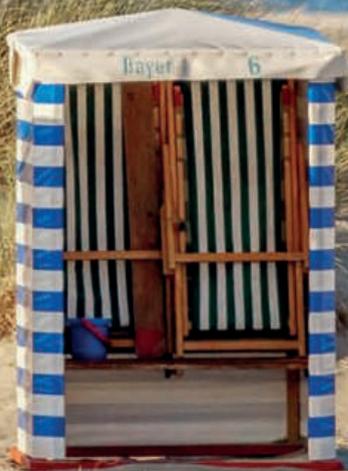




# BORKUM

FREIHEIT ATMEN



**URLAUBSBROSCHÜRE 2024**

# VIELE WEGE FÜHREN AUF DIE INSEL



# IHRE ANREISE NACH BORKUM

Während man sich Borkum nähert und das Kreischen der Möwen und das Rauschen der Wellen zunehmen, beginnt man, den Wind und die salzige Meeresluft zu spüren - ein deutliches Zeichen, dass der Urlaub fast beginnt. Hier, wo das freundliche „Moin“ zum Alltag gehört, begrüßt man einander auf einfache und herzliche Weise, egal, ob in den Straßen oder am Strand.

Der Urlaub beginnt tatsächlich schon mit der Anreise über das Wasser, wenn sich die Möwen bemerkbar machen und man den ersten Hauch von Meer und Freiheit spürt. Die Fahrt bietet genügend Zeit, um sich vom Alltag zu entfernen, unterstützt durch das Summen des Schiffsmotors und das Blicken auf die Heckwellen. Dank der modernen Technologie der Reederei AG EMS, muss man sich wenig Sorgen um die Umwelt machen, denn die Fähre „MS Ostfriesland“ fährt mit einem sauberen Flüssiggasmotor. Für die Eiligen gibt es den Katamaran, der innerhalb von 60 Minuten die Insel erreicht.

Borkum, die am weitesten vom Festland entfernte Nordseeinsel, bietet ein spektakuläres Hochseeklima. Wenn Sie einen schnelleren Seeweg bevorzugen, können Sie vom niederländischen Eemshaven aus starten, obwohl der Landweg dorthin etwas länger ist. Alternativ gibt es die Möglichkeit, Borkum mit einem kurzen Flug ab Emden zu erreichen.

Ganz gleich, wie man auf Borkum ankommt, man setzt Fuß auf die Insel als neuer Mensch. Als Entdecker und Abenteurer, als Sandburgenbauer und Muschelsucher, als Wellenreiter und Wattwanderer, als Durchatmer und Drachenflugträumer. Alle finden, was sie suchen, und das in einer einzigartigen und wunderbaren Atmosphäre, die nur diese Insel bietet. Weite und Geborgenheit. Hier tankt man Energie und bekommt frische Gedanken mit einem täglichen, aber sicher nicht alltäglichen Blick auf den grenzenlosen Horizont. Und alles beginnt mit einem herzlichen „Moin“.



## SO KOMMEN SIE ZU IHREM ERSTEN URLAUBS-MOIN:



### **ANREISE MIT DEM SCHIFF**

[www.ag-ems.de](http://www.ag-ems.de)



### **ANREISE MIT DEM FLUGZEUG**

Ab Emden: [www.fliegofd.de](http://www.fliegofd.de)



### **ANREISE MIT DER BAHN**

[www.bahn.de](http://www.bahn.de), [www.nightjet.com](http://www.nightjet.com)

Detaillierte  
Informationen zu den  
Anreisemöglichkeiten  
finden Sie in  
der Broschüre  
„Ihre Gastgeber  
2024 & 2025“

# BORKUM

53° 35' N, 6° 40' O

-  **AUSSICHTSDÜNE**
-  **AQUARIUM**
-  **DLRG**
-  **FÄHRANLEGER**
-  **FEUERSCHIFF/HAFEN**
-  **FLUGHAFEN**
-  **GEZEITENLAND**
-  **HUNDESTRAND**
-  **AUSLAUFFLÄCHEN**
-  **INSELBAHN-HALTESTELLEN**
-  **KAAP**
-  **KITEN**
-  **KULTURINSEL**
-  **LEUCHTTÜRME**
-  **MILCHBUDEN**
-  **PAVILLON, PROMENADE**
-  **REITSTALL**
-  **SCHÄFEREI**
-  **SEEHUNDSBANK**
-  **STRAND-SPIELPLÄTZE**
-  **STRANDZELTE & STRANDKÖRBE**
-  **FKK-BUDJES/OLDE DÜNEN**
-  **SURFEN**
-  **WALKINNLADENZAUN**
-  **WATTENMEER-PROMENADE**
-  **VOGELBEOBACHTUNGSTELLE**





- WANDERWEGE (im Gelände grün markiert) 
- REITWEGE (im Gelände rotmarkiert) 
- WANDER- UND REITWEGE 
- INSELBAHN 
- INSEL-RAD-TOUREN (B1, B2, B3, B4) 

**FREIHEIT ATMEN 04**

**SPORT & BEWEGUNG 08**

Im Gespräch mit Edda Hosemann 10  
Ein Meer an Möglichkeiten 12  
Strandnetzwerken auf Borkum 14  
Gezeitenland ~ Erlebnisbad & Flowrider 18  
Wellness, Erholung & Fitness 20

**VITALITÄT 24**

Im Gespräch mit Meike Thomen & Helena Valatka 26  
Alles Leben stammt aus dem Meer 28  
Ein Ort für Gesundheit und Naturerlebnisse 30  
Saison der Sinne - eine Liebeserklärung 32

**KULTUR & TRADITION 34**

im Gespräch mit Manuel Pietzner 36  
So schön magisch kann Geschichte sein 38  
Faszinierende Tradition und viel Musik 40  
„Watt“ is los auf Borkum? 42  
Dat is hier los ... 44

**NATUR 48**

Im Gespräch mit Claudia Thorenmeier 50  
Juwel der Natur 52  
Weite, Watt und Wellen vor der Hochseeinsel 54  
UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer 55  
Die Wanderung der Seehundsbank 56  
Zugvogeltage 58

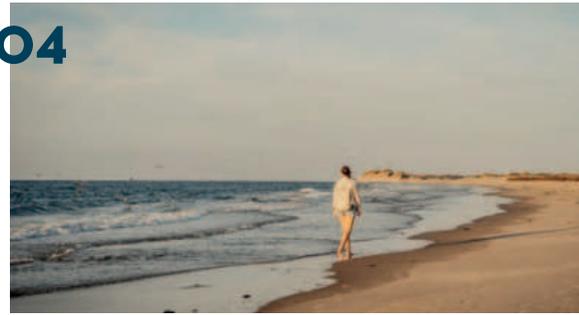
**ABENTEUER WIE SAND AM MEER 60**

Spiele, Spaß & Abenteuer 62  
APPSolut Borkum 64  
Freiheit atmen. Unterwegs auf Erlebnisrouten 66  
Nordsee Aquarium Borkum 68

**LEBENSRAUM BORKUM 70**

Eine Insel für alle im Einklang mit der Natur 72  
Nachhaltigkeitsprojekte 74  
Leben auf Borkum 78  
Borkumer Platt 84  
Social Media, WebApp & mehr 86  
Borkum Kulinarik 90  
Köstliches aus der Inselküche 92

04



12



24



54



62



86



# MOIN LIEBE GÄSTE,

es freut mich sehr, dass Sie sich für unsere Urlaubsbroschüre als Lektüre entschieden haben und hier (vielleicht) das erste Mal mit Borkum in Berührung kommen. Das vergangene Jahr hatte für uns viele Überraschungen, mit wichtigen aber zugleich auch schönen Veränderungen.

Die wichtigste Entwicklung ist vermutlich bei den Milchbuden mit ihrer mehr als 100-jährigen Geschichte geschehen. Sollten Sie die Insel bislang noch nicht besucht haben, dann lernen Sie hier direkt die „neuen Milchbudengeneration“ kennen. Aufgrund der stark veränderten Wetterverhältnisse war es erforderlich, sicherere Ständerwerke und Gastronomieobjekte zu erbauen. Da die Milchbuden ein wichtiger Teil der Borkums Badekultur, Gästen sowie Borkumern ist, war ein zukünftiger Verzicht für uns keine Option. Die entsprechenden Bauarbeiten konnten wir am Nordbad im Sommer 2022 abschließen. Der Transport und Aufbau der ersten Milchbude der „neuen Generation“ wurde von einem Filmteam begleitet, um dieses wichtige Kapitel in der Milchbudengeschichte für die Erinnerung festzuhalten.

Nach einem Jahr der Ungewissheit, wie die Wegeführung am Südstrand zukünftig aussehen soll, konnten wir auch hier eine gute Lösung finden. In Rekordzeit haben unsere Kollegen von der Strandmeisterei einen schönen barrierefreien Loopdeelenweg erbaut. Den „Borkum-Kennern“ unter ihnen ist bestimmt die Entwicklung der als Nationalpark geschützten Seehundsbank aufgefallen. Durch das Heranrücken schwinden die Badefelder am Nordbad, daher wurde die Infrastruktur am Südstrand gestärkt. Dort gibt es nun

den ersten bewachten Hundestrand Deutschlands sowie eine zweite DLRG-Station, die sicheres Baden ermöglicht.

Zum längsten Tag des Jahres 2023 haben wir zur Premiere „Mittsommerzauber am Meer“ eingeladen. Bis in den späten Abend hinein konnten sich die Besucher an einer langen Picknicktafel, bei Auftritten und Kleinkunstdarbietungen, Kurmusik sowie beim schönsten Sonnenuntergang der Welt amüsieren. Wir freuen uns bereits jetzt auf die Fortsetzung in 2024. Nicht unerwähnt bleiben dürfen natürlich die BEACH DAYS BORKUM mit spannenden Beachvolleyball-Matches und dem einmaligen Open-Air-Konzert von BOSSE am Nordbad.

Genug der langen Rede. Ich würde mich freuen, wenn Sie uns bald auf unserem „schönsten Sandhaufen der Welt“ besuchen. Nehmen Sie sich eine Auszeit, lassen Sie aktiv oder mit der nötigen Ruhe den Alltag hinter sich und haben eine entspannte Zeit auf Borkum!

Ich wünsche Ihnen und uns ein gutes, erholsames Reisejahr 2024.

Ihr Göran Sell



## KONTAKT TOURISTIK- SERVICE

### TOURIST-INFORMATION & BUCHUNGSSERVICE

**Tourist-Information Borkum**  
**Georg-Schütte-Platz 5,**  
**26757 Borkum**  
**[www.borkum.de](http://www.borkum.de)**

### **Zimmervermittlung & Information**

**T 04922 933 0, F 04922 933 400**  
**[info@borkum.de](mailto:info@borkum.de)**

### **Telefonische Erreichbarkeit**

**Mo - Fr: 08.00 - 13.00 Uhr &  
14.00 - 17.00 Uhr**



# FREIHEIT ATMEN

Fühlen Sie den warmen Sand zwischen den Zehen, das Salz auf ihrer Haut und erleben Sie innere Ruhe. Genießen Sie das Gefühl von Befreiung, umgeben von den rauschenden Nordseewellen. Die pulsierende Energie der Insel wird Ihnen sofort neue Vitalität verleihen. Lassen Sie sich von der Weite, dem Watt und den Wellen verzaubern – ein Ort mit Abstand zu Ihrem Alltag. Hier werden Ihre Sinne geweckt und Ihre Gedanken fliegen frei.





# STRÄNDE IN BEWEGUNG

Die Strände Borkums sind wie ein lebendiges Kunstwerk, das durch die Nordseewellen und den kräftigen Seewind neu gestaltet wird, da sie sich Jahr für Jahr verschieben. Ein solcher „wandernder Strand,“ ist beispielsweise das Nordbad. Das „Hohe Riff“, eine Seehundbank, war Anfang des 20. Jahrhunderts durch einen Wasserweg von der Insel getrennt. Erst 1980 verschmolzen Sandbank und Strand. In den 1920er- und 1930er Jahren erreichte die Brandung den Fuß des Musikpavillons. Die Strände Borkums sind vielseitig und jeder mit seinem eigenen Charme - und sie erstrecken sich über 26 Kilometer Länge. Und zu diesen gehört laut Travelbook 2022 auch „Deutschlands schönster Strand“.



## DAS SÜDBAD: MEHR ALS NUR SAND

Das Südbad auf Borkum lädt nach einem erfüllten Tag zu einer gemütlichen Auszeit ein. Mit seinem besonders feinen Sand und dem imposanten 32 Meter hohen elektrischen Leuchtturm bietet er eine einmalige Atmosphäre. Seine Schönheit hat ihm 2022 die Auszeichnung des „schönsten Strands Deutschlands“ durch Travelbook eingebracht. Ausgestattet mit Strandzelten und -körben, Trampolinanlage und den charakteristischen Milchbuden bietet er Genuss für jeden Geschmack. Für die vierbeinigen Besucher gibt es sogar einen eigenen Hundestrand.

## DAS NORDBAD: WASSERSPORT UND KURMUSIK

Das Nordbad ist der perfekte Ort für einen harmonischen Urlaub. Er bietet alles, was man sich vom Meer erhofft: einen prachtvollen Strand, Möglichkeiten für Wassersport, ausgezeichnete Restaurants an der Promenade, Milchbuden auf dem Sand sowie romantische Sonnenuntergänge. Der Strand verfügt über einen Iglu-Bereich und einen Hundestrand. Abgerundet wird das Erlebnis durch den spektakulären Blick auf Seehunde und Kegelrobben, die sich auf der Sandbank sonnen.

## DAS JUGENDBAD: DIE FREIZEIT GENIESEN

Am Jugendbad, einem freien und weitläufigen Strandabschnitt, kann man die wahren Freuden des Strandlebens auskosten. Es bietet ideale Bedingungen für Strandsport und -spiele und mit seiner Weite lockt es junge sowie junggebliebene Besucher an, die diese besondere Atmosphäre lieben.

## FKK-STRAND: PURE FREIHEITSGEFÜHLE

Der FKK-Strand bietet eine ungestörte Oase inmitten der tosenden Wellen und atemberaubenden Dünenlandschaften. Nur rund zehn Minuten mit dem Fahrrad vom Flughafen entfernt, ist dieser Strandabschnitt ideal für diejenigen, die Natur pur erleben möchten. Es bietet auch Einrichtungen wie einen Kinderspielfeld und ein Volleyballfeld. Für zusätzlichen Komfort sorgen die anmietbaren FKK-Budjes mit eigener Parzelle und die urige Gastronomie „Dünenbudje“.



## FKK-BUDJES

Die FKK-Budjes hinter dem „Dünenbudje“ und dem Dünenkamm stehen für alle Gäste und Einheimische zur Miete bereit. Der FKK-Strandbereich ist nur wenige Schritte entfernt. Das Besondere an den FKK-Budjes: Sie sind modern gestaltet, orientieren sich aber am Stil der historischen Badekarren Borkums. Ausgestattet mit einem Solarmodul, USB-Anschluss, Beleuchtung, Sitzbank und Garderobenhaken, bieten die FKK-Budjes auf 1 Meter x 1,60 Meter genug

Platz, um elektronische Geräte zu laden, Musik zu hören und Kleidung sicher zu verstauen.

Jede der gemütlichen FKK-Budjes wird von einem eigenen Stück unberührter Natur umgeben, geschützt in den Dünen im Ostland. Hier können Sie ein Gefühl von Freiheit und Privatsphäre in der atemberaubenden Natur Borkums genießen – das ist pure Freiheit!

Buchungsinfo:

[www.borkum.de/fkk-budjes](http://www.borkum.de/fkk-budjes)



## NORDBAD

Heidi Oostinga, T 04922 4495  
oostinga-strandkorb@gmx.de

Thomas Schneider  
www.borkum-strand.de

Holger Braun, T 0174 266 2131  
www.borkum-braun.de

Tobias Graß, T 0174 717 5125  
wattwurm-borkum@t-online.de

Lukasz Rosinek, T 0151 2813 0205

Cornel Chiorean, T 0176 6152 0884  
strandkorb.cornel@gmail.com  
www.strandkorb-borkum.de

Marius Okken, T 0160 9323 8262  
m.okken86@web.de  
www.strandkorbborkum.de

Erwin Ziegenhagen,  
T 0160 3108 530  
info@borkumer-strandkorb.de  
www.borkumer-strandkorb.de

Thorsten Bayer, Christian Erdwiens  
T 0175 1482 095  
www.strandzeltvermieter.de

## SÜDBAD

R&D Strandkorbvermietung  
T 0151 15874269  
rdstrandkorb@gmail.com

Herr Linneberg, T 0176 6418 6491  
andre-linneberg@web.de

Strandzelt u. Korb-Vermietung  
Sanders  
T 04922 2791, M 0151 4070 4852

Herr Swart, T 0170 2135 584

Strandzelt- & -korbvermietung  
Kassama  
T 0152 179 131 48

# SPORT & BEWEGUNG

ENTDECKEN SIE DAS EINMALIGE  
SPORT-PARADIES AUF BORKUM.





# IM GESPRÄCH MIT EDDA HOSEMANN



**EDDA HOSEMANN  
IST PASSIONIERT  
UND  
ERFOLGREICH IN DER  
TEENY-KLASSE.**

**Moin Edda, schön, dass du Zeit für uns hast. Du bist eine passionierte Seglerin. Wie bist du auf die Idee gekommen, diesen Sport zu betreiben?**

In der Borkumer Grundschule hat eine der pädagogischen Mitarbeitenden uns Kinder gefragt, wer Lust zum Segeln hat. Da ich früher mit meinen Großeltern in den Sommerferien segeln war und mir dies viel Spaß gemacht, wollte ich dies auch auf Borkum ausprobieren.

**Du konntest in der Vergangenheit viele Erfolge feiern. Wieviel Aufwand und Anstrengungen erfordert es, im Segeln erfolgreich zu sein?**

Es ist ein großer Aufwand, zu den Regatten zu kommen. Ich bin immer darauf angewiesen, dass meine Eltern oder die Eltern meiner Segelpartnerinnen uns zu den Regatten bringen, da wir unser Boot mitnehmen müssen. Der nächste Regattaort ist Geeste/Emsland

und die weiteste Regatta war in Kiel. Neben den Regatten haben wir auch regelmäßige Trainings auf dem Festland. Die sind oft in Geeste, da komme ich auch mit dem Zug hin, oder aber am Gardasee, dies geht nur mit meinen Eltern.

Da ich 2-Mann-Jollen segle (Teeny und 420) ist es wichtig sich an Bord gut zu verstehen. Man muss sich aufeinander verlassen können und muss gut miteinander arbeiten können. Nur so kann man auch erfolgreich segeln.

#### **Bleibt dabei noch Zeit für andere Hobbys und deine Freunde?**

Oft bin ich an den Wochenenden auf Regatten oder Trainings auf dem Festland. Das nervt manchmal schon, wenn man z.B. das Osterfeuer auf Borkum verpasst. Mittlerweile habe ich auch viele gute Freunde, die ich bei den Regatten treffen, sodass ich dann auch Zeit mit diesen verbringen kann. Unter der Woche habe ich viel Zeit für andere Hobbys und mache noch Leichtathletik und bin in der Borkumer Trachtengruppe. Dienstags ist immer Segeln beim WSVB e.V. im Borkumer Schutzhafen, an dem ich gerne teilnehme.

**Hast du noch Interesse an anderen Sportarten?** [Wenn du hier „nein“ sagst, dann wäre es super, wenn du folgende Frage noch beantwortest:

**Findest du, Borkum hat für Sportbegeisterte viel zu bieten?]**

Auf Borkum gibt es viele verschiedene Sportarten, aber leider sind diese nicht so im Fokus wie zum Beispiel Fußball, was ich persönlich schade finde. Dafür, dass wir auf einer Insel leben, gibt es schon viele verschiedene Sportarten wie Bogenschießen, Judo, Karate, Reiten, Tennis, Schwimmen und Tanzen.

