

# Inhalt

Vorwort	4
Kartenverzeichnis	7
Exkursverzeichnis	7

## **1** Allgemeine Reisetipps **8**

Anreise	10
Unterkunft buchen	22
Kur und Kurtaxe	29

## **2** Sehenswertes **34**

Kurhaus/Strandhotel	36
Kustmuseum	38
Memmertfeuer	40
Nationalparkhaus	43
Seebrücke	43
Wasserturm	45

## **3** Insel-Info A–Z **48**

Adressen	50
Ärzte und Apotheken	50
Einkaufen	51
Fortbewegung	52
Fotografieren	54
Führungen und Rundfahrten	56
Gastronomie	60
Hunde	66
Internet	67
Kinder	68
Kirchen	70
Polizei	70
Presse	71
Ruhezeiten	72

Sport	72
Strände	81
Unterhaltung	87
Unterkunft	89

## **4** Geschichte und Natur **96**

Geschichte	98
Juist heute	118
Die Juister Natur	121

## **5** Die Nordsee **142**

Land und Meer	144
Ebbe und Flut	148
Wind und Wetter	150
Sturm und Wellen	155
Blitz und Donner	157
Luft und Wasser	159
Licht und Schatten	161
Land und Leute	164
Hochdeutsch und Plattdeutsch	166
Essen und Trinken	167

## **6** Anhang **170**

Literaturtipps	172
Register	176
Der Autor	180