90 % weniger) und Kohlendioxide (ca. 20 %) in den Abgasen deutlich zu verringern und die Feinstaubemission sogar ganz zu vermeiden.



### Fahrplan vom 03.07. bis 04.10.2015

#### nach Helgoland

	ab HH Hauptbahnhof per <i>metronom</i>	ab HH Landungsbrücken über Cuxhaven	ab Cuxhaven nach Helgoland
Fr.	ab 8.06 Uhr HH Hbf an 9.51 Uhr CUX*		ab 10.15 Uhr an 12.30 (ca.)
Sa + So		6.30 Uhr Einschiffen 7.15 Uhr Abfahrt	ab 10.15 Uhr** an 12.30 Uhr (ca.)

#### ab Helgoland

	ab Helgoland Südhafen	ab CUX mit <i>metronom</i>	ab Cuxhaven nach Hamburg
Fr. + Sa.	16.15 Uhr		ab 18.45 Uhr** an 21.45 (ca.)
Sa + So	16.15 Uhr	ab 19.09 Uhr*** an 20.58 Uhr HH Hbf	

\* in Cuxhaven Bustransfer vom Bahnhof zum Anleger

\*\* Abfahrtszeiten in Cuxhaven können samstags und sonntags aufgrund der Schifffahrt nach Hamburg mit Zwischenstopp in Cuxhaven bis zu 30 Min. abweichen (Wind, Wetter, Tide)

\*\*\* an Anleger Cuxhaven Bustransfer zum Bahnhof Cuxhaven



# »Wo die Hunde mit dem Schwanz bellen«

**Buxtehude ist bekannt als die Stadt, in der die Hunde mit dem Schwanz bellen und Has' und Igel um die Wette laufen. Doch wer deshalb glaubt, Buxtehude sei nur eine Märchenstadt, der irrt gewaltig, denn schon seit über 1000 Jahren ist Buxtehude Wirklichkeit.**

»Ick bün al hier!«

... heißt es auf charmantem Plattdeutsch im Märchen vom Wettlauf zwischen Hase und Igel. Und wer es nicht weiß: Buxtehude ist der Schauplatz des berühmten Wettlaufes. Aber nicht nur wegen dieser bekannten Geschichte ist die Stadt eine Reise wert.

Es begann mit der bäuerlichen Niederlassung »Buochstaden«, die im Jahre 959 zum ersten Mal urkundlich erwähnt wurde. Der Name wird als »Buchenstätte« gedeutet. Im Jahr 1135 wird der Ort »Buchstadihude« genannt; das bedeutet, eine »Hude«, eine Schiffsanlegestelle, war an der bis zum Geestrand schiffbaren Este entstanden: die »Hude bei der Buchenstätte«. Sie leistete wichtige Dienste bei der Besiedlung des Alten Landes.

Später entwickelte sich Buxtehude vom Hude- und Klosterort zur Hafenstadt: Im Moorstreifen zwischen Geest und Marsch gründete der Bremer Erzbischof Giselbert von Brunkhorst anderthalb Kilometer von der Ursiedlung ent-

fernt die »Neue Stadt Buxtehude«. Buxtehude wurde als erste deutsche Stadt planmäßig um ein zentrales Hafenbecken herumgebaut. Sie war damit die modernste Hafengründung auf deutschem Boden.

Im Grundriss der Altstadt sind das spätmittelalterliche Verkehrsnetz und die wasserbautechnischen Leistungen von damals noch heute zu bestaunen. Als ehemaliger innerstädtischer Hafen ist das Fleth – neben der St.-Petri-Kirche, einer gotischen Backsteinbasilika – das bedeutendste Baudenkmal der Stadt.

### Geschichte und Kultur

Heute leben rund 40 000 Menschen in Buxtehude am Rande des Alten Landes mit seiner herrlichen Obstbaumbüte. Besonderer Anziehungspunkt ist die historische Altstadt mit ihrer Fußgängerzone, der Flethanlage, dem Viver (dem alten Stadtgraben) und vielen erhaltenen historischen Bürgerhäusern.

Buxtehude ist heute ein echtes kulturelles Zentrum in der Region. Einer der bedeutendsten deutschen Jugendbuchpreise, der »Buxtehuder Bulle«, ein reichhaltiges Theater- und Konzertangebot, der »Kleinkunst-Igel«-Verein, das Theater im Hinterhof, das Kulturforum am Hafen sowie das Buxtehude Museum für Regionalgeschichte und Kunst stehen für eine historische und kulturelle Vielfalt.