**Einen Großteil deiner Zeit verbringst du auf dem Wasser. Gibt es auch andere Orte auf Borkum, an denen du dich wohlfühlst?**

Ich fühle mich auf der Insel sehr wohl und habe keinen bestimmten Lieblingsplatz. Ich bin gerne am Strand, aber am liebsten verbringe ich Zeit mit meinen Freunden auf der Insel.



## EDDA HOSEMANN

### ENTWEDER ODER?

- Bali  Borkum
- Ostland  Stadt
- Sonne  Schietwetter
- Schwimmbad  Meer
- Cocktail  Bier  Wasser!
- Fisch  Fleisch
- Windbeutel  Torte
- Nordstrand  Südstrand
- Fahrrad fahren  Spazieren gehen
- Leuchtturm Neu  Leuchtturm Alt



Fotograf Anke Weddel

# EIN MEER AN MÖGLICHKEITEN

Sand, Wind und Wellen verwandeln Borkum in einen riesigen Spielplatz für Jung und Alt. Die Möglichkeiten sind endlos - von Wingfoil und SUP-Board über Kiteboard zu Kitebuddy findet jeder die passende Aktivität. Probieren Sie doch einmal Strandsegeln, Geocaching oder Tennis. Ob Schwimmen, Reiten, Joggen oder Radfahren - die Insel ist für jede Sportart wie geschaffen. Mit rund 26 Kilometern Strand und 130 Kilometern Rad- und Wanderwegen bietet Borkum ausreichend Platz und Freiheit für Spaß und Fantasie.



## AUF DEM WASSER UND AUF DEM SAND

Am Nordstrand kann man viele Sportarten erleben, die es so auf keiner anderen Insel Ostfrieslands gibt. Für Trendsport wie Wingfoiling oder für das Fahren mit Kitebuggys bietet Borkum die idealen Bedingungen: Hochseeklima, Nordseewellen und die fast grenzenlose Weite des Strandes.



### STRANDSEGELN

Strandsegeln in einem der prädestiniertesten Reviere Deutschlands auf der Nordseeinsel Borkum.

### RASEN AUF SAND

Die weitläufigen Strände der Insel sowie die Windbedingungen sind ideale Voraussetzungen, um auf einem Kitebuggy oder Strandsegler über den Sand zu rasen.

### STRANDFLUG GEFÄLLIG?

Ein absolutes Muss für jeden Fan cooler Trendsportarten: Kitelandboarding!

### RITT ÜBER SCHAUMKRONEN

Auf einem Board über das Wasser reiten und sich von einem Lenkdrachen in die Lüfte ziehen lassen: Kitesurfen!

### STAND UP AND PADDLE

Auch für Fans des Stand Up Paddling gibt es auf Borkum Möglichkeiten, im Stehen Ruhe zu genießen.

### FREI WIE WIND & WOLKEN

Die Nordseeinsel Borkum gilt als eines der schönsten Reviere Deutschlands für Windsurfer.

### WELLENREITEN

Die Kraft des Meeres spüren, denn die Nordsee steht niemals still.

### HART AM WIND

Ob auf einer Jolle oder auf einem Kataran - Wind und Wellen vor Borkum sorgen für ein traumhaftes Segelrevier.

### WASSER- UND WINDSPORT- SCHULEN AM NORDBAD

World of Wind  
T 0173 532 70 87  
[www.worldofwind.de](http://www.worldofwind.de)

ÖY Wassersport  
T 0162 5281 423  
[www.oey-borkum.de](http://www.oey-borkum.de)  
[surf@oey-borkum.de](mailto:surf@oey-borkum.de)



# STRANDNETZWERKEN AUF BORKUM

Die Strände auf Borkum laden zu dynamischen Volleyballspielen am Nordbad ein. Durch den kostenfreien Zugang zu den Plätzen kann jederzeit ein Match begonnen werden. An drei Sommerwochenenden finden jährlich die Beachvolleyball-Turniere des Nordwestdeutschen Volleyball-Verbandes (NWVV) statt, die bis zu 1.200 Sportbegeisterte anziehen. Während man am Strand camp't und energiegeladene Beachpartys erlebt, messen sich Profis im A-Cup Turnier sowie beim nationalen „Rock the Beach“-Turnier, das im Rahmen der BEACH DAYS BORKUM 2024 stattfindet. Die BeachAcademy bietet im Sommer professionelle Trainingseinheiten, Workshops und Kurse am Strand an, bei denen auch Profi-Tour-Spieler Tipps und Tricks rund um das Beachvolleyball verraten.



## REITEN

Hoch im Sattel Freiheit atmen: Auf Borkum gibt es zwei öffentliche Reitställe, die Reitstunden und Ausritte für Anfänger und Fortgeschrittene anbieten.



## RADELN

Biken über Deich und Dünen: Mit insgesamt über 130 Kilometern sehr gut ausgebauten Radwegen durch Naturlandschaften bietet Borkum viel natürlichen Raum zum Biken.



## KLETTERN

Klettern für Mutige: Hoch hinaus bei Hochseeklima – das geht auf Borkum natürlich auch.



## LAUFEN & NORDIC WALKEN

Run, walk and talk: Spazieren gehen, Joggen oder Walken: Abwechslungsreiche und zertifizierte Strecken durch die Natur laden auf Borkum Anfänger wie Fortgeschrittene zum Laufen ein. Besonders beliebt bei Groß und Klein: Der jährliche Meilenlauf ([www.borkumer-meilenlauf.de](http://www.borkumer-meilenlauf.de)).



## OUTDOOR-FITNESS-TRAINING

Im Thalasso-Park ist ein ganzjähriges Outdoor-Fitness-Training im Uferbereich möglich. Hinter der Tennisinsel gelegen.



## TENNIS

Tennisliebhaber finden auf Borkum ihr Eldorado: Die Insel und der Sport haben eine jahrhundertalte Verbindung, die bis heute lebendig ist – vom Spielen auf dem festen Sand bei Ebbe bis hin zu modernen Einrichtungen. Die „**Borkumer Tennisinsel**“ ist das ganze Jahr über zugänglich und verfügt über **vier Außen- und zwei Hallenplätze**, die reichlich Gelegenheit bieten, im Urlaub aktiv zu sein. Bei jährlichen Ereignissen wie dem beliebten **Pfingsttennisturnier** und den traditionsreichen „**Borkum Open**“ Bäderturnier kommen zahlreiche Tennisfans zusammen, um Spiel, Satz und Sieg zu feiern. Ergänzend dazu bietet die Tennisschule Sunball das ganze Jahr über Trainingsstunden und Kurse für alle Altersgruppen an.

**Reservieren Sie Ihren Tennisplatz online:**



# GEZEITENLAND ~ WASSER & WELLNESS





# ERLEBNISBAD

## GEZEITENLAND ~ WASSER & WELLNESS

Goethestraße 27, 26757 Borkum  
T 04922 933 600 (Bad & Sauna)  
T 04922 933 650 (Physiotherapie,  
Wellness, Kur & Fitness)  
[www.gezeitenland.de](http://www.gezeitenland.de)

Das Gezeitenland  
im 3D-Rundgang  
entdecken!



**Willkommen an Bord! Borkums Wellness- und Erlebnisbad erinnert an einen Ozeandampfer und bringt Ihnen die Nähe zum Meer und den Wellen spürbar näher – besonders, wenn das Wetter draußen eher stürmisch ist. Aber auch bei schönem Wetter fühlt man sich auf der Außenterrasse wie an der Reeling eines Schiffes mit Blick von oben auf die Kulisse der Nordsee.**

**Das Gezeitenland ist Borkums Highlight im Bereich Wellness, Fitness und Erlebnis. Auf einer riesigen Fläche von 8.000 Quadratmetern, inklusive eines Fitnessstudios von 500 Quadratmetern, findet man Entspannung und Erlebnis pur. Trotz seines Namens hat das Gezeitenland keine Gezeiten und sorgt den ganzen Tag für Wasserspaß in vielfältigen Formen. Hier kann man sich im Meerwasserschwimmbad erfrischen, in der Saunalandschaft entspannen, im Wellnessbereich verwöhnen lassen oder auf dem Flowrider viel Spaß auf der Welle haben.**



## ERLEBNISDECK

Im Gezeitenland können Sie die Frische des Nordseewassers in angenehm temperierten Meerwasserpools genießen. Die vielfältige und großzügige Beckenlandschaft, inklusive einer 75 Meter langen Riesenrutsche und Warmwasserbecken mit Strömungskanal (nur in der Hauptsaison außer Weihnachten), bietet das ganze Jahr über abwechslungsreichen Wasserspaß.



## FLOWRIDER

Surfen Sie das ganze Jahr über auf einer der größten Indoor-Surfanlagen Deutschlands! Auf dem Flowrider können sowohl erfahrene Skater und Boarder als auch Anfänger ihr Gleichgewicht auf den endlosen Wellen im gepolsterten Brandungsbecken testen. Trauen Sie sich aufs Funboard und erleben Sie das Surf-Abenteuer!



# WELLNESS & ERHOLUNG

Entdecken Sie Wellness auf einem neuen Level im Wellnessbereich des Gezeitenlandes. Lassen Sie sich von zahlreichen Behandlungen verwöhnen, die Ihre Sinne beruhigen und Harmonie zwischen Körper und Geist fördern. Genießen Sie multisensorische Klangreisen, wohltuende Massagen, entspannende Bäder und Naturschlickpackungen. Erleben Sie reinigende Seifenschaummassagen und sanfte Peelings auf dem heißen Stein für ein rundum Wohlfühlerlebnis.

Oder gönnen Sie sich während Ihres Urlaubs einen besonderen Tag im Gezeitenland. Erleben Sie einzigartige Tagespakete, einschließlich Massagen, Bäder und Entspannungszeit, allein oder zu zweit. Ein Arrangement, wie das „Friesische Ambiente“, bietet beispielsweise zwei Aroma-Ganzkörpermassagen und eine Friesische Rasul-Zeremonie für zwei, einschließlich Tagesaufenthalt im Gezeitenland und Saunabereich.





## SHA-LIEGE

Die Sha-Liege ist eine multisensorische Klangliege, die durch das einmalige Zusammenwirken von Farbe, Form und Licht mit Klang, Vibration und Wärme einen Zustand tiefster Entspannung hervorruft. Unser schönes Ensemble umfasst zwei Liegen und bietet sich für eine gemeinsame Entspannung an.

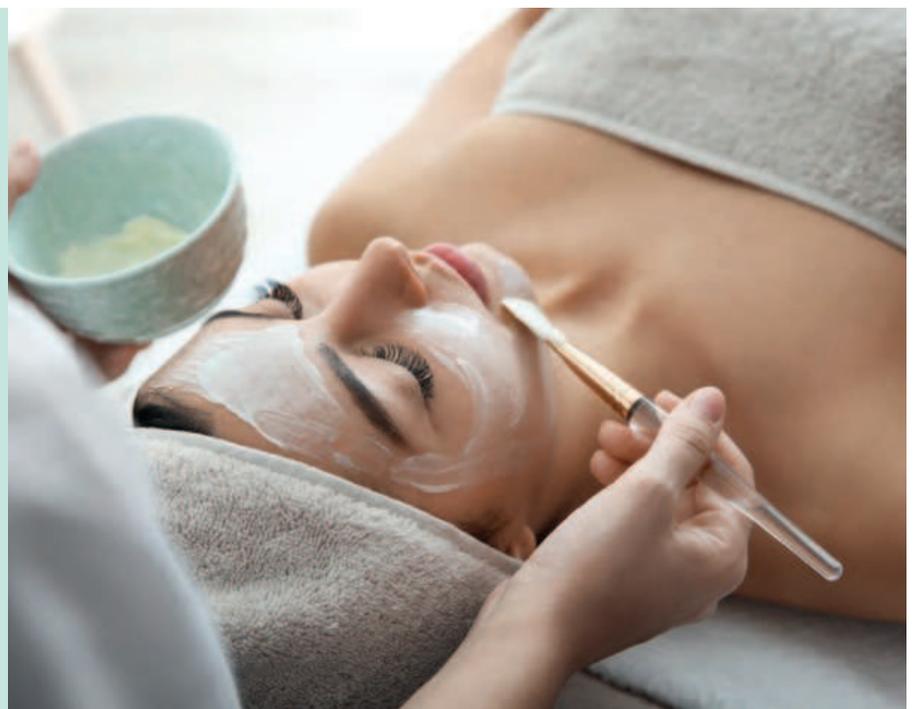
## KAISERBAD-SUITE

Das Zentrum der Kaiserbad-Suite ist die luxuriöse Bronzewanne. Mit einer gemütlichen Kuschelecke, einem Sitzbereich und einer optional nutzbaren Massagebank bietet sie viel Platz für gemeinsame Verwöhneinheiten.



### **BIOMARIS: INSTITUT FÜR ANGEWANDTE MEERESKOSMETIK**

Angeschlossen an das Gezeitenland befindet sich das Institut der Familie Natrup, die ihren Schwerpunkt auf die Meeresheilkunde gelegt hat. Dabei haben sie sich auf klassische Gesichtsbearbeitungen spezialisiert, die unter anderem Peelings, Masken, Augenbrauenkorrekturen und Gesichtsmassagen einschließen. Zusätzlich werden Wohlfühlbehandlungen für den ganzen Körper angeboten.



## SAUNA

Sauna mit Aussicht: Saunieren Sie mit Blick auf die Nordsee, bei Temperaturen zwischen 60 und 90 Grad Celsius. Angeschlossen an die große Saunalandschaft des Gezeitenlandes finden Sie ein großzügiges Saunadeck, auf dem Sie sich mit einem Fruchtcocktail in der Hand gelassen zurücklehnen und die grandiose Aussicht genießen können.

### DIE 4 VERSCHIEDENEN SAUNATYPEN

#### › PANORAMA-SAUNA

Schwitzen mit atemberaubender Aussicht auf Dünen, Nordsee, vorbeifahrende Schiffe, Seehundsbank und Sonnenuntergänge!

#### › AROMA-SAUNA

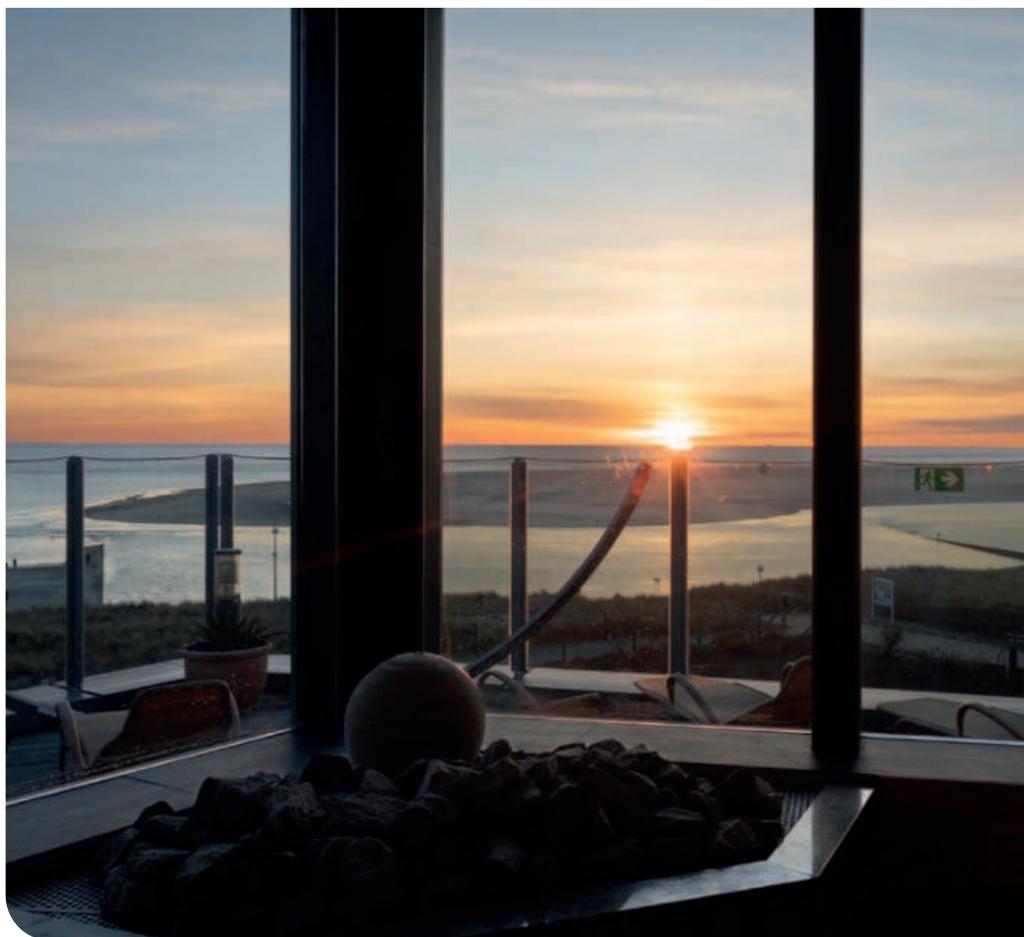
Aromen unterschiedlicher Kräuter und Früchte und ein Farbwechsel-Sternenhimmel sorgen für eine einmalig entspannte Atmosphäre.

#### › AUFGUSS-SAUNA

Mit einem großartigen Rundumblick aus acht Bullaugen werden zu jeder vollen Stunde abwechslungsreiche Aufgüsse zelebriert.

#### › DAMPFBAD

Bei 45 Grad Celsius und gesättigter Luftfeuchtigkeit hüllen mystische Nebelschwaden die Dampfkammer ein und sorgen für Tiefenentspannung.



## FAUTPADJE

Aktivieren Sie Ihre Fußsohlen auf dem 20 Meter langen Fautpadje, dem Fußreflexzonen-Pfad auf der Sonnenterasse des Gezeitenlandes und spüren Sie die besonderen Effekte zur Normalisierung gestörter Regelkreise des eigenen Körpers. Unsere Füße sind oft stark belastet und brauchen daher

besondere Entspannung und Pflege. Der Fautpadje aktiviert und sensibilisiert die verschiedenen Zonen Ihrer Füße und Ihres Körpers und bietet Ihnen auf seiner Länge viel Entspannung - inklusive spektakulärem Blick auf die Seehundsbank.





## FITNESS & FITNESS- KURSE ZU WASSER UND ZU LAND

Bleiben Sie in Form und erhalten oder steigern Sie Ihre Fitness: Ein 500 Quadratmeter großes Fitnessstudio bietet alles, was das Sportlerherz begehrt, modernste Ausdauergeräte von Laufbändern und Steppern bis hin zu Ergometern, Balance-Trainern und einem gut ausgestatteten Bereich mit Kraftgeräten sowie für Freihanteltraining. Auf Wunsch stellen wir Ihnen gerne einen individuellen Trainingsplan zusammen.

Ob als Borkumer oder Gast, wir laden Sie herzlich ein, das vielfältige Kursangebot des Gezeitenlandes zu entdecken! Probieren Sie die verschiedenen Wassersportkurse aus und erkunden Sie das breite Kursprogramm unseres Fitnessbereiches. Die 45-minütigen Landkurse werden in zwei modernen Kursräumen angeboten. Dort können Sie sich im Indoor-Cycling, Bauch-Beine-Po-Training versuchen, Ihre Wirbelsäule stärken oder Yoga und Pilates üben. Bitte beachten Sie: Eine vorherige Anmeldung für die Kurs-Teilnahme ist unbedingt erforderlich!



