

# Inhalt

- 6 Übersichtskarte
- 7 Vorwort

## LAND UND LEUTE ————— 8

- 10 Die Nordseeküste – Kampfzone der Naturgewalten
- 12 Die Nordsee – ein Randmeer des Atlantiks
- 14 Lebensraum der Extreme – Pflanzenwelt an der Nordsee
- 16 *Naturschutz an der Nordseeküste*
- 18 Vögel, Robben, Wale: Tierwelt
- 20 Leben unter Wasser: Fische, Muscheln, Krebse
- 22 Die Fischerei gestern und heute
- 24 Die Besiedlung der Küste: Friesen auf dem Vormarsch
- 26 Landgewinnung und Deichbau
- 28 Von Friesen und anderen Volksstämmen
- 30 Auf hoher See: Schifffahrt auf der Nordsee
- 32 Gesundes Reizklima: die Seebäder
- 34 *Die Maler und das Meer*
- 36 Das Blaue vom Himmel: Literatur und Poesie
- 38 Mehr als Fisch und Krabben: Essen und Trinken
- 40 Entspanntes Radeln auf dem „platten Land“

## NORDFRIESISCHE INSELN ————— 42

- 44 Sylt – die heilkärtige Schöne
- 51 *Zu Besuch beim einzigen deutschen Austernzüchter*
- 54 Föhr – die grüne Insel der Nordsee
- 56 Amrum – die „Insel der Freiheit“
- 58 *Zu Besuch bei Krabbenfischer Andreas Thaden*
- 59 Pellworm – der großen Sturmflut entrissen
- 61 *Auf den Spuren Rungholts*
- 62 Die Welt der Halligen

## NORDFRIESLAND ————— 66

- 68 Küstenland im hohen Norden
- 71 *Emil Nolde – die Kraft der Farben*
- 72 *Nationalpark Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer*
- 74 Beschauliches Nordstrand
- 77 *Windenergie von der Nordsee*
- 78 Husum – bunte Stadt mit Schloss und Hafen
- 83 *Zu Besuch bei Bauer Richardsen auf dem Hamkenshof*
- 84 Halbinsel Eiderstedt – grünes Land hinter Strand und Deich
- 88 *Schutz vor Sturmfluten – das Eidersperrwerk*

## BAUERNLAND DITHMARSCHEN ————— 90

- 92 Von Wesselburen bis Meldorf
- 96 Meldorfer Bucht und Friedrichskoog
- 97 *Zu Besuch in der Seehundstation Friedrichskoog*
- 100 Brunsbüttel – Stadt der Schleusen und Kanäle
- 102 *Reger Schiffsverkehr – der Nord-Ostsee-Kanal*

## HAMBURG UND DIE UNTERELBE

104

- 106 Hamburg – Metropole des Nordens
- 113 *Historisches Großlager: die Hamburger Speicherstadt*
- 114 Auf der Unterelbe dem Meer entgegen
- 117 *Zu Besuch beim Altländer Elbfischer Lothar Buckow*
- 118 Deutsche Bucht – Hamburger Inseln und Helgoland
- 125 *Zu Besuch bei den Hummerzüchtern von Helgoland*

## ZWISCHEN ELBE UND WESER

126

- 128 Otterndorf – Idylle im Cuxland
- 129 Cuxhaven – zwischen Elbe, Weser und Meer
- 133 *Zu Besuch beim letzten Reusenfischer Deutschlands*
- 134 Land Wursten – das östlichste der „Sieben Seelände“
- 136 *Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer*
- 138 Seestadt Bremerhaven
- 143 *Warum Bremen an der Nordsee liegt*
- 144 Halbinsel Butjadingen und Jadebusen

## OSTFRIESISCHE INSELN

150

- 152 Wangerooge – die „ebene Insel“
- 154 Spiekeroog – die „Dorfsschöne“
- 156 Langeoog – die „lange Insel“
- 158 Baltrum – das Dornröschen
- 159 Norderney – mondänes Seebad
- 162 Juist – die „schönste Sandbank der Welt“
- 164 Borkum – der „Riese“ unter den Inseln
- 167 *Zu Besuch bei den Nachfahren der Walfänger*

## OSTFRIESLAND

168

- 170 Halbinsel im Nordwesten
- 173 *Zu Besuch im Teemuseum in Norden*
- 174 Wilhelmshaven – des Kaisers neuer Hafen
- 178 Die Sielorte – von Hooksiel bis Dornumersiel
- 179 *Auf den Spuren des Freibeutlers: die Störtebekerstraße*
- 184 Norden, die „Stadt hinter dem Deich“
- 186 Arp Schnitger – genialer Orgelbauer des Nordens
- 188 Aurich, die heimliche Hauptstadt Ostfrieslands
- 190 Krummhörn, die schöne „krumme Ecke“
- 194 *Zu Besuch bei Windmühlenbesitzer Egenhoff*
- 196 *Ostfriesischer Humor – Witz mit Selbstironie*
- 198 Emden, der westlichste Seehafen Deutschlands

## DEUTSCHE NORDSEEKÜSTE – ALLES AUF EINEN BLICK

202

- 204 Die Nordseeküste von A bis Z
- 210 Veranstaltungen im Jahreslauf
- 214 Zeittafel zur Geschichte
- 220 Register
- 224 Impressum/Bildnachweis