#### Sehenswertes

In der Straße am »Westfleth« können Besucher noch am besten erkennen, wie die Hansestadt in früheren Zeiten ausgesehen hat. Die Häuser waren im Fachwerkstil erbaut. Viele Häuser wurden jedoch später verputzt oder gar mit massiven Fronten versehen, so dass sie heute als Steinbauten erscheinen.

Aus der Mitte des 16. Jahrhunderts stammen die Fachwerkbauten Abtstraße 3, Westfleth 35, sowie die Hinterhäuser von Lange Straße 37 und St. Petri-Platz 13. Zu den besonders aufwändig gestalteten Bürgerhäusern der Stadt zählt das um 1600 entstandene Haus Fischerstraße 3. Auf den gebuckelten Fußstreben finden sich reiche Flachschnitzereien.

Westfleth 25, ein zweigeschossiger Bau mit Mansarddach, entstand im ausgehenden 19. Jahrhundert. Er weist noch die alte Haustür aus der Rokokozeit auf. Auf dem hinteren Teil des Grundstückes befinden sich Reste der mittelalterlichen Stadtmauer.

#### Märchenstadt

Buxtehude ist auch als Märchenstadt bekannt. Das Märchen vom Wettlauf zwischen dem Hasen und dem Igel von Dr. Wilhelm Schröder (später nacherzählt von den Brüdern Grimm) spielt in Buxtehude (obwohl Schröder es ursprünglich in dem ähnlich klingenden Ort Bexhövede hörte). Seit Ende 2007 liegt Buxtehude an der Deutschen Märchenstraße.

Erwähnt wird Buxtehude auch in vielen weiteren Kinderbüchern, so in Otfried Preußlers Kinderbuch »Der Räuber Hotzenplotz«, in dem der Zauberer Petrosilius Zwackelmann zu einem befreundeten Zauberer nach Buxtehude fliegt. Ferner im Bildband »Hein Schlotterbüx aus Buxtehude« von Barbara Bartos-Höppner oder auch in »Entenjagd in Buxtehude«.

Bemerkenswert ist, dass in Buxtehude – der Redensart zufolge – die »Hunde mit dem Schwanz bellen«. Einer Bronzetafel nach, die an einem kleinen Denkmal vor der Spar-

kasse Harburg-Buxtehude angebracht ist, handelt es sich hierbei um einen aus dem Niederländischen stammenden Ausspruch: »De Hunten bellen«, was so viel besagen soll wie »Die Glocken läuten«. Da in Buxtehude die Glocken bereits per Seilzug geläutet worden seien, als dies woanders noch per Klöppel erfolgte, sei es durch den bildlichen Vergleich des Schwanzes und des Seilzuges sowie der Niederländischen Sprache zu der Redensart gekommen, in Buxtehude würden Hunde mit dem Schwanz bellen. Diese Herleitung lässt sich jedoch nicht belegen, auch haben Glocken im Holländischen nie Hunte geheißen.



START

ZIEL



## Sudoku-Kids

2		4	
	3		1
			4
3	4		

## Unnützes Wissen

Das Quaken einer Ente erzeugt kein Echo. Niemand weiss, warum.

In Los Angeles gibt es mehr Autos als Menschen.

Pinguine können bis zu 2 m hoch springen.

## Was bin ich?

Verbinde die Zahlen in der richtigen Reihenfolge



# »Was war denn da wieder los?«

**Mit 160 km/h sausen unsere Züge kreuz und quer durch Norddeutschland und bringen Sie sicher an Ihr Ziel. Ganz wichtig dabei natürlich: Pünktlichkeit. Mit 91 bis 98 % im Durchschnitt aller Züge, fällt die Pünktlichkeitsstatistik beim metronom sehr gut aus. Trotzdem, auch wir kommen manchmal leider zu spät. Ärgerlich für unsere Kunden, genau so ärgerlich auch für uns. Denn in 9 von 10 Verspätungsfällen können wir bei metronom die Gründe nicht beeinflussen.**

## Störung/Verzögerung im Betriebsablauf

Der Eisenbahnverkehr ist ein komplexes System. Vorausfahrende Züge, Weichen, Signale, freie Gleise – alles muss perfekt aufeinander abgestimmt sein, damit Züge pünktlich fahren können.

Wenn »Verzögerungen im Betriebsablauf« als Grund genannt werden, hakt es im System. Die genauen Gründe sind entweder (noch) nicht bekannt oder es gibt mehrere Gründe, die ein pünktliches Fahren verhindern.