## PHYSIOTHERAPIE

Erleben Sie Wohlbefinden: Das Gezeitenland hat neben einer breiten Palette an Wellness-Anwendungen auch ein umfangreiches Angebot an physiotherapeutischen Dienstleistungen mit erfahrenen medizinischen Fachkräften im Angebot. Im größten Therapiebereich von Borkum können Sie zwischen klassischen Massagen und verschiedenen therapeutischen Anwendungen wählen, dazu gehören auch die heilsamen Mittel von Borkum, wie Naturmoorpackungen, Meerwasser- und Schlickbäder oder Meerwasserinhalationen.

**Hier geht es zur Kursübersicht:**



# VITALITÄT

**ATMEN SIE TIEF DURCH UND LASSEN SIE DIE KRAFT  
DES MEERES AUF SICH WIRKEN.**





# IM GESPRÄCH MIT MEIKE THOMEN & HELENA VALATKA



**MEIKE THOMEN  
UND HELENA VALATKA  
KÜMMERN SICH BEIDE  
UM DIE GESUNDHEIT  
VON GÄSTEN UND  
EINHEIMISCHEN.**

**Moin Meike, moin Helena, ihr seid Ärztinnen auf Borkum. Euch gehört die allgemeinmedizinische Inselpraxis in der Bismarckstraße und seid hier eine von drei Arztpraxen. Ist auf einer Insel mit knapp 5.300 Einwohner denn der Bedarf überhaupt so groß?**

Ja, der Bedarf ist auf jeden Fall so groß. Wir denken sogar, dass die Insel ärztlicherseits unterversorgt ist. Zum einen spielt der „Bedarfsplan“ der Arzt-sitze eine große Rolle. Dieser bezieht

sich immer nach der Einwohnerzahl. Die Anzahl der Touristen oder Kur-gäste spielt dabei keine Rolle. Da sich aber die Anzahl, der sich auf Borkum befindenden Menschen gerade in den Sommermonaten auch mal versieben-facht, in Bezug auf die Einwohnerzahl, ist die medizinische Versorgung in der Saison schon eine große Heraus-forderung. Das heißt für uns oft 12-14 Stunden Tage plus die Abdeckung des ärztlichen Bereitschaftsdienstes in der

Nacht und am Wochenende. Hinzu kommt natürlich, dass es kaum Fachärzte auf der Insel Borkum gibt, somit sind wir oft der erste Ansprechpartner bei der Erstversorgung: vom Neugeborenen bis zur Sterbebegleitung, von augenärztlichen, chirurgischen, neurologischen, dermatologischen, pädiatrischen, HNO-ärztlichen und psychosomatischen Gesundheitsstörungen.

**Ihr kommt beide nicht gebürtig von Borkum, sondern seid nach dem Studium und einigen Jahren Berufserfahrung auf die Insel gekommen. Was war der Auslöser dafür, hier her zu ziehen?**

Der Auslöser war für uns beide eine Stellenausschreibung, auf die wir uns beworben und dann unseren Lebensmittelpunkt nach Borkum verlegt haben. Die Einzigartigkeit der Insel, die Natur, das Leben am Meer – wer möchte nicht dort leben, wo andere Urlaub machen? Allerdings sollte man sich ziemlich schnell von dem romantischen und idyllischen Klischee einiger Fernsehformate verabschieden: Als Inselärztinnen haben wir hier einen sehr arbeitserfüllten Alltag. In manchen Wochen sehen wir das Meer leider kaum. Trotzdem finden wir, Borkum ist der schönste Sandhaufen der Welt.

**Auf dem Schild an der Eingangstür steht „Kurärztin“. Was dürfen wir unter diesem Titel verstehen?**

Wir sind beide „Kurärztinnen“ bzw. „Badeärztinnen“. Genauer gesagt haben wir die Zusatzweiterbildung für Balneologie, die Lehre von der therapeutischen Anwendung natürlicher Heilquellen, Heilgasen, Peloiden wie zum Beispiel Schlick und Meerwasserinhalationen und medizinische Klimatologie, die Lehre der positiven Auswirkungen auf diverse Gesundheitsstörungen in Bezug auf die klimatischen Bedingungen Luft, Wind, Sonne und Regen sowie die Auswirkungen eines Klimawechsels auf das Immunsystem, erworben. Das heißt, dass wir die Gäste, die eine ambulante Kur auf Borkum machen, betreuen, Ihnen die ortsspezifischen Heilmittel verordnen können und je nach Gesundheitsstö-

rung beratend bei Klima- und Terrainkuren tätig sind. Ohne Kurärzte verliert ein Ort sehr schnell den Status „Kurort“.

**Der Begriff „Vitalität“ findet in den Medien immer mehr Beachtung, viele Menschen möchten bewusster leben. Ist Borkum eine „Vitalitätsinsel“? Lässt es sich hier „bewusster“ leben?**

Vitalität steht für Lebenskraft, Gesundheit und Energie. Selbstverständlich spielen auch Faktoren wie Umwelteinflüsse eine große Rolle. Ein Aufenthalt auf Borkum kann das Immunsystem stärken. Wer sich oft müde und erschöpft fühlt, kann auf jeden Fall von einem Aufenthalt auf Borkum profitieren.

**Als Ärztinnen habt ihr anstrengende Arbeitstage und seid mit Menschen in Kontakt, denen es nicht gut geht. Was unternimmt ihr auf Borkum, um eure Akkus und Energiereserven wieder aufzuladen und in die nächste Woche starten zu können?**

Ehrlich gesagt ziehen wir uns an den wenigen freien Wochenenden oft zurück, genießen die Ruhe in der Natur abseits der belebten Plätze und machen lange Spaziergänge am Strand, am Hafen oder in der Greunen Stee mit unseren Hunden. Abgrenzbarkeit spielt dabei eine große Rolle, denn so sehr wir unseren Beruf auch lieben, es kostet uns doch einige Kraft, unsere Privatsphäre zu schützen und auch einfach mal auszuspannen. Trotzdem versuchen wir in jeder freien Minute das Inselleben zu genießen.



## HELENA & MEIKE

### ENTWEDER ODER?

- Bali  Borkum  
Helena: Bali darf es auch mal sein,  
Meike: Borkum
- Ostland  Stadt  
Mit Ostland sind wir uns sofort einig!
- Sonne  Schietwetter  
Mit Sonne auch!
- Schwimmbad  Meer  
Meer natürlich!!!
- Cocktail  Bier  
Hmmm... Cocktails für die Damen!
- Fisch  Fleisch  
Helena: Fisch  
Meike: Fleisch
- Windbeutel  Torte  
Klarer Favorit!
- Nordstrand  Südstrand  
Beide Nordstrand
- Fahrrad fahren  Spazieren gehen  
Spazieren gehen (mit den Hunden)!
- Leuchtturm Neu  Leuchtturm Alt  
Helena: Neuer Leuchtturm  
Meike: Alter Leuchtturm

# VITALITÄT – DIE KRAFT DER NATUR

**Borkum bietet die perfekten Voraussetzungen für Thalasso-Therapien. Die Kombination aus Hochseeklima, Meeresalgen und Schlick aus dem Wattenmeer, angereichert durch die heilende Borkumer Sonne, bietet hervorragende Behandlungen zur Förderung der körperlichen Gesundheit und seelischen Ausgeglichenheit.**



## „ALLES LEBEN STAMMT AUS DEM MEER.“

Dieses Wissen war dem griechischen Arzt Hippokrates bereits vor 2.000 Jahren bekannt. Dass schon 3.000 Jahre vor Christus in China Algen zur Behandlung von Schilddrüsenerkrankungen verwendet wurden, wusste er jedoch nicht. Erst im 18. Jahrhundert erkannte der britische Arzt Richard Russel die heilende Kraft der Algen bei Hauterkrankungen. Die „Thalasso-Therapie“, benannt von dem französischen Arzt La Bonnadière und abgeleitet von den griechischen Wörtern „thalassa“ (das Meer) und „therapeia“ (die Pflege), zeichnet sich durch die heilende Wirkung des Meerwassers aus.

Das Meer dient somit als natürlicher Partner für das physische und psychische Wohlbefinden des Menschen. Die Thalasso-Therapie, die heute eine beeindruckende Symbiose aus kosmetischen und medizinischen Praktiken darstellt, fördert den Stoffwechsel, die Durchblutung, stärkt das Immunsystem und reduziert Stress, während sie Wohlbefinden und Entspannung steigert. Eine einwöchige Thalasso-Therapie kann zudem bei der Entgiftung und Gewichtsreduktion helfen.

Ob man sich einfach verwöhnen lassen, Krankheiten vorbeugen oder gesundheitliche Probleme lindern und heilen möchte – Thalasso bietet die Möglichkeit. Besonders auf Borkum ist Thalasso leicht zugänglich. Das heilsame Hochseeklima der Insel, reich an Jod und arm an Pollen, trägt bereits bei Spaziergängen entlang der Brandung oder Radtouren durch die Dünen zur Gesundheit bei. Ein individuelles Training an den sieben Outdoor-Geräten des Thalasso-Bewegungsparcours ist ebenfalls möglich.

## THALASSO-REGION

Das im Oktober 2017 verliehene Siegel als Thalasso-Region konnte erfolgreich durch die hohen Qualitätsstandards der Inselangebote, der Partnerbetriebe und des Gezeitenlandes – Wasser & Wellness rezertifiziert werden. Außerdem konnten das Insel- und Strandhotel „VierJahresZeiten“, das Strandhotel „Hohenzollern“ und das Inselhotel „Rote Erde“ Thalasso-Partnerunterkunft werden. Das gesunde Reizklima sowie besondere Gäste-Angebote in bester Qualität und hervorragendem Service können Sie im Gezeitenland und den Partnerbetrieben hautnah erleben. Informieren sie sich gerne unter:

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

## THALASSO-BEWEGUNGSPARCOURS

Für diejenigen, die in der Natur aktiv sein möchten, gibt es den Thalasso-Bewegungsparcours. Dieser Parcours für Jung und Alt befindet sich direkt an der Oberen Promenade. Mit den Einführungs- und Stationstafeln auf dem Gelände können Sie Ihren eigenen Übungsplan entwickeln. Es stehen sieben Outdoor-Sportgeräte zur Verfügung, die Übungen in verschiedenen Schwierigkeitsstufen, möglichen Wiederholungen und Trainingszeiten ermöglichen.





# EIN ORT FÜR GESUNDHEIT UND NATURERLEBNISSE



**Die Geheimformel für anhaltende Gesundheit auf Borkum lautet einfach: Meer, Wind und Sonne. Wer eine Woche Urlaub auf dieser Nordseeinsel verbringt, stärkt seine Atemwege und sein Immunsystem für das ganze Jahr.**

Borkum ist bekannt für seine besondere Luftqualität, die die Atemwege und das Immunsystem stärkt, da die Luft reich an Jod und Aerosolen und arm an Pollen und Allergenen ist. Besonders für Allergiker oder Menschen mit Atemwegsbeschwerden ist die Luft des Hochseeklimas deshalb wohltuend. Diese wirkt sich auch positiv auf Schilddrüsenerkrankungen, Störungen

des vegetativen Nervensystems sowie Herz- und Kreislauferkrankungen aus. Zudem gehört Borkum in Deutschland zu den Orten mit den meisten Sonnenstunden. Ein Spaziergang am Strand von Borkum beruhigt Geist und Seele. Mit jedem Atemzug spürt man die ersehnte Freiheit im Kopf und in den Lungen, während man feinste Meerwassertröpfchen einatmet, die eine schleimlösende Wirkung auf die Bronchien haben.

Auf Borkum gibt es acht verschiedenen Klimatherapiewegen mit einer Länge von vier bis elf Kilometern, deren positive Effekte man durch therapeutisch dosiertes Gehen genießen kann. Rund

ein Drittel der europäischen Bevölkerung ist von einer Allergie betroffen, weshalb die Europäische Stiftung für Allergieforschung (ECARF) das europaweit gültige ECARF-Qualitätssiegel eingeführt hat. Borkum erhielt diese Auszeichnung bereits im Jahr 2013 und zählt somit als erste allergikerfreundliche Insel Europas.

Passende Ferienangebote mit dem ECARF-Qualitätssiegel finden Sie unter [www.borkum.de/unterkunft](http://www.borkum.de/unterkunft).

Auf [www.borkum.de](http://www.borkum.de) gibt es zudem eine Karte mit allen zertifizierten Betrieben und Unternehmen unter dem Service-Punkt „Allergiker“.



## AMBULANTE BÄDERKUR

Borkum tut gut! Die Zauberformel für anhaltende Gesundheit lautet einfach: Meer, Wind und Sonne. Wenn Sie eine Woche Urlaub auf der Nordseeinsel Borkum machen, stärken Sie Ihre Atemwege und Ihr Immunsystem für das ganze Jahr. Seit 2022 wird die ambulante Kur wieder von den Krankenkassen übernommen, wenn medizinische Behandlungen von einem ortsansässigen Arzt verschrieben wurden. Ambulante Kuren sind Pflichtleistungen der gesetzlichen Krankenkassen. Jeder, bei dem eine medizinische Notwendigkeit vorliegt und bei dem die Maßnahmen nicht vor Ort zu Hause erbracht werden können, hat Anspruch darauf.

Eine Vorsorgekur soll Krankheiten verhüten, wenn die körperliche oder geistige Gesundheit bereits geschwächt ist. Die Kur dient dazu, Schlimmeres zu verhindern und hilft einem dabei, wieder richtig gesund und fit zu werden. Ihr Hausarzt kennt Ihre Krankheitsgeschichte genau und kann Ihnen bei der Erstellung des Kurantrages an

die Krankenkasse Hilfestellung leisten. Bei einer ambulanten Vorsorgekur, früher auch „offene Badekur“, kann sich der potenzielle Kurgast den Kurort und die Kureinrichtung aussuchen und seinen Aufenthalt im Ort selbst organisieren. Gemeinsam mit dem ansässigen Kurarzt werden dann die jeweiligen Anwendungen ausgewählt, dies können z.B. Schlickpackungen oder -bäder, Meerwasserbäder, Krankengymnastik oder Massagen sein. Eine Vorsorgekur dauert meistens um die drei Wochen. Die Krankenkasse übernimmt die Kosten für die ärztliche Behandlung und in der Regel 90 % der Kurmittelkosten. Zu den übrigen Kosten wie Unterkunft, Verpflegung, Fahrtkosten und Gästebeitrag (vormals Kurtaxe) kann ein pauschaler Zuschuss von Ihrer Krankenkasse gewährt werden. So kann ganz in Eigenregie neben der körperlichen Regeneration auch die Seele etwas Zeit für Erholung finden.

Weitere Informationen finden Sie im Flyer „Kur & REHA auf Borkum“, online auf [www.borkum.de/broschueren](http://www.borkum.de/broschueren).



## IN FÜNF SCHRITTEN ZUR KUR

**1** Um eine ambulante Kur von Ihrer Krankenkasse genehmigt zu bekommen, benötigt man einen Kurantrag bei der zuständigen Krankenkasse. Diesen füllt man gemeinsam mit dem Hausarzt aus. Wichtig: Borkum sollte schon hier als Wunschziel angegeben werden.

**2** Anschließend reicht man den ausgefüllten Kurantrag bei der Krankenkasse ein. Diese informiert die Antragsteller nach Rücksprache mit dem Medizinischen Dienst über die Art und Höhe der Kostenübernahme. Achtung: Dieser Vorgang kann längere Zeit in Anspruch nehmen.

**3** Genehmigt die Krankenkasse die Kur, übernimmt sie die Kosten der ärztlichen Behandlung und der Kurmittel (Badearzt, Massagen etc. abzüglich gesetzlicher Eigenanteile) sowie einen Zuschuss zu den übrigen Kosten (Unterkunft, Verpflegung etc.), der je nach Krankenkasse variieren kann.

**4** Für den reibungslosen Ablauf der ambulanten Vorsorgemaßnahme empfiehlt es sich, von zu Hause aus bereits einen Termin in der gewünschten Kurarztpraxis auf Borkum für den Kurbeginn abzusprechen.

**5** Die Kurarztpraxis betreut die Patienten während der gesamten ambulanten Vorsorgemaßnahme.

# SAISON DER SINNE - EINE LIEBESERKLÄRUNG

Borkum, eine Insel mit unendlichen Weiten. Wenn der Sommer den Zugvögeln in Richtung neuer Abenteuer gefolgt ist, bleiben der Duft der Meeresbrise, der Gesang der Möwen, der Wind, der mit den Haaren spielt, und das einzigartige Gefühl von Salz auf der Haut zurück. Zu dieser Zeit beginnt die „Saison der Sinne“, und mit dem ersten Schritt auf den Sand auch die Reise zu sich selbst. Ruhe, Entspannung und Entschleunigung sind oft die Motivation für einen Urlaub, der die Batterien unseres Körpers wieder aufladen kann. Deshalb ist ein Besuch auf der Insel Borkum genau das Richtige, wenn Körper und Geist danach verlangen. Das kann im Frühling oder

im Hochsommer sein, genauso aber im Herbst und Winter. Borkum ist zu jeder Zeit wie ein vertrauter Freund, in dessen Arme man entspannt versinken kann. Wenn man sich nach einem langen Strandspaziergang in der gemütlichen Stube bei einer heißen Tasse Ostfriesentee aufwärmt, weiß man genau, was damit gemeint ist.

Wie wäre es mit einer wohlig-warmen Auszeit im Thalassobad? Der Körper wird massiert, die Seele gestreichelt. Morgens verabschieden sich belastende Gedanken in den Wind der Nordsee, abends wadet man durch das Watt oder lässt Drachen steigen. Auf der Insel spürt man sich neu. Die Mö-

wen kreischen und zeigen, wie es geht: sich treiben lassen, über den Dingen schweben, die Welt aus einem neuen Blickwinkel betrachten. Und dann wieder abtauchen. Abtauchen in die wirklich wichtigen Dinge. Unvergessliche Erlebnisse schaffen, neue Erinnerungen gewinnen und persönlich wachsen. Das Gefühl für die Zeit verlieren, um Zeit für sich selbst zu gewinnen. Die Sinne wieder vollständig aktivieren - riechen, sehen, schmecken, hören, fühlen, tasten und sich im Gleichgewicht bewegen. Borkum bedeutet Ruhe. Nicht ohne Grund heißt es „Ruhig inmitten der Wogen“.





# KULTUR & TRADITION

TAUCHEN SIE EIN IN KULTUR, KUNST UND TRADITION DER INSEL BORKUM.





# IM GESPRÄCH MIT MANUEL PIETZNER



**MANUEL PIETZNER IST  
LEIDENSCHAFTLICHER  
„OLDTIMER“.**

**Moin Manuel, schön, dass du Zeit für uns hast. Du singst und das ziemlich gerne und sehr erfolgreich beim Shantychor „Oldtimer“. Wie bist du zu diesem besonderen Hobby gekommen?**

Moin!

Ich singe eigentlich Zeit meines Lebens schon gerne. Es ist ein fröhliches, forderndes und auch gesundes Hobby, dem man gut in einer Gemeinschaft nachgehen kann. Als ich nach Borkum kam, war der Wunsch zur Integration

in das Inselleben groß, das ließ sich somit gut mit dem Gesang/Hobby kombinieren. Seemannslieder und Shanties waren immer schon eine Vorliebe von mir, da drängten sich die „Oldtimer“ nahezu auf. Die Kontaktaufnahme war nicht schwer, ich wurde flott und freundschaftlich aufgenommen, und dann nahm das Singschicksal auch schon seinen Lauf!

**Eure Auftritte auf Borkum finden in der Regel im ausverkauften Haus statt. Bei Gratiskonzerten, zum Beispiel im Biergarten, muss das Publikum zeitig da sein, um einen Sitzplatz zu ergattern. Was glaubst du, macht die Besonderheit der Musikform „Shantys“ aus?**

Drei Dinge zeichnen unseren Chor, der durch sein bunt gemischtes Repertoire tatsächlich gar kein klassischer Shantychor ist, meiner Meinung nach aus: Vielfalt. Humor. Qualität.

Wir sind echte Originale und erarbeiten uns alles selbst, mit Fleiß und Spaß. Ich glaube, wir sind einfach ein moderner Shantychor mit vielen jungen Sängern, das kommt gut an und ist nicht angestaubt. Außerdem sind wir einer der wenigen vierstimmigen Shantychöre, für uns eine Herausforderung und für das Publikum bestimmt eine Bereicherung.

**Ihr gebt nicht nur Konzerte auf der Insel, auch die Besucher des Hamburger Hafenfestes durften sich schon über eine Gesangseinlage freuen. Ist es für euch ein Unterschied, ob ihr im Saal der Kulturinsel spielt oder auf einer der größten Veranstaltungen Deutschlands?**

Ja, das sind zwei ganz unterschiedliche Situationen: in der Kulturinsel erwarten das zahlende Publikum und auch wir selbst perfekte Unterhaltungsabende. Dafür proben wir viel und das ganze Jahr. Auf Großevents wie dem Hafengeburtstag unterstützen wir eher die Gesamtatmosphäre durch unsere Musik. Das macht natürlich auch viel Spaß und ist eine Ehre, zumal wir dort sogar Santiano von einer benachbarten Bühne gesungen haben. Aber vor Zehntausenden unter Hamburgs abwechslungsreichem freien Himmel zu singen ist natürlich ein tolles Erlebnis, das ich nicht missen möchte.

**Obwohl der Shanty-Chor „nur“ ein Hobby ist und ihr auch in normalen Berufen tätig seid, nimmt das Proben und die Vorbereitungen für die Auftrit-**

**te viel Zeit in Anspruch. Bleibt da noch genügend Zeit für ein Familienleben oder andere Hobbys?**

Ein ganz klares Jein! Wir setzen viel Zeit und Mühe in unsere Musik, kaum jemand kann sich vorstellen, was nebenbei noch so gemacht werden muss. Der Chor ist zumindest eine Zweifamilie und möchte ja auch optimal betreut und versorgt werden. Unsere Frauen unterstützen uns zum Glück dabei und geben den nötigen Freiraum, mal gern, mal zähneknirschend... Ein Hobby zum Ausgleich ist für mich die schöne Borkumer Natur, die ich gern am Wochenende genieße. Aber natürlich höre ich auch da neben dem Meeresrauschen manchmal Musik über Kopfhörer. Ich persönlich habe das große Glück, Familie und Chor optimal kombinieren zu können, denn mein Sohn Max singt zum Glück auch bei den „Oldtimern“ mit!

**In den Shantys besingt ihr die Liebe zum Meer und die Seefahrt - eure Heimat Borkum sozusagen. Was macht für dich persönlich Borkum aus?**

Borkum ist mein Heimathafen, mit einem festen Liegeplatz. Jeder, der die Insel liebt, weiß, wie es ist, nach einer Reise wieder zurückzukehren, egal, wie schön es in der Ferne war. Luft, Land, Leute: das ist Leben. Aber es ist klar, dass es auch hier die Mühen des Alltags nicht an einem vorbeiziehen. Auch auf einer Insel muss man sich ganz gut anstrengen, um nicht unterzugehen.

**Du hast einen freien Tag. Was unternimmst du, um richtig auszuspannen?**

Ich nutze vor allem die Geschenke der Natur, um einen schönen Tag zu genießen, am liebsten nach einem schönen Frühstück mit Frau und Miezekatze... Freie Tage werden aber natürlich auch genutzt, um für die „Oldtimer“ tätig zu sein. Das entspannt nicht immer perfekt, sorgt aber auch für Zufriedenheit, wenn man etwas geschafft hat.



## MANUEL PIETZNER

### ENTWEDER ODER?

- Bali  Borkum
- Ostland  Stadt
- Sonne  Schietwetter
- Schwimmbad  Meer
- Cocktail  Bier  Wein
- Fisch  Fleisch  Beides nicht
- Windbeutel  Torte
- Nordstrand  Südstrand
- Fahrrad fahren  Spazieren gehen
- Leuchtturm Neu  Leuchtturm Alt



# SO SCHÖN MAGISCH KANN GESCHICHTE SEIN

**Tradition, die begeistert: Ein Feuerschiff, Walkinnladen, ein Museum fürs Wasser, ein uralter Leuchtturm und ein Schienenbus namens „Schweineschnäuzchen“**

## **BORKUMRIFF: EIN SCHIFF ZUM STAUNEN UND HEIRATEN**

Dieses Schiff hat zahllose Leben gerettet! Bis zum 15. Juni 1988 sorgte das seit 1956 eingesetzte Feuerschiff BORKUMRIFF IV als bemannter, schwimmender Leuchtturm dafür, dass andere Schiffe frühzeitig gewarnt wurden vor den auch als Schiffsfriedhof bekannten Sandbänken des Borkumriffs

(53° 47' Nord 6° 22' Ost, etwa 30 Kilometer nordwestlich der Insel). Heute dient es als Nationalparkschiff sowie Museum im Nationalpark und des Unesco-Weltkulturerbes Wattenmeer. Auf dem etwa einstündigen Rundgang mit Führung lernt man Wissenswertes über das Watt und über das 53,70 Meter lange und neun Meter breite Schiff mit 825 BRT kennen. Die Feuerhöhe betrug 20,50 Meter. Damit war das

Lichtsignal noch aus über 21 Seemeilen zu sehen. Wer auf der Suche nach einem ganz besonderen Ort für die Fahrt in den Hafen der Ehe ist, hat an jedem dritten Freitag im Monat dazu die Möglichkeit an Bord. Dafür steht das Standesamt in der eleganten Offiziersmesse an Bord des Nationalparkschiffes für Trauungen zur Verfügung. Informationen:

[www.feuerschiff-borkum.de](http://www.feuerschiff-borkum.de)

## **DAS DYKHUS: SO WAR ES AUF DER INSEL DER WALFISCHFÄNGER**

Wer im Kino Jurassic World gesehen hat, kann sich vorstellen, wie groß Skelette von Urzeitriesen ausgesehen haben müssen. Wenn man ein solches Skelett aber einmal in Realität sieht, dazu noch von einem tatsächlich existierenden Tier, dann ist das Staunen groß – bei großen und kleinen Besuchern. Wer es selbst erleben will, sollte während des Inselurlaubs das Borkumer Heimatmuseum „Dykhuis“ (Deichhaus) besuchen. Hier schwebt ein sechs Meter langes

Skelett eines Grindwales über den Besucherköpfen. Das Skelett und die Walfischknochen am Eingang sind Symbole für die lange Tradition der Insulaner als Walfischfänger. In liebevoller Kleinarbeit hat der Heimatverein eine wahre Schatzkiste an interessanten Exponaten zusammengetragen, um 300 Jahre Borkumer Geschichte lebendig zu machen. Dazu gehören unter anderem auch noch ein altes Seenot-Rettungsboot, ein Kapitänszimmer und besondere Schätze aus Münzen und wertvollem Strandgut. Informationen:

[www.heimatverein-borkum.de](http://www.heimatverein-borkum.de)





## MIT VOLLDAMPF ÜBER DIE INSEL

Sie ist die älteste und einzige durchgehend zweigleisige Schmalspurbahn Deutschlands - die Borkumer Kleinbahn. Borkum war 1888 die erste Ostfriesische Insel mit einer Eisenbahn überhaupt. Die ersten beiden Lokomotiven hießen „Moritz“ und „Melitta“. Ihnen folgte unter anderem von 1941 bis 1968 die Dampflok „Dollart“. Von 1978 bis 1995 fristete diese ihr Dasein als Denkmal im Kurpark. Ein eher unrühmliches Ende für ein solches technisches Meisterwerk. Darum wurde die alte Dame 1997 restauriert und mit moderner Technik ausgerüstet. Seitdem ist die 82 Jahre alte „Dollart“ unter dem Namen „Borkum III“ wieder im Einsatz - jetzt schon wieder seit 25 Jahren. Fahrten werden auch mit dem Wismarer Schienenbus „T1“ durchgeführt, wegen seines Designs auch liebevoll „Schweineschnäuzchen“ genannt. Heute gehören neun Lokomotiven und 39 Wagen zum Fahrzeugbestand. Sie befahren mit bis zu 50 km/h die 7,5 Kilometer lange Strecke zwischen dem Fähranleger und der Ortsmitte. Gemeinsam mit Omnibus-

## WASSER MARSCH: DER WATERTOORN

Der Watertoorn und das Elixier des Lebens. Der seit den 1970er Jahren außer Betrieb gestellte Watertoorn, erfuhr 2023 ein großes Comeback. Nach mehreren Jahren Planungs- und Bauphase, konnte endlich das Wassermuseum mit Ausstellungs- und Seminarräume öffnen. Ein von der Nordseeheilbad Borkum GmbH installierter Trinkwasserspender versorgt Gäste und Insulaner, Spaziergänger und Fahrradfahrer rund um die Uhr mit leckerem Borkumer Trinkwasser. Sehbehinderte Besucher können über ein Reliefmodell die Besonderheiten des Watertoorn ertasten, gehbehinderte Personen können mithilfe einer Begleitperson den Turm besteigen und mittels Headsets kommunizieren sowie sich via Bild und Ton die Ausstellung anschauen.

[www.watertoorn-borkum.de](http://www.watertoorn-borkum.de)

sen befördern die Züge pro Jahr rund eine Million Passagiere. Trasse und Fuhrpark werden seit 1993 vom Institut für Denkmalpflege Hannover als erstes mobiles Kulturdenkmal in Niedersachsen eingestuft. Ein Nostalgiezug, bestehend aus der Dampflok „Borkum II“ und sieben historischen Wagen, bietet die Möglichkeit, im „Kaiserwagen“ zu heiraten. Zum Urlaubsangebot der Borkumer Kleinbahn gehören Zug-Sonderfahrten, Inselrundfahrten mit dem Bus, Schiffsausflüge, Wattwanderungen und ein Fahrradverleih. Informationen:

[www.borkumer-kleinbahn.de](http://www.borkumer-kleinbahn.de)



## DE OLDE BAAS UND EIN VERZAUBERTER FRIEDHOF

Das „Dykhus“ wird überragt von „De Olde Baas“. Das ist das älteste Bauwerk Borkums, besser bekannt als „Der Alte Leuchtturm“. Er wurde 1576 zunächst als Landmarke für Seefahrer errichtet. Ab 1817 wurde er dann als Leuchtturm eingesetzt und war über 60 Jahre lang in Betrieb - bis zu einem verheerenden Brand 1879. Damals wurde sofort der Neue Leuchtturm errichtet, „De Olde Baas“ hatte seine Pflicht getan, wurde aber wieder instandgesetzt. Leider darf man ihn aus Brandschutzgründen nicht mehr besteigen, aber im Erdgeschoss zeigt die Ausstellung „Land der Entdeckungen“ die Ergebnisse archäologischer Ausgrabungen im Bereich des alten Borkumer Walfängerfriedhofs aus der Walfängerzeit des 18. Jahrhunderts. Auch er ist einen Besuch wert, mit seiner verzauberten Atmosphäre. Riesige, senkrecht aus der Erde ragende Walknochen und uralte Grabsteine liegen hier zwischen den mit Muschelsplitt gestreuten Wegen. Informationen:

[www.heimatverein-borkum.de](http://www.heimatverein-borkum.de)

## GESCHICHTE, DIE LEBENDIG BLEIBT

Der historische Kern von Borkum, rund um den Alten Leuchtturm, bewahrt die Erinnerung an die goldenen Zeiten des Walfangs. Walkinnladenzäune und Gräber erzählen die Geschichte einer Epoche, die der Insel im 18. Jahrhundert großen Wohlstand brachte und bis heute das kulturelle Leben prägt.

# FASZINIERENDE TRADITION UND VIEL MUSIK

Eine Insel voll Musik. Zum typischen Klang Borkums, der Sinfonie aus Wind und Wellenrauschen, kommen noch herrliche Konzerte direkt am Meer und unvergessliche Auftritte von Stargästen. Gästen und Borkumern wird auf der einzigartigen Insel voll Kultur ein bemerkenswertes Veranstaltungsprogramm geboten, das sich durch besondere Regionalität und persönlichen Charakter auszeichnet, ergänzt von traditionellen Festen und faszinierenden Bräuchen.



## EIN STÜCK OSTFRIESISCHE TRADITION

Vor dem Feiern sollte man eine gemütliche Auszeit mit Tradition nehmen. Wussten Sie, dass die Ostfriesische Teezeremonie ein Immaterielles UNESCO-Kulturerbe ist? Schon seit mehr als 300 Jahren ist Ostfriesland eine Teetrinkerregion. Pro Kopf werden rund 300 Liter Tee im Jahr getrunken. Die typische ostfriesische Teestunde oder „Teetjed“ ist immer ein besonderes Erlebnis während eines Borkumurlaubs. Zeit und Muße – und guter Tee sind Grundvoraussetzungen für eine

Teetjed, die meistens gegen 15 Uhr beginnt. Dann gehören noch unbedingt dazu: Porzellangeschirr („Teezeit to go“ ist einfach nicht möglich), ein kleiner Teelöffel, eine Teekanne mit Stövchen, Kluntje (Kandiszucker) und flüssige Sahne (keine Milch).





Up de Walvis

## DAS BORKUM-MUSICAL „UP DE WALVIS“

Die Trachtengruppe des Vereins „Borkumer Jungens e.V. 1830“ präsentiert schon seit mehreren Jahren mehrmals pro Saison das Musical „Up de Walvis“. Es zeigt eine bedeutende Epoche der Inselgeschichte. Denn das Stück taucht in die goldene Walfängerzeit ein und erzählt mit Trachten, traditionellem Tanz und ursprünglichem Liedgut spannende Geschichten von Piraten, Seemännern und mutigen Frauen. Die Handlung rankt sich rund um die Legende des gefürchteten Piraten „Der Schwarze Rolf“. Ein halbes Schiff auf der Bühne, ein ganzes Dorf oder ein vollständiges Schulzimmer werden in Maßanfertigung an die Bühne der Kulturinsel auf Borkum angepasst. Ein besonderer Abend für alle, die Borkum lieben!

## TYPISCH BORKUM: MAIBAUM ZU PFINGSTEN

Hier heißt er „Börkumer Maiboom“ und wird am Pfingstsamstag aufgestellt, weil die Vegetation einige Wochen hinter der des Festlandes zurückliegt. Der Baum symbolisiert den Einzug von Wärme, Fruchtbarkeit und Wohlstand, den Triumph des Frühlings über den Winter. Der Verein Borkumer Jungens organisiert das Maibaum-Aufstellen, welches von traditioneller Zeremonie und Auftritten der Trachtengruppe begleitet wird. Traditionell hat der „Börkumer Maiboom“ die Form eines Schiffsmastes. Im Baum ist ein Korb angebracht, in dem ein Hahn ausharren muss. Kräht er am Pfingstsonntag, wissen die Borkumer, dass eine gute Saison vor der Tür steht.



## SHANTY-CHOR „OLDTIMER“ BORKUM

„Frei wie der Wind“ haben sich früher die Seeleute oft gefühlt. So heißt auch ein mitreißendes Lied, das zum Repertoire des Borkumer Shanty-Chors „Oldtimer“ gehört. 1976 wurde der Chor gegründet. Seitdem nimmt er mit wohlklingenden Stimmen die Zuhörer mit auf Seereisen in ferne Länder. Die „Oldtimer“ sind einer der wenigen vierstimmigen Chöre in Deutschland. Gesungen werden klassische Shantys, irischer Folk und sowohl fröhliche als auch besinnliche Klassiker. Immer in Kombination mit einer unterhaltsamen Bühnenshow. So wird jedes Konzert zu einem einmaligen Erlebnis!

Informationen zu Terminen findet man unter: [www.borkum.de](http://www.borkum.de) und unter: [www.oldtimer-borkum.de](http://www.oldtimer-borkum.de)

## FEURIGES BRAUCHTUM

Osterfeuer haben auf Borkum eine lange Tradition. Die Vorbereitungen für die Borkumer Osterfeuer beginnen bereits kurz nach Neujahr.

Dann sammeln Kinder, Jugendliche und junge Männer die abgeschmückten Weihnachtsbäume der Borkumer ein. Am Karfreitag wird das gebunkerte Brennholz schließlich sorgfältig zu einem hohen Turm aufgestapelt und am Samstag vor Ostern entzündet. Ein feuriges Spektakel – bis heute!

**„WATT“ IS  
LOS AUF  
BORKUM?**





# DAT IS HIER LOS ...



Mittsommerzauber

## 05 | 2024 KLANGFARBEN BORKUM

Ein besonderes musikalisches Wochenende zu Pfingsten. Ob Tom Gaebel mit seinen typischen Big Band Sounds und Easy Listening, Jazz mit Schmackes Brassband oder groovige Beats vom DJ – zu Pfingsten gibt es zukünftig immer eine bunte Klang-Mischung.

## 06 | 2024 WEINFEST

Verschiedene Weingüter aus ganz Deutschland präsentieren an zahlreichen Ständen auf der oberen Strandpromenade ihre Weine. Begleitet wird das Weinfest von unterschiedlichen kulinarischen Angeboten und abwechslungsreichem Rahmenprogramm.



Weinfest

## 06 | 2024 MITTSOMMER-ZAUBER AM MEER

Kleine Überraschungsmomente mit verschiedenen Künstlern sorgen bei Groß und Klein für einen unvergesslichen längsten Tag des Jahres. Nehmen Sie Platz an unserer Picknicktafel unter freiem Himmel rund um den Musikpavillon und genießen Sie verschiedene Köstlichkeiten der teilnehmenden Promenaden-Gastronomen und Milchbuden.

**08 | 2024**

### **BEACH DAYS BORKUM:**

Die BEACH DAYS BORKUM vereinen Sommer, Sonne, Strand, Meer, Musik und Beachvolleyball der deutschen Spitze. Das Highlight ist ein Konzert am Strand – in den vergangenen Jahren waren schon Michael Schulte, Johannes Oerding, ebenso wie Max Giesinger und LOTTE sowie BOSSE auf Borkum zu Gast. Dieses Datum sollte man sich vormerken: 01. – 04. August 2024



**12 | 2024**

### **BORKUMER BLUES NIGHT:**

In der Blues Night zum Jahresende gibt eine renommierte Blues-Band ein Konzert in der Kulturinsel Borkum und bereitet den Besuchern einen unvergesslichen Abend kurz vor dem Jahreswechsel.



### **SPORTSTRAND BORKUM**

Am Nordbad wird es wieder sportlich – direkt an der Dünenkante wird ein abwechslungsreiches Sportangebot für jede Altersklasse und jedes Fitnesslevel angeboten. Das Programm besteht aus verschiedenen Fitness- und Gesundheitskursen und wird von professionell ausgebildeten Trainern geleitet.

Jede\*r kann mitmachen, die Kurse sind kostenfrei. Also raus aus dem Strandzelt und ab an den SportStrand.