*metronom* versucht in seinen Meldungen, den Grund »Verzögerungen im Betriebsablauf« zu vermeiden und die Ursachen möglichst genau zu benennen. Leider ist dies nicht immer möglich.

## Zugfolge

Der *metronom* teilt sich die Gleise mit allen anderen Verkehrsunternehmen, z. B. dem Fernverkehr IC und ICE, Güterzügen oder Regionalzügen.

Anders als im Straßenverkehr können sich Züge nicht an jeder Stelle überholen. Daher ist eine Strecke (z. B. Hannover-Göttingen) in sogenannte Zugfolgeabschnitte unterteilt.

Jeder Zugfolgeabschnitt ist mind. 1 km lang.

Auf einem Zugfolgeabschnitt darf pro Richtung immer nur ein Zug zur gleichen Zeit fahren. Dies verhindert Auffahrunfälle durch plötzliches Bremsen oder Zugstau.

Fährt dem *metronom* z. B. ein langsamerer Güterzug voraus, kann der *metronom* erst in den nächsten Zugfolgeabschnitt einfahren, wenn dieser vom Güterzug

bereits verlassen wurde. Umgekehrt ist es genau so: fährt *metronom* einem schnelleren ICE voraus, muss der ICE zunächst warten. *metronom* ist jedoch verpflichtet, an der nächsten Ausweichstelle zu halten und den schnelleren ICE überholen zu lassen. Und das selbst dann, wenn dies für den *metronom* eine zusätzliche Verspätung bedeutet.

## Folgeverspätung

Die Züge des *metronom* fahren in einem fest geplanten »Umlauf«. Das heißt, ein Zug der morgens als erstes von Uelzen nach Hamburg fährt, fährt danach z. B. von Hamburg nach Bremen, von Bremen zurück nach Hamburg und von Hamburg über Uelzen nach Hannover.

Zwischen den einzelnen Touren gibt es manchmal nur wenig »Wartezeit«.

Hat der Zug auf seiner Fahrt von Bremen nach Hamburg nun eine Verspätung von 15 min, wird sich die Abfahrt dieses Zuges von Hamburg über Uelzen nach Hannover ebenfalls verzögern – obwohl diese Strecke eigentlich frei ist.

Da unsere Züge bereits im normalen Fahrplan oft mit der zulässigen Höchstgeschwindigkeit von 160 km/h fahren, können solche Verspätungen nur selten »aufgeholt« werden. Die einzige Möglichkeit, Folgeverspätungen abzubauen, besteht oft darin, die Wartezeit zwischen zwei Touren zu verkürzen oder einen Zug nach Hamburg Hbf bereits in Harburg enden zu lassen und so die Fahrzeit zwischen Harburg und Hamburg Hbf »zu sparen«. Dies erfolgt allerdings nur bei sehr hohen »Folgeverspätungen«.

## Impressum

### Herausgeber

*metronom*  
Eisenbahngesellschaft mbH  
Sankt-Viti-Straße 15  
29525 Uelzen  
Tel.: 05 81 | 97 164 164  
www.metronom.de

### Redaktion

Björn Pamperin [V.i.S.d.P.]  
Birthe Ahting [birthe]  
Heike Proß [heike]  
momente@der-metronom.de