**SportStrand Borkum – vom 26. Juni bis zum 01. August 2024.**



# AUSZUG TERMINE 2024

## JANUAR

26. Dezember 2023 - 03. Januar 2024

### LÜTTJE MARKT

Margarethe-Giese-Platz (Bouleplatz)

01. Januar 2024

### NEUJAHRSKONZERT EV.-LUTH. KIRCHE

Ev.-luth. Kirche

01. Januar 2024

### NEUJAHRSBADEN DER DLRG BORKUM

Nordstrand

04. Januar 2024

### SOLO PIANO-KONZERT BEI KERZEN- LICHT - MIT JOSEF BARNICKEL

Kulturinsel

## FEBRUAR

23. Februar 2024

### NIEDERDEUTSCHE BÜHNE

Kulturinsel

25. Februar 2024

### NIEDERDEUTSCHE BÜHNE

Kulturinsel

## MÄRZ

01. März 2024

### NIEDERDEUTSCHE BÜHNE

Kulturinsel

21. März 2024

### FALK - „LIVE & UNERHÖRT“ MUSIKKABARETT

Kulturinsel

28. März 2024

### KAMMERPHILHARMONIE KÖLN

Kulturinsel

## APRIL

02. April 2024

### PATRICK SALMEN „KEIN YOGA FÜR NAZIS“

Kulturinsel

03. April 2024

### PATRICK SALMEN - KINDERLESIONG: „DER GELBE KRANICH“

Kulturinsel

03. April 2024

### FRÜHLINGSMARKT LIONS CLUB BORKUM BANT FABRIA

Kulturinsel

13. April 2024

### MUSIK OHNE GRENZEN - KONZERT DES MUSIKZUGES DER FREIWILLIGEN FEUERWEHR

Kulturinsel

16. April 2024

### CHRISTIAN DE LA MOTTE „REALITÄT KANN JEDER“

Kulturinsel

27. April - 05. Mai 2024

### 78. ÄRZTETAGUNG DER ÄRZTEKAM- MER WESTFALEN-LIPPE

Kulturinsel, verschiedene Veranstal-  
tungsorte

27. April 2024

### ANSCHWIMMEN - DLRG BORKUM DLRG Vereinsheim „Middelhüsche“

## MAI

17. - 19. Mai 2024

### „KLANGFARBEN BORKUM - HIER SPIELT DIE MUSIK! - MIT TOM GAEBEL & HIS TRIO, POPUP KLAVIERKONZERT UND DEM TRADI- TIONELLEN LIONS-FRÜHSCHOPPEN MIT DER „SCHMACKES BRASSBAND“

Verschiedene Veranstaltungsorte

## JUNI

05. - 10. Juni 2024

### BORKUMER WEINFEST

Obere Promenade

11. Juni 2024

### CARA - IRISH MUSIC

Kulturinsel

21. Juni 2024

### MITTSOMMERZAUBER AM MEER

Untere Promenade

22. Juni 2024

### TAG DER MUSIK NIEDERLÄNDISCHES MUSIKFESTIVAL DER BLASORCHESTER

Kulturinsel

26. Juni - 01. August 2024

### SPORTSTRAND BORKUM 2024

Sportstrand am Nordbad

30. Juni 2024

### SOMMERFEST EV.-REF. KIRCHE

Ev.-ref. Kirche

## JULI

05. - 07. Juli 2024

### NWVV BEACHVOLLEYBALL TURNIER

Nordbad

07. Juli 2024

### SOMMERFEST EV.-LUTH. KIRCHE

Ev.-luth. Kirche

08. Juli 2024

### UP DE WALVIS - DAS BORKUM MUSICAL

Kulturinsel

11. Juli 2024

### AUSBILDER SCHMIDT - „UNKRAUT VERGEHT NICHT“

Kulturinsel

12. Juli 2024

### TAG DER OFFENEN TÜR BEI DER BORKUMER KLEINBAHN

Borkumer Kleinbahn

## JULI

13. Juli 2024

### WATERTOORN DAG

Watertoorn

12. - 14. Juli 2024

### NWVV BEACHVOLLEYBALL TURNIER

Nordbad

19. - 21. Juli 2024

### NWVV BEACHVOLLEYBALL TURNIER

Nordbad

20. Juli 2024

### TAG DER OFFENEN TÜR - BEI DER FREIWILLIGEN FEUERWEHR BORKUM

Freiwillige Feuerwehr

25. Juli 2024

### SECRET SUNSET SESSION

Der Spielort wird kurz vorher bekannt gegeben.

27. Juli 2024

### KAMPF GEGEN DIE GEZEITEN DER DLRG BORKUM

DLRG Vereinsheim „Middelhüsche“

27. Juli 2024

### STRANDFETE DES VEREIN BORKUMER JUNGENS E.V. 1830

Nordstrand, Höhe Borkumriff

## AUGUST

01. - 04. August 2024

### BEACH DAYS BORKUM

Nordbad

13. August 2024

### UP DE WALVIS DAS BORKUM MUSICAL

Kulturinsel

22. August 2024

### BORKUMER INSELGESCHICHTEN - VON BORKUM UND BORKUMERN

Kulturinsel

30. August - 01. September 2024

### ALThERREN TURNIER TUS BORKUM

TuS Borkum

## SEPTEMBER

03. September 2024

### HILDEGARD KNEF ABEND

Kulturinsel

07. September 2024

### BORKUMER MEILENLAUF

Promenade

10. September 2024

### JÜRGEN BECKER - „DEINE DISCO“

Kulturinsel

19. September 2024

### JENS-HEINRICH CLAASSEN - „OHNE LIEBE ROSTET NICHTS“

Kulturinsel

26. September 2024

### EINE BEGEGNUNG MIT HARALD JÜHNKE: „KEINE TERMINE UND LEICHT EINEN SITZEN“

Kulturinsel

## OKTOBER

07. Oktober 2024

### MURZARELLA - „BAUCHGESÄNGE ... AB IN DIE ZWEITE RUNDE“

Kulturinsel

10. Oktober 2024

### JAN VAN WEYDE - „WEYDER GEHT'S!“

Kulturinsel

12. - 20. Oktober 2024

### ZUGVOGELTAGE

Verschiedene Veranstaltungsorte

13. - 19. Oktober 2024

### LÜCHT UP BÖRKUM - BORKUMER LICHTWOCHE

Verschiedene Veranstaltungsorte

22. Oktober 2024

### ÖZGUR CEBE - „FREI“

Kulturinsel

24. Oktober 2024

### WILLIAM WAHL - „NACHTS SIND ALLE TASTEN GRAU“

Kulturinsel



### WO? WANN? WAS?

Wo, wann und was? Sie finden stets aktuell alle Events und Termine auf [www.borkum.de](http://www.borkum.de).  
(Änderungen und Ausfall vorbehalten)

## NOVEMBER

30. November 2024

### NIKOLAUSMARKT LIONS CLUB BORKUM

Margarethe-Giese-Platz (Bouleplatz)

## DEZEMBER

26. Dezember 2024 - 03. Januar 2025

### LÜTTJE MARKT

Margarethe-Giese-Platz (Bouleplatz)

29. Dezember 2024

### BLUES NIGHT

Kulturinsel

31. Dezember 2024

### OLLJAHRSSINGEN DES VEREIN BOR- KUMER JUNGENS E.V. 1830

Grundschule

31. Dezember 2024

### SILVESTERPARTY

Am Nordbad

### LÜCHT UP BÖRKUM



# NATUR

**OB ROBBERN AM STRAND, FISCHE IM WATTENMEER ODER ZUG-  
UND SEEVÖGEL IN DÜNEN UND SALZWIESEN - DIE EINZIGARTIGE  
FLORA & FAUNA DER INSEL BORKUM ERWARTET SIE.**





# IM GESPRÄCH MIT CLAUDIA THORENMEIER



**CLAUDIA THORENMEIER  
LIEBT DIE NATUR  
UND TEILT IHR WISSEN  
GERN MIT ANDEREN**

**Moin Claudia, deinem großen Interesse gilt die Natur, besonders die Borkumer Natur. Was hat dich an diesem Lebensraum so fasziniert?**

Seit den Inselurlaube in meiner Kindheit bin ich sehr gerne am Meer und auf Inseln. Speziell die Borkumer Natur bietet auf kleinem Raum verschiedene Landschaften mit unterschiedlichen Pflanzen und Tieren. Man hat unter anderem tolle Möglichkeiten Vögel zu beobachten und jeder Strandspaziergang bringt neue Funde.

**Du hast den Vorsitz beim Freundeskreis des Aquariums und bietest dort Führungen an, bist Buchautorin und hältst Vorträge.**

**Allein diese Tätigkeiten sind schon ein Fulltimejob. Wie bleibt da noch Platz für Familienzeit?**

Natürlich bleibt noch Zeit für die Familie! Meine drei Kinder sind inzwischen aber größer und gehen zunehmend eigene Wege. Früher waren wir aber oft alle zusammen in der Borkumer Natur unterwegs.

**Seit Juli 2023 hast du hauptberuflich die Stelle als Betriebsleiterin des Nordsee Aquariums angenommen. Woher kommt dein starkes Interesse an der Unterwasserwelt?**

Für mich waren Strandfunde schon immer spannend, weil das Meer hier Interessantes aus seiner Tiefe anspült. Ein kleiner Einblick also in die Unterwasserwelt, die man auch im Nordsee-Aquarium beobachten kann und die mich immer wieder mit ihren vielen unterschiedlichen Lebensformen, erstaunlichen Überlebensstrategien und wunderschönen Geschöpfen (Quallen, bunten Fischen, bizarren Seeigeln usw.) fasziniert. Deshalb habe ich mich auch während meines Biologie-Studiums mit Meeresbiologie auf Helgoland und in Wales befasst.

**Welche besonderen Herausforderungen siehst du in deiner neuen Position?**

Die Pflege der Aquarien und die Versorgung der Bewohner ist sehr aufwendig ebenso wie die Beschaffung neuer

Tiere und Pflanzen für die Becken. Da lerne ich gerade viel von Maria und Ihno Oetjens reichem Erfahrungsschatz aus ihrer jahrzehntelangen Tätigkeit im Aquarium.

Im Aquarium können wir Gästen und Borkumern einen Blick in die Unterwasserwelt rund um die Insel ermöglichen und sie für die Schönheit und den Schutz der empfindlichen Natur der Nordsee und des Wattenmeeres begeistern. Gerne würde ich weitere naturkundliche Angebote entwickeln, um das Wissen über die Natur zu fördern und der Ausbeutung und Zerstörung der Meere entgegenzuwirken.

**Du bist viel in der Natur unterwegs. Gibt es einen Ort auf Borkum, an dem du besonders gerne bist, an dem du abschalten kannst?**

Besonders gerne bin ich ganz im Osten der Insel unterwegs und genieße die weite, fast menschenleere Dünen-, Strand- und Salzwiesenlandschaft.



## CLAUDIA THORENMEIER

### ENTWEDER ODER?

- Bali  Borkum
- Ostland  Stadt
- Sonne  Schietwetter
- Schwimmbad  Meer
- Cocktail  Bier
- Fisch  Fleisch  Beides nicht
- Windbeutel  Torte
- Nordstrand  Südstrand
- Fahrrad fahren  Spazieren gehen
- Leuchtturm Neu  Leuchtturm Alt

# JUWEL DER NATUR

Die zauberhafte Insel Borkum lädt Sie ein, ihre unberührten Naturschätze zu erkunden. Von endlosen Sandstränden über atemberaubende Dünenlandschaften bis hin zu malerischen Wäldern bietet Borkum eine einzigartige Kulisse für Naturliebhaber und Erholungssuchende. Tauchen Sie ein in die faszinierende Tier- und Pflanzenwelt, die diese Insel zu einem wahren Paradies macht. Erleben Sie die unvergleichliche Magie des Juwels der Natur auf Borkum - Ihr perfekter Rückzugsort für unvergessliche Momente.





01

**WATTENMEER-PROMENADE:**

Einzigartige Aus- und Einblicke in das UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer. Beobachten Sie das bunte Leben in den Salzwiesen und dem Watt.



04

**TÜSKENDÖRSEE:**

Ein See auf einer Insel? Klingt ungewöhnlich, ist aber ganz normal. Der See ist ein beliebtes Ausflugsziel, um Zugvögel und Enten zu beobachten – oder einfach nur den Blick schweifen zu lassen.



02

**SEEHUNDSBANK:**

Direkt vor der belebten Promenade liegt die Seehundsbank mit seinen niedlichen Bewohnern, den Seehunden und Kegelrobben. Natur pur und das fast zum Greifen nah. Aber Achtung: Bitte ausreichend Abstand halten und die Seehundsbank nicht betreten!



05

**GREUNE STEE:**

Borkums Inselwäldchen wurde vor mehr als 100 Jahren vom Lehrer Anton Scharphuis angelegt – und entwickelte sich seitdem prächtig. Ein Spaziergang durch das Biotop lohnt sich immer und das tollste: Es liegt keine 200 Meter vom Meer entfernt.



03

**DÜNEN:**

Borkums Dünenlandschaft ist so vielfältig wie sie groß ist. Unternehmen Sie eine Fahrradtour oder einen Spaziergang durch diesen wunderbaren Naturraum.



06

**OSTLAND:**

Wer Freiheit atmen möchte, der sollte unbedingt den Weg ins Ostland wagen.



07

**HOOGHE HÖRN:**

„Hohes Eck“ – kein Name passt besser. Am nördlichsten Zipfel Borkums finden Sie die Ruhe und Abstand vom stressigen Alltag. Achtung: Die rund drei Kilometer von der Aussichtsdüne am Rosenbunker bis zum Hooge Hörn, sind nur sehr schwer mit dem Fahrrad passierbar.



08

**KIEKHÜTTE REEDEDAMM:**

Borkums „Kiekhütte“ ermöglicht eindrucksvolle Ausblicke auf die Salzwiesen und Wattflächen beiderseits des Reededamms. Je nach Tide locken z. B. große Trupps rastender Austernfischer, Brachvögel oder Brandgänse, die bis in die Salzwiese kommen.

# WEITE, WATT UND WELLEN VOR DER HOCHSEEINSEL

## BORKUMS EINZIGARTIGE NATUR

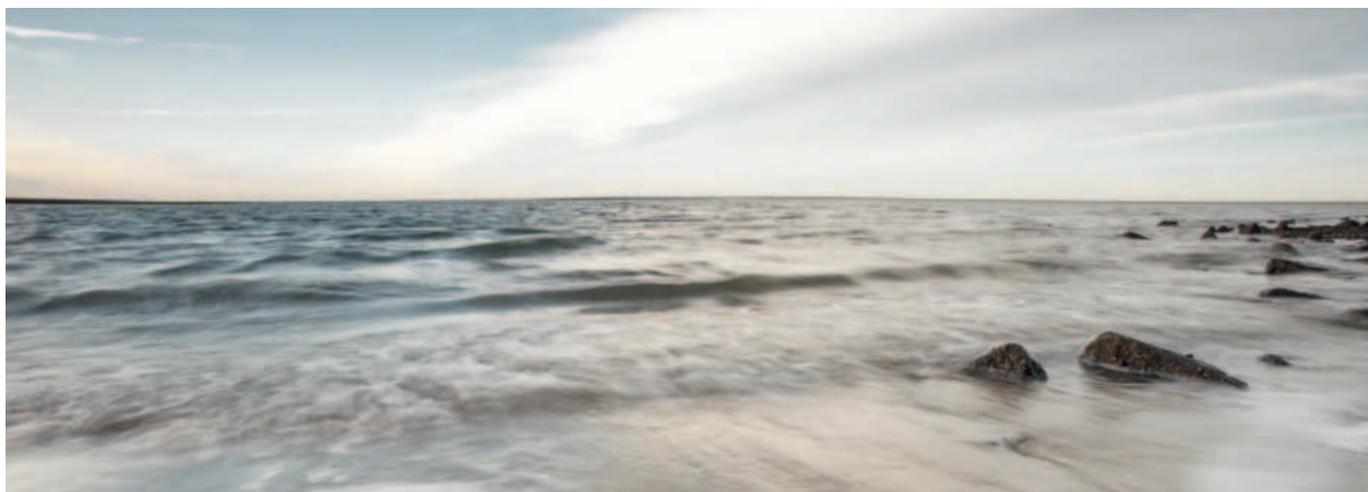
30 Kilometer entfernt von der deutschen Küste gilt Borkum als Hochseeinsel mit Hochseeklima. Dadurch ist die Luft besonders jodhaltig und pollenarm und deswegen sehr allergikerfreundlich. Die erstklassige Luft, die vielfältigste Landschaft und Flora und das Watt ergeben eine erholsame Kombination.

Weite, Watt und Wellen, salzige Luft, Möwengeschrei und sich auf Sandbänken sonnende Robben – Borkum hat alles, was eine Insel im Nationalpark Wattenmeer ausmacht. 81 % der Inselfläche gehören zu diesem Nationalpark. Mit 3.460 km<sup>2</sup> gilt Borkum als zweitgrößte Schutzgebiet Deutschlands.

Seit jeher ist Borkum auch ein Spielball der Nordsee, geformt von den Naturgewalten, von Wind, Meer und Strömung. Noch bis ins 19. Jahrhundert wurde Borkum bei Hochwasser in zwei Teile geteilt, sodass es unmöglich war, das Ostland trockenen Fußes zu erreichen.

Inzwischen ist das Naturparadies mit dem „Tüskendörsee“ ein beliebtes Ausflugsziel, das zu Fahrradtouren zur Steernklipp-Aussichtsdüne oder zum Ostende der Insel einlädt. Dort erstreckt sich ein ca. drei Kilometer langer Wanderweg, der durch herrliche Salzwiesen zur Hooge Hörn führt.

Hier hat man einen einmaligen Ausblick über die Nordsee und die Insel und kann die Vogelwelt des Ostlandes beobachten, besonders im Herbst an den Zugvogeltagen. Direkt vor dem Nordstrand liegt die Seehundsbank, auch als „Hohes Riff“ bekannt. Hier tummeln sich regelmäßig Seehunde und Kegelrobben und können bei Führungen in ihrem natürlichen Lebensraum beobachtet werden. In den letzten Jahren ist die Seehundsbank durch die natürliche Zufuhr von Sandmassen so stark angewachsen, dass sie die Badebucht am Nordstrand nahezu eingeschlossen hat.





# UNESCO- WELTNATURERBE WATTENMEER

## DER RANGER UND 10.000 ARTEN VON TIEREN UND PFLANZEN

Ebbe und Flut, Meer und Land, Wind und Sand, Süß- und Salzwasser treffen hier aufeinander und schaffen einen einmaligen Lebensraum. Die an das Biotop angepassten Pflanzen und Tiere sind oft ökologische Spezialisten – 250 davon sind sogar nur hier im Wattenmeer zu finden. Rund 10.000 Arten, darunter Zug- und Seevögel, Robben, Fische, Krebse, Weichtiere sowie verschiedenste Pflanzen zu Lande oder im Meer. Darum ist der Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer seit 2009 als UNESCO-Weltnaturerbe anerkannt. Es ist damit ebenso eine schützenswerte Naturstätte in der Welt, wie zum Beispiel das Great Barrier Reef in Australien und die Nationalparks Grand Canyon, Yosemite und Yellowstone in den USA.

Um den einmaligen Artenreichtum zu erhalten, sind 79 % der Inselfläche in

verschiedene Schutzzonen unterteilt. Der Ranger sorgt dafür, dass in den geschützten „Ruhezonen“ speziell in der Brut- und Setzzeit zwischen April und Mitte Juli, absolute Stille eingehalten wird. Hinweisschilder geben Aufschluss über die Art der Schutzzone in den Strandbereichen, also Ruhe-, Zwischen- oder Erholungszone. Auf den offiziellen Rad- und Wanderwegen, auf geführten Touren, von Vogelbeobachtungshütten aus und im Nationalpark-Infowagen kann man alles über die Natur erfahren. Die neu eröffnete Wattenmeerpromenade im Stadtteil Reede, bietet unglaubliche Aus- und Einblicke auf und in die Tier- und Pflanzenwelt des UNESCO-Weltnaturerbes, das Wattenmeer mit Tidenhub, freifallenden Wattflächen, Seegraswiesen, Muschelbänken und Prielen. Auf rund 900 Metern Promadenweg können

Besucher gemütlich spazieren und die Naturlandschaft genießen. Informationen zu regelmäßigen Führungen gibt es in der Tourist-Information und auf [www.borkum.de/veranstaltungen](http://www.borkum.de/veranstaltungen)

Nationalpark  
Wattenmeer





# DIE WANDERUNG DER SEEHUNDSBANK

## DAS HOHE RIFF RÜCKT IMMER NÄHER



Wie heißen die Gäste auf Borkum mit den hübschesten Augen? Richtig: Heuler. Das sind die kleinen Babys der Seehunde, die man besonders gut im Juli und August auf dem Hohen Riff sieht. Das Hohe Riff ist die Sandbank vor Borkums Nordstrand. Jahr für Jahr kann man die Seehunde und ihre Nachkommen und auch die riesigen Kegelrobben, nicht nur bei Niedrigwasser besser sehen – sogar schon von der Uferpromenade aus. Das ist nicht wirklich eine gute Nachricht, denn Nordseewellen und vor allem der starke Westwind sorgen dafür, dass die Sandbank langsam aber stetig ans Festland herangeschoben wird. Das Hohe Riff: eine Sandbank – vom Winde verweht. Zunächst ein wichtiger Hinweis: Wandern Sie niemals allein zum Hohen Riff. Der Besuch der rund 200 Seehunde und Robben – mit viel Abstand – ist nur mit Führungen

erlaubt, entweder zu Fuß oder mit einer Kutsche. Das Anfassen der wilden Tiere oder sogar das Füttern sind streng verboten. Es grenzt schon an ein Wunder, dass sich die scheuen Tiere an den regelmäßigen Besuch auf Abstand gewöhnt haben. Ein Wunder der Natur ist es auch, wie sich die Umrisse Borkums, vor allem die der Strände, im Laufe der Jahrhunderte geändert haben.

Dieses Naturwunder hat eine Erklärung. Die hohe Dynamik der natürlichen Verlagerung von Sedimenten gehört zu den Kerneigenschaften des Wattenmeers. Die Erklärung ist daher dramatisch, aber einfach: Die Insel ist ein Spielball der Nordsee. Sie wird von Wind, vom Meer und von Strömungen geformt. Neben Nordwestwind und Sturmfluten nagen dabei vor allem die starken Nordseeströmungen an

den Westköpfen der Insel und spülen den abgetragenen Sand nach Osten. Demzufolge erhielt die Nordseeinsel Borkum ihr hufeisenförmiges Aussehen im Laufe vieler Jahrhunderte durch die Ebb- und Flutströmungen im Mündungstrichter der Ems, die Sandmassen an manchen Stellen abtrugen und an anderen wieder anspülten. Verschiedene spektakuläre Funde zeugen davon, dass es neben dem heutigen alten Dorfkern noch weitere frühzeitige Siedlungen gegeben haben muss, die aufgrund der Inselwanderung aufgegeben werden mussten. So weisen sie auf eine Besiedlung des Borkum Riffs, als auch auf eine Siedlung nahe des heutigen FKK-Strandes hin.



## **ENTWICKLUNG BADEFELDER**

Die Seehundsbank ist in den letzten Jahren immer näher an das Nordbad herangekommen und schließt zum Strand auf. Das macht die Beobachtung der Seehunde einfacher, das Baden aber umso schwieriger. Aufgrund der dynamischen Entwicklung wird jedes Jahr neu geprüft, wo die bewachten Badefelder ihren Platz finden können und so gibt es auf Borkum eine Mischung aus festen und mobilen DLRG-Stationen.

**Gut zu wissen:** Am Jugendbad gibt es bereits seit 2021 keine Station mehr.

Die regelmäßige Veränderung der Inselform hat zur Folge, dass auch der Hauptbadestrand ständig „wandert“. So ist auf alten Aufnahmen aus den 1920er- und 1930er-Jahren zu erkennen, dass die Brandung bis direkt unterhalb des Musikpavillons reichte und dort – anders als heutzutage – keinerlei Platz für Strandzelte oder Liegestühle bot. Da sich der Grad der Sandmassenwanderung nicht genau vorhersagen lässt, ist es gut möglich, dass sich der Hauptbadestrand nun wieder langsam in Richtung Südstrand bewegt.

Auch die Seehundsbank „Hohes Riff“ lag Anfang des 20. Jahrhunderts noch weit vor der Borkumer Küste. Aufgrund

von Sandmassenwanderung und Strömungen bewegte sie sich aber langsam auf die Insel zu und verband sich in den 1980er-Jahren endgültig mit ihr. Bis dahin waren Borkum und das Hohe Riff noch durch eine metertiefe Rille getrennt, die damals oft von Privatbooten oder Ausflugsschiffen befahren wurde. Durch die natürliche Zufuhr von Sandmassen ist die Seehundsbank in den vergangenen Jahren so stark angewachsen, dass sie die Badebucht am Nordstrand beinahe eingeschlossen hat. Alle wichtigen Informationen und historische Fotos zur natürlichen Veränderung der Inselstrände gibt es in der kostenlosen Borkum-Broschüre „Vom Winde verweht“.



# ZUGVOGELTAGE: WENN MILLIONEN GEFIEDERTE GÄSTE PAUSE MACHEN



Im Frühjahr und vor allem im Herbst machen rund zwei Millionen Vögel Rast im Naturpark Niedersächsisches Wattenmeer. Ganzjährig leben auf Borkum verschiedene Gänsearten sowie Hochseevögel, wie Sturmtaucher und Raubmöwen und Singvögel wie Ohrenlerchen und Gelbbrauen-Laubsänger. Löffler, Kornweihen und Sumpfohreulen gelten als besondere Bewohner der Insel. Niedersachsens größte Brutpopulation von Seeregenpfeifern liegt auf Borkum. Im Oktober gesellen sich an der niedersächsischen Nordseeküste und auf Borkum Tausende gefiederte Gäste aus dem hohen Norden dazu, wie die Watvögel (mit nur einem!), also den Knutts, Sanderlingen, Alpenstrandläufer, Kiebitzregenpfeifern, Meerstrandläufer, Austernfischern, Säbelschnäblern, Pfuhschnepfen, Rotschenkeln, Steinwälzern oder Goldregenpfeifer. Borkum liegt zudem auf

der Zugroute von Kurzschnabel- und Weißwangengänsen sowie Zwergmöwen. Eine große Anzahl an Ringelgänse rastet auf der Insel. Viele Vögel kommen an das Wattenmeer, um sich hier zu stärken, bevor sie den weiten Flug ab Mitte November in ihre Winterquartiere in Südeuropa und in Afrika antreten. Ein Teil der nordischen Gänse verbringt den Winter an der Küste oder auf den Ostfriesischen Inseln. Während manche Tiere ganzjährig auf der Insel sind, gilt dem Ostland besonders im Herbst Aufmerksamkeit. Wenn die Flut die Nahrungsflächen im Watt schluckt, sammeln sich die Zugvögel am Tüskendörsee und auf der Salzwiese im Vorland, um sich auszuruhen und darauf zu warten, dass die nächste Ebbe das Watt wieder freigibt. Dann ist es auch Zeit für die Zugvogeltage im Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer, die regelmäßig im Herbst

stattfinden. Sie bieten mit über 250 Veranstaltungen eine hervorragende Gelegenheit, den Vogelzug zu erleben. Es gibt Führungen, Lesungen, Vorträge, Gewinnspiele und Veranstaltungen für Kinder. Mehr zum Thema Zugvogeltage und -beobachtung finden Sie unter [www.zugvogeltage.de](http://www.zugvogeltage.de)

# zugvogeltage

12. – 20. Oktober 2024

Foto (Knutt): Ralph Martin

**16.**  
**ZUGVOGELTAGE**  
im Nationalpark  
Niedersächsisches  
Wattenmeer

## Vom Dollart bis zur Elbe – von Borkum bis Wangerooge:

Die Bedeutung des UNESCO-Weltnaturerbes Wattenmeer für den internationalen Vogelzug erleben – fachkundig, unterhaltsam, spielerisch, nachdenklich, kunstvoll, kompetent, kulinarisch. Veranstaltungsprogramm und ausführliche Informationen unter [www.zugvogeltage.de](http://www.zugvogeltage.de)



Nationalpark  
Wattenmeer  
NIEDERSACHSEN





# ABENTEUER WIE SAND AM MEER

**DIE NORDSEEINSEL BORKUM IST WIE EIN RIESIGER  
ABENTEUERSPIELPLATZ, AUF DEM ES IMMER ETWAS ZU ENTDECKEN GIBT -  
UND ZWAR FÜR JEDERMANN.**



# SPIELE, SPASS & ABENTEUER



## TRAMPOLIN

Hüpf-Spaß unter freiem Himmel bieten die zwei Trampolinanlagen am Nord- und Südbad. Auspowern und den Möwen entgegenspringen, das ist nicht nur etwas für Kinder.

Mit der unendlichen Fantasie der Kinder werden Borkums Strände, Dünen und Wälder sofort zum Abenteuerland und Piratenspielplatz.

Was eventuell noch fehlt, bietet das kunterbunte Ferien-Programm der Insel für die Kleinen und schon Größeren. Auf dem Abenteuerland Borkum, das eigentlich Deutschlands größter Sandbuddelhaufen ist, wird getobt bis das Sandmännchen kommt!



## GUTE LAUNE AM STRAND

Ganzjährig bietet das Strandanimations-Team eine Vielzahl von Bewegungsprogrammen an, um Körper und Geist zu beleben und Freiheit zu spüren. Wenn der Song „Move your Body“ erklingt, ist das der Start für eine aktive Strandzeit, sei es Yoga, Gymnastik oder ein Bauch-Beine-Po-Training. In der Hauptsaison unterstützen ergänzend für rund sechs Wochen Trainer des Sportstrandes am Nordbad, um zusätzliche Sport- und Spieloptionen anbieten zu können. In der Sommersaison lockt das Strandanimations-Team mit einem

vielseitigen Angebot, wie Strandsport und Wasserspiele, Burgbauwettbewerbe und Kindertänzen. Übrigens: Jeder Borkum-Besucher kann kostenlos teilnehmen! Im Winter steht ein ausgewähltes Animationsprogramm zur Verfügung. Über Schlechtwetteroptionen informieren wir Sie gerne vor Ort!



# EINE INSEL AUF DER INSEL

**Borkum ist ohnehin eine Spielinsel, aber wenn das Wetter einmal nicht mitspielt, können Schlecht-Wetter-Muffel ganz einfach die „Insel wechseln“.**

Auf der Spielinsel im offenen Spielbereich erwarten junge Gäste verschiedenste Bausteine sowie unsere Bobby-Car-Rennstrecke. Unser Bällebad-Schiff ist der Mittelpunkt des Bereiches, aber auch unser Kinderküchenbereich kann sich sehen lassen. Für pfiffige Tüftler gibt es eine große Kugelbahn, die selbst gestaltet werden kann. Und unsere Weykick-Tische laden zu spannenden Matches mit Eltern oder gegen neue Freunde ein. Mutige können sich am Hangelparcours austoben. Eine aktuelle Auswahl an Brettspielen kann auch entliehen werden.

Für unsere aller kleinsten Gäste haben wir einen gesonderten ruhigeren Bereich mit einem Krabbeltunnel und einer Mini-Rutsche.

Für unsere Jugendliche steht im unteren Bereich der Spielinsel zwei Tischtennisplatten, ein Airhockey und ein Tischkicker zur Verfügung, wo ihr gerne eure eigene Musik aufdrehen könnt.

In unserem Zockerraum könnt ihr euch an unserer Switch mit den gängigsten Spielen austoben. In unserem kleinen Kino bieten wir euch ein Rund-um-Sorglos-Paket an. Der Eintritt ist inklusive Popcorn und Trinkpäckchen. Unser aktuelles Kino-Programm findest Du hier: [www.borkum.de/spielinsel](http://www.borkum.de/spielinsel)

Für die Kreativen gibt es ein umfangreiches Bastelprogramm, wo zum Beispiel Pfeifenputzer-Tiere, Schlüsselanhänger, Perlenketten, Freundschaftsarmbänder oder Traumfänger gebastelt werden können. In diesem Jahr eröffnen wir auch unsere Keramikwerkstatt. Wir brennen dein Design-Objekt, wie Becher, Spardosen, Teller und Schlüssel, und Du kannst es beim nächsten Besuch abholen.

Unser kleiner Kiosk lädt mit Eis, Schlickersachen, kalten Getränken und Kaffeespezialitäten für die Eltern ebenfalls zu einem kurzen Stopp ein.



3D-Rundgang durch die Spielinsel



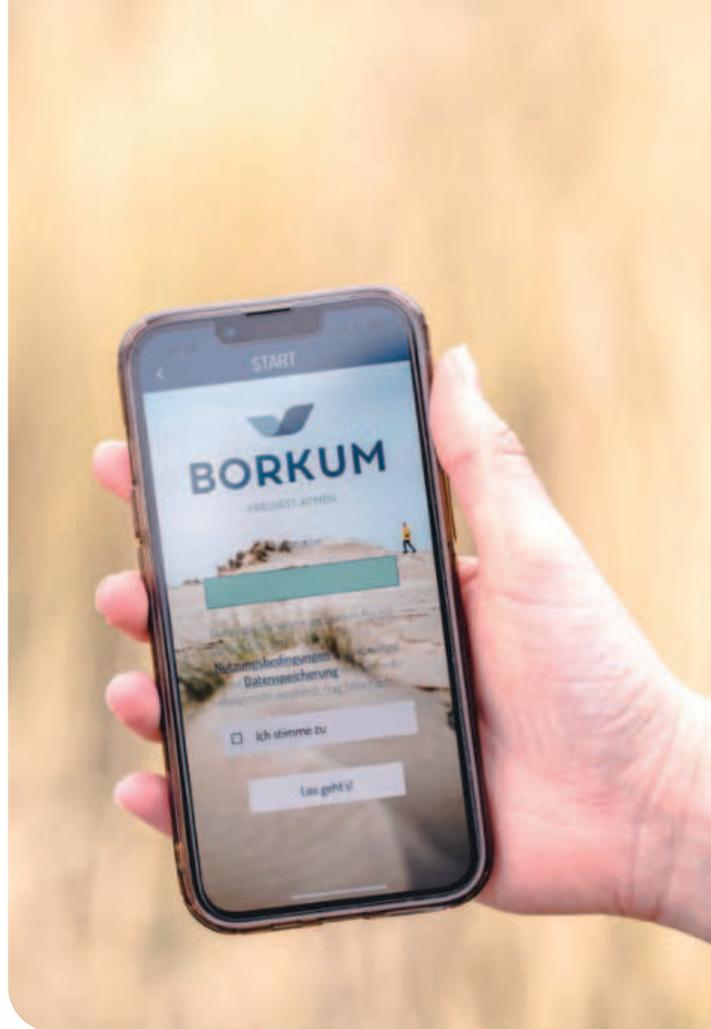
# APPSOLUT BORKUM

## ACTIONBOUND

Actionbound

Sie möchten die Insel Borkum erkunden und gleichzeitig etwas über die Kultur und Natur der Insel lernen? Das geht ganz einfach – Sie benötigen dafür nur ein Smartphone, die App Actionbound und einen Internetzugang.

Bei interessanten Fragen, lustigen Quizzen, wunderschönen Orten und großartigen Fotomotiven lernen Sie Borkums Natur und Kultur ganz neu kennen. Actionbound ist eine App, die kostenfrei in Ihrem AppStore heruntergeladen werden kann. Es werden Ihnen digitale Geocaching-Rallyes geboten – ob für Erwachsene oder Kinder. Alle unsere Bounds finden Sie beim Scannen des QR-Codes.



# SMARTES ENTDECKEN!



## SCHATZSUCHE 2.0



Geocaching ist eine moderne Schatzsuche – und eignet sich hervorragend dazu, die vielfältige Natur von Borkum zu entdecken. Mittels eines tragbaren GPS-Empfängers oder Smartphones müssen die „Schätze“ gefunden werden. Es handelt sich nicht um Schmuck und Edelsteine, sondern um kleine Dosen, die auf der Insel versteckt wurden und mithilfe von Koordinaten gefunden werden können. Weitere Informationen gibt es auf [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com) oder auch auf [www.opencaching.com](http://www.opencaching.com).

Für das Geocaching auf Borkum gibt es extra einen Flyer, erhältlich in der Tourist-Information oder auf [www.borkum.de/broschuren](http://www.borkum.de/broschuren).



## KOMOOT & OUTDOORACTIVE

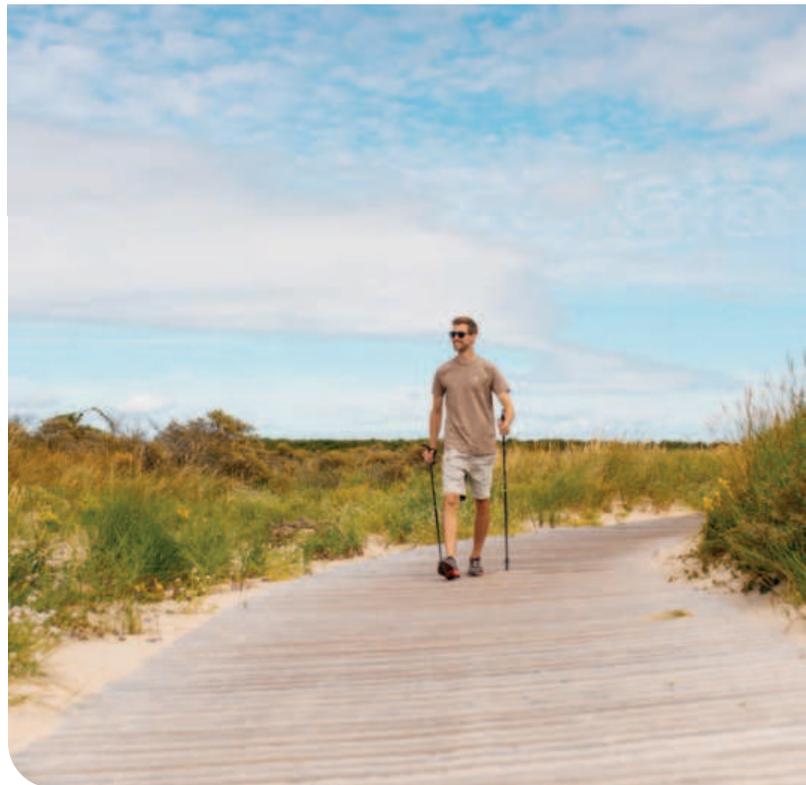
Entdecke Borkum auf eine völlig neue Art! Die Insel Borkum ist jetzt auf den beliebten Apps Komoot und Outdooractive verfügbar. Was bedeutet das für Sie als Gast? Navigieren Sie mühelos durch abwechslungsreiche Landschaften, traumhafte Naturpfade und entlang der Dünen. Egal, ob Sie ein erfahrener Entdecker oder ein neugieriger Neuling, ob ein Wanderer oder ein Radfahrer sind, diese Apps führen Sie zu den besten Aussichtspunkten, versteckten Orten und gemütlichen Plätzen auf der Insel – alles mit nur wenigen Fingertipps.