### Gestaltung

Kay Steinmann (verantwortlich)  
kay@cre8-uelzen.de

### Erscheinungsweise

vierteljährlich  
35.000 Exemplare

### Druck

Meiling Druck  
Haldensleben




## Niedersachsen-Ticket

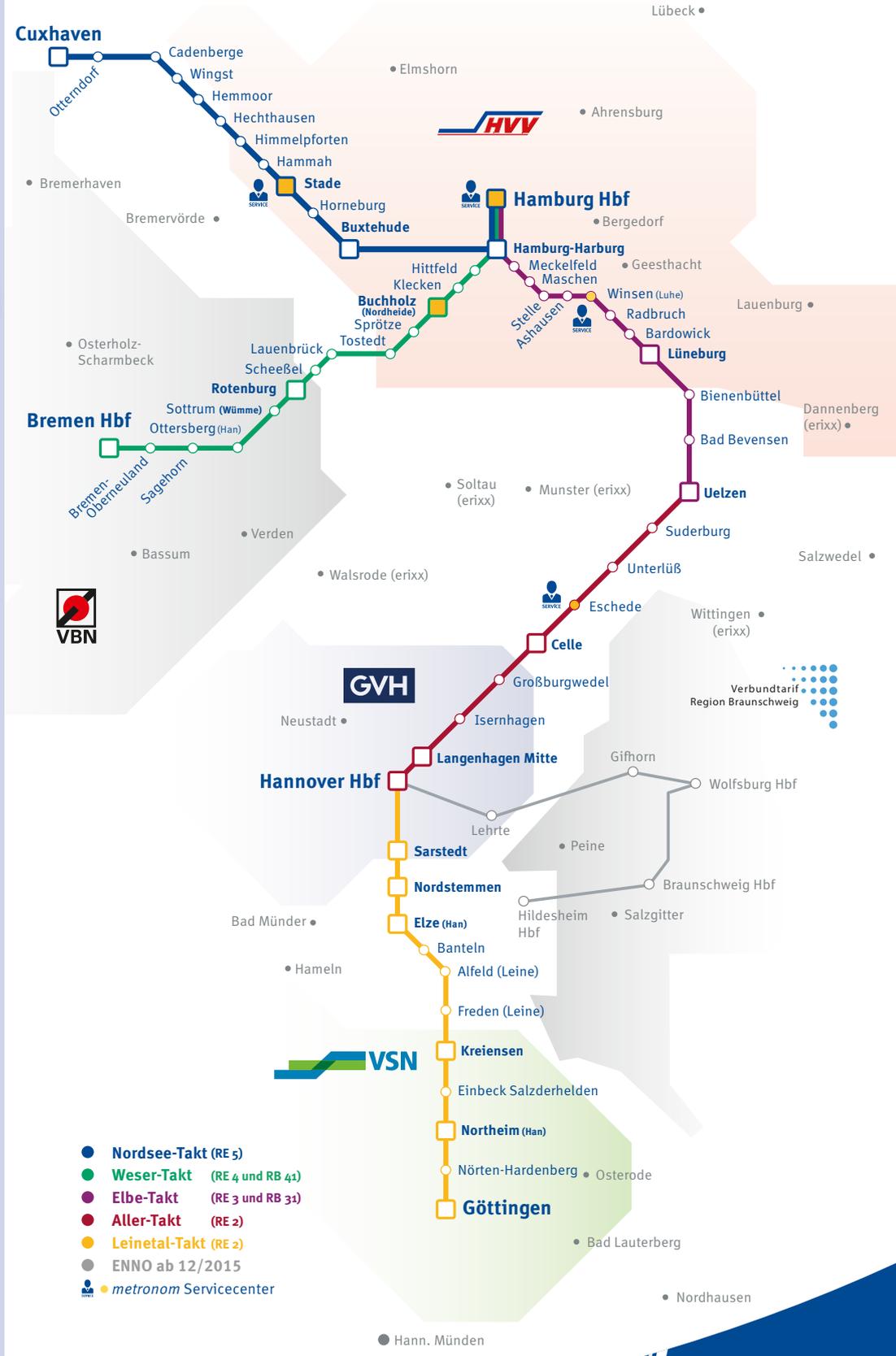
23€ + 4€ + 4€ + 4€ + 4€

Gilt Mo.–Fr. von 9:00 bis 3:00 Uhr,  
Sa., So. & feiertags schon ab 0:00 Uhr

**Fahrradkarte 4,50 €**

Kein Verkauf von  
Fahrkarten im Zug!

**VOR FAHRT TICKET!**



- ### metronom Servicecenter
- **Servicecenter Buchholz (Nordheide)**  
Bahnhofsstraße 1, 21244 Buchholz
  - **Servicecenter Stade**  
Am Bahnhof 14, 21680 Stade
  - **Servicecenter Winsen (Luhe)**  
Bahnhofsplatz 2, 21423 Winsen
  - **Servicecenter Hamburg Hbf**  
Steintorwall 15, 20095 Hamburg
  - **Servicecenter + Reisebüro Eschede**  
Bahnhofsstraße 50, 29348 Eschede

### metronom Kundenzentrum & Fundbüro

St.-Viti-Str. 15  
29525 Uelzen  
Tel.: (0581) 97 164-164  
Fax: (0581) 97 164-169  
E-Mail:  
kundenzentrum@der-metronom.de  
(Mo–Fr 7:30 – 18:30 Uhr)

### Aktuelle Verkehrsmeldungen und mehr:

facebook.com/metronom.Eisenbahngesellschaft

@metronom4me

metronom.de/app



## Unser Service für Sie:

- Fahrradmitnahme**
- Snackautomat**
- Alkoholfrei**

**Hier gibt es Fahrkarten für den metronom**

**www.metronom.de**

**(0581) 97 164-164 (Mo–Fr 7:30 – 18:30 Uhr)**