Komoot



Outdooractive

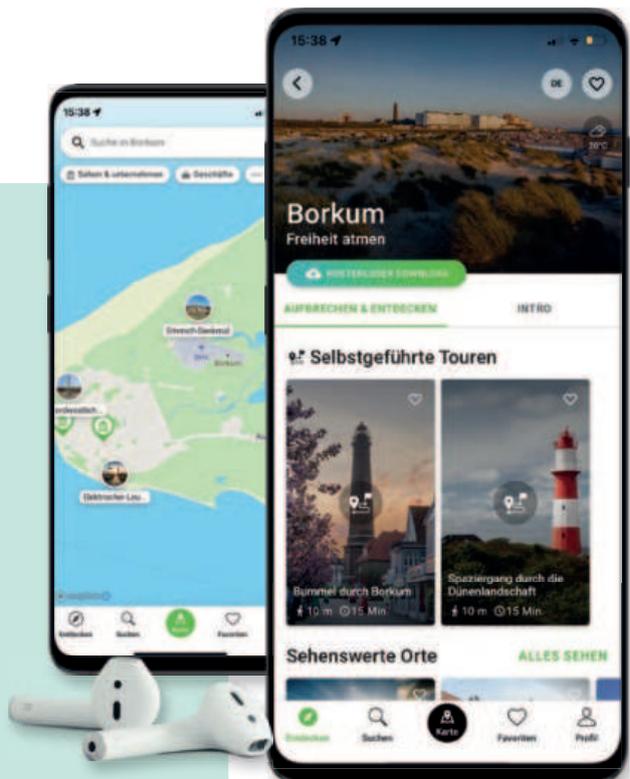


## SMARTGUIDE

SmartGuide ist Ihr persönlicher Reiseführer über Borkum. Verwandeln Sie Ihr Telefon in einen persönlichen Audio-Reiseführer, der Sie auf Ihren Entdeckungen begleitet, auch über Borkum hinaus in die Welt. Mit selbst geführten Touren, Audio-Reiseführer oder Stadtplan. Viel Spaß!



SmartGuide





## FREIHEIT ATMEN. UNTERWEGS AUF ERLEBNISROUTEN.

Auf Erlebnisrouten lernt man die Insel noch besser kennen. Auf über 130 Kilometer ausgebauten Rad- und Wanderwegen, vorbei an Dünenlandschaften, ruhige Wäldchen, kleine Süßwasserseen und Binnenweiden, kann die heilsame Luft, die atemberaubende Natur sowie die beeindruckende Tierwelt erlebt werden. Es wurden 10 Erlebnisrouten zusammengestellt, mit Strecken entlang der Leuchttürme, nach Duala, zum Hafen oder zum Ostland.

Ein Beispiel ist der Wal-Pfad, inspiriert an der Idee des Lehrpfadkonzepts, das man zum Beispiel von Naturschutzgebieten kennt. Schautafeln informieren über Borkums Geschichte als Walfänger-Insel sowie über verschiedene Wale. Die Route führt auch zur Hauptpromenade, vorbei am stilisierten Rücken eines Nordkaper-Wales, der neben dem Grönlandwal als einer der ersten Wale von Menschen gefangen wurde. Für Walfänger war er eine geeignete

Beute, da er ein langsamer Schwimmer war und viel „Material“, vor allem Speck für Tran sowie Barten lieferte.

Viel Spaß beim Spazieren oder Fahrradfahren, so wie Sie den „schönsten Sandhaufen der Welt“ am liebsten erkunden mögen.



## DER WALDLEHRPFAD

Zwischen Zentrum und Ostland liegt der rund drei Kilometer lange Waldlehrpfad. Auf lehrreichen Hinweisschildern am Wegesrand finden große und kleine Waldwanderer faszinierende Infos über die vielseitige Pflanzenwelt Borkums. Auf dem Waldlehrpfad ist man also nicht nur körperlich aktiv, sondern trainiert auch sein Köpfchen.

## BORKUMER WAL-PFAD

Die Idee hinter dem Wal-Pfad? Ganz einfach – das Wissen der Einheimischen und Gäste über die sagenhafte Historie und die Natur unserer Insel zu stärken. Das Ziel? Borkum soll auch in Zukunft, sprich 2030 und noch weit darüber hinaus, ein Ort sein, wo sowohl Insulaner als auch Inselbummler sich pudelwohl fühlen und am liebsten ewig verweilen würden.



## DER NEUE LEUCHTTURM

So neu ist der „Neue Leuchtturm“ eigentlich gar nicht mehr, schließlich weist er schon über 140 Jahre lang der nächtlichen Schifffahrt in der Ems-Mündung den Weg. Wer die 308 Stufen des 60 Meter-Kolosses auf sich nimmt, wird auf der Aussichtsplattform mit einem großartigen Panoramablick über Borkum, Meer, Nachbarinsel, Weltnaturerbe Wattenmeer und bei klarer Sicht sogar auf Teile des niederländischen Festlandes belohnt. Kleine Leuchtturm-Erklimmer erhalten für den erfolgreichen Aufstieg ein Leuchtturm-Diplom.



## ERLEBNISROUTEN

Mit über 130 Kilometern ausgebauten Rad- und Wanderwegen bietet die Nordseeinsel viel Platz zum Entspannen und Entdecken. Wir haben 10 Routenvorschläge für Sie zusammengestellt.

Die Broschüre gibt es in der Tourist-Information sowie online auf [www.borkum.de/broschuren](http://www.borkum.de/broschuren).



# ILLUSTRE BEWOHNER AUS DER NORDSEE



## NORDSEE AQUARIUM BORKUM

Von-Frese-Straße 46, 26757 Borkum

T 04922 933 744

[www.nordsee-aquarium.de](http://www.nordsee-aquarium.de)



Das Nordsee  
Aquarium im  
3D-Rundgang  
entdecken.

## **DIE NORDSEE VOR BORKUM IN 16 BECKEN**

Seit über 20 Jahren sorgt das Ehepaar Ihno und Maria Oetjen im Nordsee Aquarium dafür, dass Borkum-Besucher wissen, mit wem sie beim Baden in der Nordsee das Wasser teilen. Im Gebäude stecken viele Informationen und Entdeckungen, wie die 16 Becken, die Groß und Klein faszinieren. Die Nordsee ist eines der produktivsten Meere der Welt und beherbergt eine Vielzahl an Lebewesen – von winzigen Bakterien über Algen- und Fischarten bis hin zu den größeren Meeressäugern. Man lernt im Aquarium alles über die

Entstehung der Nordsee und des Wattenmeeres – und das in 16 thematisch unterschiedlich aufgebauten Becken. Das Nordsee Aquarium Borkum ist auch für seine erfolgreiche (Auf-)Zucht über die Seegrenzen Borkums hinaus bekannt. Vor allem im Nordsee Aquarium geschlüpfte und aufgezogene Kleingefleckte Katzenhaie können regelmäßig ausgewildert werden.



**PSSST: ZU DEN BEWOHNERN  
GEHÖREN UNTER ANDEREM ...**

Zu den Bewohnern gehören unter anderem Ohrenquallen, Katzenhaie oder Wellhornschnecken und ein Seewolf, Blaumäulchen, Haarbutt und Streifenbrasse, Franzosendorische, Dicklippige Meeräschen und der Kissenseestern, der vor Borkum heimische Hummer und die Seespinne. Zu den Strandkrabben gesellen sich auch Bastardmakrelen und die Koralle „Tote Mannshand“. Man braucht schon etwas Geduld, um alles zu entdecken.

Die Diversität der beheimateten und gezüchteten Tierarten im Aquarium ist groß und trägt aktiv zum Tierschutz bei. Exemplare von zum Teil stark bedrohten Tierarten konnten dabei schon ausgewildert werden und sind nun wieder in der Nordsee zu Hause, wie die Wellhornschnecke, die eigentlich als nahezu ausgestorben galt. Die unterschiedlichen Themenbecken zeigen das Watt, den Priel oder auch das Hafenbecken aus einem anderen Blickwinkel.

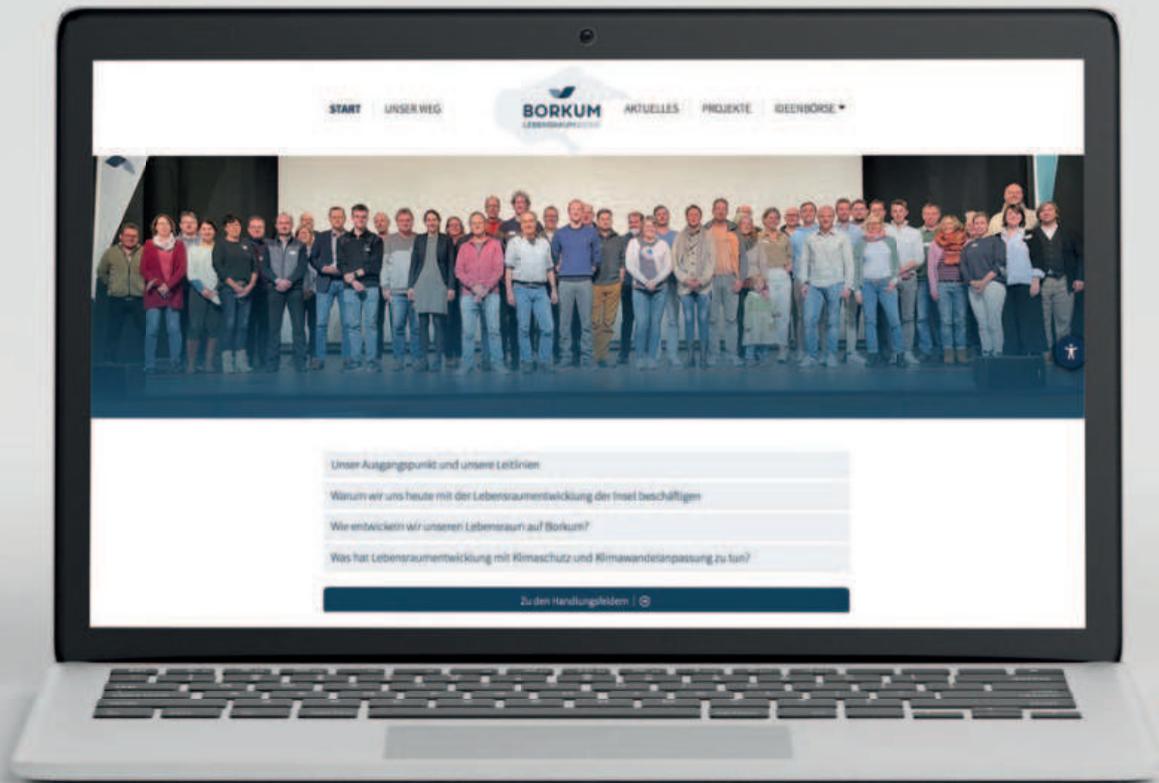
Auf der ganzen Welt wird am 8. Juni der „Tag des Meeres“ gefeiert. Auch im Nordsee Aquarium. Ob mit Bastelaktionen aus Meeresmüll, Rallyes für Jung und Alt durch das Aquarium oder Ausstellungen und Vorträgen von Greenpeace über den Klimawandel und die See. Auch auf Borkum wird der Tag ganz im Zeichen unserer Weltmeere stehen.



# LEBENSRAUM BORKUM







# LEBENSRAUM BORKUM

## EINE INSEL FÜR ALLE IM EINKLANG MIT DER NATUR

**Borkum ist eine einzigartige Insel. Das Besondere an ihr liegt in ihrer Vielfalt und in ihrer unvergleichbaren Natur. Das Hochseeklima unterstützt die Genesung von Gästen, welche Erholung suchen und zu jeder Jahreszeit bei uns willkommen sind. Wir Inselbewohner:innen haben unser Leben im Einklang mit den Besucher:innen und mit der Nutzung und der Pflege der Natur ausgerichtet. Das soll in Zukunft auch mindestens so bleiben und dabei noch verbessert werden. Darum wurde im Jahr 2022 das Leitbild „Borkum 2030+“ entwickelt. Auch für unsere Gäste und mit unseren Gästen.**



### **SCHON GEWUSST?**

in weniger als zehn Jahren soll die gesamte Energieversorgung Borkums klimaneutral erfolgen. Für die bisher gesetzten Maßnahmen wurde Borkum beim niedersächsischen kommunalen Klimaschutz Wettbewerb mit dem „Zukunftspreis Klima kommunal 2020“ ausgezeichnet. Wir Borkumer:innen haben uns zum Ziel gesetzt, die beiden Themen „klimaneutrale Insel“ und „qualitative Tourismusentwicklung“ gemeinsam und für alle verträglich und erfolgreich zu stemmen. Dieser Weg wird nicht einfach sein, und der Sanierungs- und Entwicklungsprozess des Stadt-Borkum-Konzerns wird seine Zeit beanspruchen. Doch dieser Weg ist notwendig und soll bis 2030 mindestens garantieren, dass Borkum CO<sub>2</sub>-neutral ist. Die Veränderungen, die unsere Heimat schützen und umweltgerecht entwickeln sollen, basieren auf dem Lebensraumkonzept „Borkum 2030+“, das verspricht, dass wir gemeinsam mit Ihnen, liebe Gäste, unsere Zukunft lebenswert gestalten.

Weitere Informationen:

[www.lebensraum-borkum.de](http://www.lebensraum-borkum.de)

Die Lebensqualität der Einwohner:innen und der Besucher:innen soll weiter erhöht, die wirtschaftlichen Effekte und die Wertschöpfung durch den Tourismus sollen weiter gesteigert werden. Dabei wird die CO<sub>2</sub>-Neutralität gewährleistet, insbesondere durch eine nachhaltige Energieversorgung und durch eine neue Definition der Mobilität auf der Insel. Dabei freuen wir uns darauf, dass die Stadt Borkum, die Nordseeheilbad Borkum GmbH und vor allem die Borkumer und die Feriengäste, Hand in Hand zusammenarbeiten. Visionen werden zu Plänen und Pläne werden zu Verbesserungen im dynamischen Alltag auf unserer Insel. Die Borkumer können stolz auf sich sein, denn in den letzten Jahren konnte vieles realisiert werden, was die Insel noch lebenswerter macht. Allerdings entwickeln sich viele Faktoren, die unseren Lebensraum beeinflussen,

schneller und anders als bisher vermutet wurde. Das Klima, vornehmlich im Umfeld der Hochseeinsel Borkum, wandelt sich schneller und leider nicht in eine positive Richtung.

Wir müssen etwas tun, wir haben keine Wahl. Unsere Vorfahren wussten mit Gefahren umzugehen, wenn es auf Walfangfahrt ging. Wir müssen heute lernen, mit anderen Ereignissen umzugehen. Früher ernährten uns die Wale, heute ist es vor allem der Tourismus. Verlangt wird eine neue Geschwindigkeit der Transformation der Energieversorgung und des Umweltschutzes. Die touristische Nachfrage steigt weiter. Leider fehlen ausreichend Fachkräfte im Tourismus und im sonstigen Gewerbe. Um die Insel auch für sie attraktiv zu machen, fehlt oft genug die wirtschaftliche Basis zur Gestaltung eines attraktiven Lebensraumes.



Das Lebensraumkonzept „Borkum 2030+“ versucht diesen Bedürfnissen und Anforderungen der unterschiedlichen Beteiligten eine gemeinsame Ausrichtung zu geben. Es gilt, auf die vielfältigen klimatischen und wirtschaftlichen Veränderungen Antworten zu finden. Die Zukunftsvision für Borkum stellt eine nachhaltige Entwicklung der Insel in den Mittelpunkt. Obwohl der Tourismus die wirtschaftliche Lebensader der Insel bildet, um-

fasst ein wirksamer, partizipativer Prozess zur Lebensraumentwicklung die wesentlichen Aspekte des Lebens auf der Insel: Versorgung, Mobilität, Wohnen, Lernen, Arbeiten, Freizeit.

Es gibt sieben Handlungsfelder der Lebensraumentwicklung: Klimaschutz und Klimaanpassung, Städtebau und Infrastruktur, Gemeinwesen, Unternehmer und Betriebsinhaber:innen, Mitarbeiter:innen sowie Besucher:innen und Gäste.

# NACHHALTIGKEITS- PROJEKTE



## REALLABOR FÜR DIE ENERGIEWENDE

Borkum hat sich aufgrund seiner komplett vom Meer umgebenen Lage sowie der großen Erfahrung auf dem Gebiet der Erneuerbaren den Status eines Reallabors für die Erprobung von innovativen Energietechniken erarbeitet.

So wurden und werden hier bahnbrechende Projekte durchgeführt, die dazu beitragen, die Energiewende auf die Zielgerade zu bringen.

### › **EU-PROJEKT NETFFICIENT**

Entwicklung eines virtuellen Kraftwerks, das eine intelligente Energiespeicherung möglich macht.

### › **INTERREG-PROJEKT H2WATT**

Verbesserung der Erzeugung, Speicherung, Nutzung sowie des Transports von Wasserstoff (konkretes Ergebnis: Errichtung der Wasserstofftankstelle am Schutzhafen).

## **KOMPETENZINSEL FÜR ERNEUERBARE ENERGIEN**

Bereits seit den 1980er-Jahren machen sich die Stadtwerke für die Erzeugung regenerativer Energien stark und fördern den Ausbau von Windkraft- sowie Photovoltaikanlagen.

Aktuell betreiben die Stadtwerke über die Windkraft Nordseeheilbad Borkum GmbH eine eigene Windkraftanlage am Schutzhafen (E66 der Firma Enercon), speisen die im Borkumer Solarpark erzeugte Energie ins Netz ein und fördern den Ausbau von Photovoltaikanlagen auf Borkumer Hausdächern. Insgesamt werden auf diese Weise jährlich etwa 14 Millionen kWh grüner Strom erzeugt und ins öffentliche Netz eingespeist.

Bei einem durchschnittlichen Stromverbrauch (3 Personen, 3.500 kWh/Jahr) können damit rein rechnerisch über 4.000 Haushalte versorgt werden.

In Zukunft soll auch grüner Wasserstoff eine größere Bedeutung auf Borkum gewinnen. Dieser wird im Rahmen einer Elektrolyse mit Hilfe regenerativer Energien hergestellt und verursacht nur geringe bis gar keine CO<sub>2</sub>-Emissionen. Schon heute findet sich am Schutzhafen eine Wasserstoff-Tankstelle, an der entsprechend betriebene Fahrzeuge aufgetankt werden können. Zudem zielt die Entwicklung darauf ab, schon bald auch die hiesige maritime Wirtschaft und ihre Schiffe mit grünem Wasserstoff zu versorgen.



## E-FUHRPARK

Borkum möchte bis 2030 klimaneutral sein. Um dieses Ziel gemeinsam zu erreichen, stellen die öffentlichen Einrichtungen sowie Borkumer Unternehmen nach und nach ihren Fuhrpark auf E-Mobilität um. So haben die Nordseeheilbad Borkum GmbH, die Stadt, die Polizei und die Ambulanz schon einige Elektrofahrzeuge in Betrieb. Aber auch die Borkumer Kleinbahn bestreitet zum Beispiel einen Teil ihres Fuhrparks mit elektrobetriebenen Bussen. Viele Borkumer Firmen wie der Inselbäcker oder die Ortshandwerkerschaft sind mit den ersten Fahrzeugen dabei, Tendenz steigend.

## CARSHARING

Eine Insel und Carsharing? Das passt! Die Stadtwerke Borkum unterstützen den Trend zur Elektromobilität durch das Carsharing-Modell „Elektro-Ahoi – Die Zukunft heißt teilen“. Im Rahmen des Projektes parken mittlerweile zwei Elektroautos der Marke Renault ZOE auf der Insel, die nach vorheriger Registrierung beliebig von Gästen und Insulanern über die App „Elektro-Ahoi“ genutzt werden können.

## MÜLLBOXEN

Bestimmt liegt Ihnen die Sauberkeit des Borkumer Strandes sehr am Herzen. Aus diesem Grund haben wir an verschiedenen Strandauf- und abgängen große Gitterboxen aufgestellt, in diese Sie Ihren oder gefundenen Müll entsorgen können. Nutzen Sie diese – Borkums Strände werden es Ihnen danken.

## STRANDASCHENBECHER

Für die Raucher unter Ihnen gibt es an der Tourist-Information handliche Metallboxen zu erwerben, die Sie als Strandaschenbecher nutzen können. Zusätzlich gibt werden bei den Strandzeltvermietern sowie in der Tourist-Information kostenlos Papp-Strandaschenbecher verteilt. Melden Sie sich gerne und helfen Sie mit, unsere Strände sauberer zu machen.



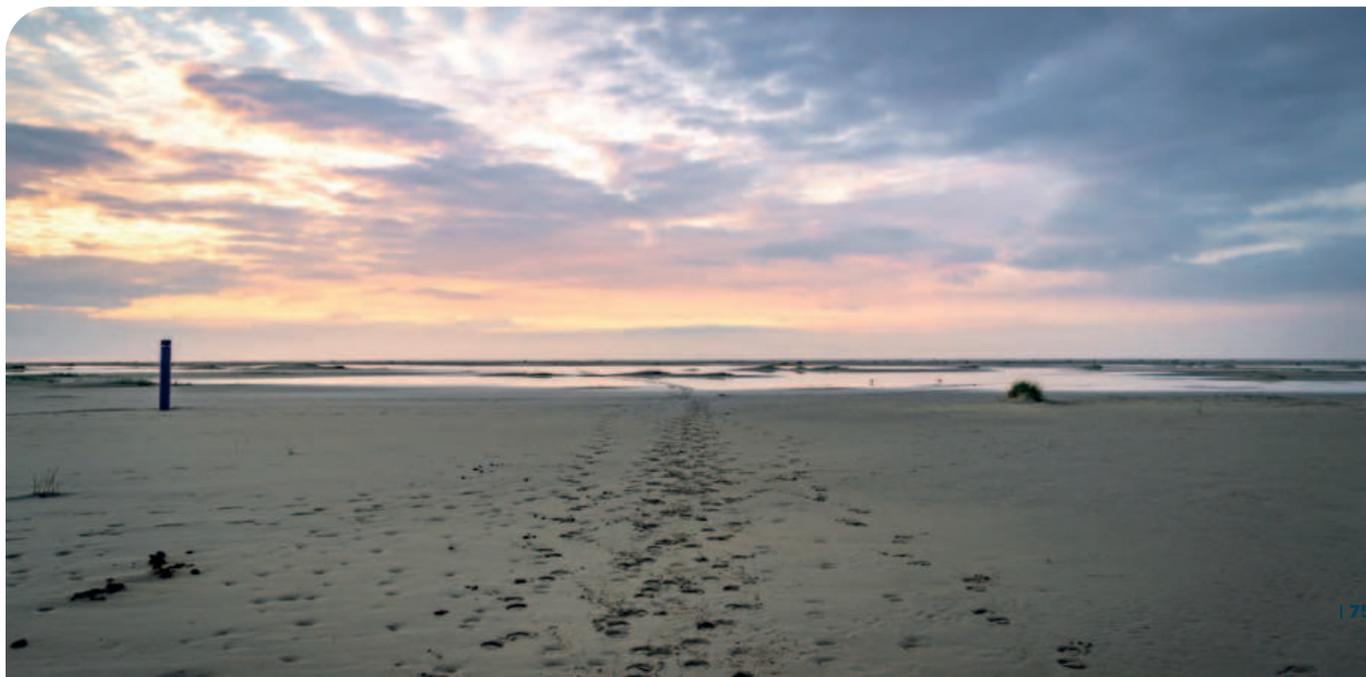
## E-LADESÄULEN

Die Borkumer Stadtwerke setzen auf umweltbewusste Fortbewegung und unterstützen den zunehmenden Trend der Elektromobilität auf der Insel. Nachdem bereits 2015 die erste E-Ladesäule im öffentlichen Raum errichtet wurde, verfügt Borkum heute schon über drei „Elektrotankstellen“, welche zu 100% mit Ökostrom betrieben werden.

- › Schnellladesäule auf dem Parkplatz „Am Langen Wasser“ (AC/DC)
- › Ladesäule in der Ankerstraße (AC)
- › Wallboxen am Offshore-Quartier am Hafen
- › In Zukunft sollen weitere Ladesäulen errichtet werden.

Mehr Infos zur Nutzung und weitere Informationen zur Elektromobilität auf Borkum, finden Sie unter:

[www.stadtwerke-borkum.de/strom/e-mobility/e-tankstelle/](http://www.stadtwerke-borkum.de/strom/e-mobility/e-tankstelle/)



# EIN GESCHENK DES HIMMELS



## GUT ZU WISSEN

Da die Borkumer Stadtwerke komplett auf den Einsatz von Chemikalien und Chlor verzichten, verfügt das Leitungswasser der Insel über eine leichte Braunfärbung, welche keinesfalls bedenklich ist.

Bezogen die Insulaner ihr Trinkwasser früher noch aus einzelnen kleinen Brunnen und Zisternen, wurde die entsprechende Infrastruktur mit Zunahme der Bevölkerungs- und Gästezahlen stetig ausgebaut. Heute wird das Süßwasser über rund 40 Brunnen in den beiden Trinkwassergewinnungsgebieten in der Waterdelle und im Ostland gewonnen, in zwei Wasserwerken aufbereitet und in stets ausreichender Menge in die Leitungen der Kundinnen und Kunden gepumpt. Die Nordseeinsel Borkum kann sich so nicht nur autark versorgen, sondern verfügt gleichzeitig über Trinkwasser, das um ein Vielfaches über den europäischen Mindestanforderungen der Trinkwasserverordnung liegt.

Der Grund dafür: Regnet es über Borkum, versickert das anfallende Wasser im feinen Sand der Dünen in die unter der Insel liegenden Süßwasserlinsen – und wird so auf natürliche Art vorgereinigt, bevor es gefördert und aufbereitet wird. Das Lebensmittel Nr. 1 stammt hier folglich zu 100 % aus gesäubertem Regenwasser, wird nicht mit Chemikalien wie Chlor behandelt und ist frei von in Kläranlagen gesäubertem Wasser.





## BÖRKUMER TRINKWASSER FÜR UNTERWEGS

„Wasser – das Elixier des Lebens“. Dieser Spruch ist gemeinhin bekannt und gilt auf der ganzen Welt – natürlich auch auf Borkum. Der Watertoorn Borkum e.V. hat es sich zur Aufgabe gemacht, über Wasser und vor allem über die Borkumer Trinkwasseraufbereitung aufzuklären. Zur Eröffnung des renovierten Watertoorns und des angeschlossenen neuen Wassermuseums „Waterhuus“, wurde auch ein erster Trinkwasserspender der Stadtwerke Borkum eingeweiht, der Borkumer und Gäste mit dem hervorragenden Borkumer Trinkwasser versorgt. Damit auf Plastikflaschen verzichtet werden kann, werden zur Nutzung Glasflaschen empfohlen. Eine Sonderedition mit Watertoorn-Motiv ist beim Watertoorn direkt, in der Tourist-Information sowie bei den Stadtwerken Borkum erhältlich. Wir wünschen guten Durst!



# LEBEN AUF BORKUM: NINA SLEEBOOM



**NINA SLEEBOOM  
IST STOLZE BESITZERIN  
VOM EIGENEN CAFÉ:  
SLEEBOOM - FINEST FOOD  
AND GOODS**



**Moin Nina, du bist hier auf Borkum aufgewachsen und hast dir den Traum vom eigenen Café erfüllt. Wie kam es dazu?**

Die Idee von einem eigenen Café war irgendwie schon immer in meinem Kopf, schon vor meiner Ausbildung. Ich würde aber lügen, wenn ich sage, dass die Selbstständigkeit lange vorbereitet und geplant war. Ich mag es Menschen eine „gute Zeit zu geben“, vor allem in Verbindung mit gutem Essen und Trinken. Ich selbst bin eine leidenschaftliche Restaurant-/Cafégängerin und habe schon lange vor der Selbstständigkeit Ideen und Inspirationen gesammelt – eigentlich ohne genau zu wissen wofür. Das zählt sich jetzt aus.

Grundsätzlich würde ich sagen, dass mein Café aus dem Wunsch heraus entstanden ist, meine eigenen Vorstellungen zu verwirklichen, selbstbestimmter zu leben und ein Angebot, aber auch einen Arbeitsplatz zu erschaffen, den ich mir selbst als Gast/Arbeitnehmer wünschen würde.

**Zuvor hast du einige Jahre auf dem Festland gelebt. Was hast du dort gemacht?**

Angefangen mit dem Abitur in Esens, habe ich auch meine Ausbildung zur Konditorin auf dem Festland gemacht. Entgegen meiner ursprünglichen Vorstellung bei einem kleinen Bäcker oder einer Konditorei zu lernen, bin ich bei einem der größten Eventcaterer in Hamburg gelandet und muss sagen, dass es mich nicht besser hätte treffen können. Meine Ausbilderin hat mir damals viel Raum zum Ausprobieren gegeben, wofür ich wirklich dankbar bin. Nach meiner Ausbildung bin ich noch ein halbes Jahr gereist, um anschließend in Köln neu anzufangen. Dort habe ich meine Erfahrungen und Fähigkeiten bei verschiedenen Caterern und Arbeitsstellen erweitert, bis ich zu dem Punkt gekommen bin, an dem ich dachte, „da geht doch noch mehr“. Also fing ich an, BWL zu studieren, das Projekt wurde allerdings nach drei Semestern wieder

eingestampft. Die Erfahrung wollte aber unbedingt gemacht werden, danach wusste ich, dass ich definitiv ein praxisorientierter Mensch bin. Im Anschluss bin ich zurück auf die Insel.

**Du bist nun die stolze Besitzerin von „Sleeboom - finest food and goods“. Dein Kuchen ist übrigens hervorragend! War die Zeit auf dem Festland wichtig für deine Entwicklung und den Schritt in die Selbstständigkeit?**

Vielen Dank für das Kompliment! Oh, ich würde sagen sogar ausschlaggebend! Ohne die Zeit auf dem Festland, wusste ich nicht, ob ich jetzt da wäre, wo ich bin. Während der Zeit in Esens, Hamburg, Köln und meiner Reise durfte ich so viele tolle Menschen kennen lernen, die mich auf meinem Weg begleitet und beeinflusst haben. Auch die verschiedenen Betriebe/Betriebsaufläufe kennen zu lernen, war superwichtig für meine Entwicklung. In erster Linie, um zu sehen, wie unterschiedlich

die Dinge laufen können, aber auch für meine persönliche Entwicklung, um für mich zu erfahren, was ich eigentlich im Leben möchte – beruflich und privat, und was weniger. Und dann habe ich irgendwann festgestellt: um die Dinge so zu haben, wie ich sie in meinem Leben möchte und brauche, muss ich sie selbst in die Hand nehmen. Ab da war klar, dass kein Weg an der Selbstständigkeit vorbeiführt.

**Viele junge Borkum zieht es nach der Schule auf das Festland, sie suchen dort ihr berufliches Glück. Was hat dich dazu bewogen, den umgekehrten Weg zu gehen und zurück „nach Hause zu kommen“?**

Ich muss ehrlicherweise sagen, dass ich lange selbst nicht daran geglaubt habe, wieder zurückzukommen. Mir fiel es schwer, mir hier mein Leben vorzustellen, vor allem weil der Großteil meiner Freunde zu dem Zeitpunkt auf dem Festland gelebt hat. Borkum sollte erstmal nur eine Zwischenlösung sein, um mich neu auszurichten, aber dann ging alles irgendwie sehr schnell: eine eigene Wohnung, neue Freunde und alte, die ebenfalls den Weg zurückgefunden haben und dann war da mehr oder weniger auch schon der Laden. Eine sehr abgekürzte Version.

Ich weiß noch, dass ich in der Zeit Schwierigkeiten hatte, mich festzulegen und mir der Gedanke schwerfiel, mich an die Insel zu binden. Aber dann habe ich mich auch daran erinnert, dass ich immer eine Wahl habe und wenn ich eines Tages wieder Lust habe, zurück aufs Festland zu gehen, kann ich das tun. Davon abgesehen war mir auch klar, wenn ich jetzt nicht den Schritt mit der Selbstständigkeit vage, werde ich es wahrscheinlich gar nicht tun.

**Wo liegt für dich der Unterschied zwischen dem Leben auf Borkum und dem auf dem Festland? Was muss man mitbringen, um hier erfolgreich und glücklich zugleich zu sein?**

Wenn man sich dafür entscheidet, nach Borkum zu kommen, sollte man sich auf jeden Fall im Klaren darüber sein, dass das Angebot hier, egal ob kulina-

risch oder kulturell, sehr eingeschränkt ist. Dafür bietet einem diese Insel etwas, was woanders nur sehr schwer zu bekommen ist: Im Sommer nach der Arbeit im Meer zu baden (der beste Weg für mich, um wieder einen klaren Kopf zu bekommen), die kürzesten Arbeitswege der Welt, unfassbar gute Luft, Ruhe und wenn man sich ein gutes Netzwerk aufgebaut hat, gibt es eigentlich auch kein Problem mehr, was sich nicht lösen lässt. Irgendjemand kennt immer irgendjemanden, der einem was leihen, reparieren oder sonst wie aushelfen kann. Das ist hier wirklich unbezahlbar und anders würde mein Laden (und sehr wahrscheinlich auch einige andere) gar nicht laufen, um ehrlich zu sein. Ein gutes Netzwerk ist das A und O und ich bin sehr dankbar dafür, dass ich das Glück habe von vielen lieben Menschen umgeben zu sein, die mich und mein Tun unterstützen.

Und wenn es einem hier doch mal zu kuschelig wird, was bei mir eventuell ab und zu auch mal der Fall sein kann, muss man nicht gleich die Flucht ergreifen, ein Tagesausflug nach Groningen kann auch schon Wunder bewirken. Hier spricht jemand aus Erfahrung.

**Wenn wir dich nicht im „Sleeboom“ antreffen, wo auf der Insel bist du am liebsten? Wo kannst du richtig gut abschalten?**

Das kommt ganz auf die Jahreszeit an. Im Frühjahr und Winter bin ich ein häufig gesehener Gast im Lüttje Toornkieker. Im Sommer wiederum liebe ich es abends am Strand zu sein, allerdings fernab der Promenade. Nach dem Feierabend eine Runde schwimmen zu gehen ist wirklich das Beste oder ein Spaziergang durch die Greune Stee. Ansonsten bin ich tatsächlich auch einfach super gerne zu Hause.



# LEBEN AUF BORKUM: JENNIFER UND AIKE KRAUSE

## JENNIFER & AIKE KRAUSE SIND LEHRER UND BEGEISTERTE SPORTLER

### Moin Jennifer, moin Aike. Ihr beide seid Lehrkräfte auf Borkum. Wo und welche Fächer unterrichtet ihr?

Jennifer: Ich unterrichte hauptsächlich an der Inselschule Borkum und bin für einige Stunden an die BBS Borkum abgeordnet. An der Inselschule unterrichtete ich alle Jahrgänge in den Fächern Deutsch, Sport und Wirtschaft. Zusätzlich bin ich an der Fachoberschule der BBS Borkum und unterrichte dort die 12. Klasse in Deutsch.

Aike: Ich unterrichte an der BBS Borkum im gewerblich technischen Bereich und bin für die Ausbildung der Elektroniker, der Fachrichtung Energie- und Gebäudetechnik, zuständig. Zusätzlich unterstütze ich den Fachunterricht der Kraftfahrzeugmechatroniker und der Anlagenmechaniker SHK. Außerdem unterrichte ich das Fach Politik in allen Fachbereichen sowie in der Fachoberschule am Abend.

### Warum habt ihr euch für den Beruf der Lehrerin/des Lehrers entschieden?

Jennifer: Mein Traum war es, mein Hobby Sport in irgendeiner Weise zum Beruf zu machen. Ich wollte das, was mich so glücklich macht auch an andere weitergeben und anderen zum

Sporttreiben motivieren. Während der Ausbildung zur Bürokauffrau (bei der NBG, damals Wirtschaftsberriebe der NSHB GmbH) hatte ich Freude daran, Mitschüler:innen den Unterrichtsstoff zu erklären und ihnen nach der Schule weiterzuhelfen, wenn sie etwas nicht verstanden hatten. Mich begeisterte (und begeistert auch immer noch) mitzuerleben, wenn andere das sogenannte „AHA-Erlebnis“ erlebten.

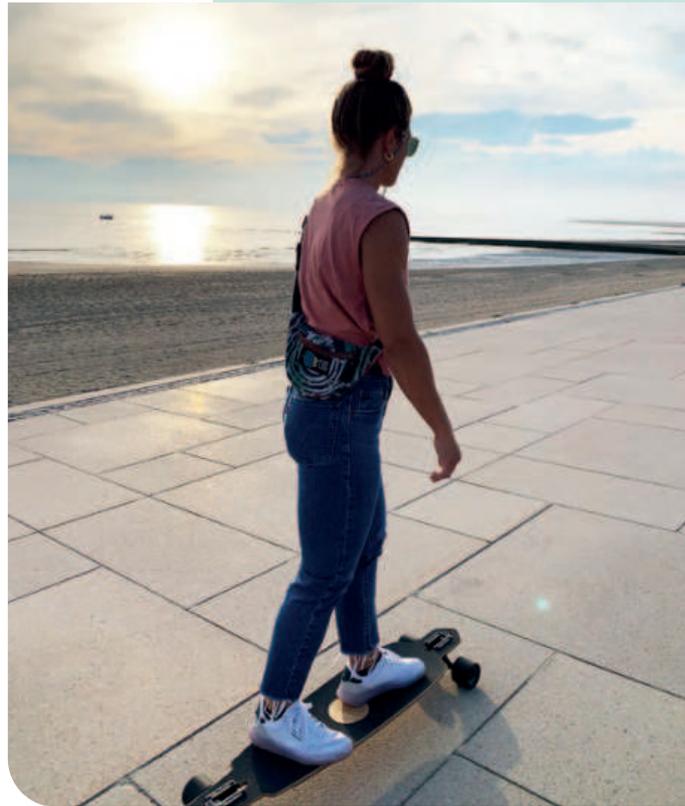
Aike: Mein Wunsch Lehrer zu werden, entwickelte sich erst später. Ich hegte erst den Wunsch mich in dem Bereich Elektrotechnik weiterzubilden und deshalb studierte ich nach der Ausbildung bei den Stadtwerken Borkum Ingenieurwesen im Bereich der Energieeffizienz in Emden. Während des Studiums leitete ich einige Lerngruppe und auch mir gefiel es die Erfolgserlebnisse der anderen mitzuerleben und Sachverhalte zu erklären. In einem spontanen Gespräch mit dem ehemaligen Schulleiter der BBS Borkum, Horst Hollmann, wurde deutlich, dass eine Nachfolge für meinen ehemaligen Lehrer, Klaus Thomas, in absehbarer Zeit gesucht werden würde. Daraus entsprang der Wunsch in seine Fußstapfen zu treten.

### Für das Studium musstet ihr die Insel verlassen und habt euch nach dem erfolgreichen Abschluss dazu entschieden, hier zu unterrichten. Einfach gefragt: Warum wieder Borkum?

Die Verbundenheit zur Heimat hat sich nie aufgelöst. Auch während des Studiums haben wir beide häufig in den Semesterferien hier gejobbt, unsere Familien sowie auch unsere Freunde besucht. Natürlich spielten da auch der Strand und das Meer eine ganz große Rolle. Die Natur hat uns in der Stadt immer gefehlt. Da wir alles vorher gemeinsam durchgezogen haben, ging auch dieser Weg wieder gemeinsam an einen Ort zurück.

Jennifer: Hinzu kommt, dass ich mein erstes Praktikum hier an der Inselschule gemacht habe. Ich habe mich währenddessen super wohl gefühlt, wurde toll aufgenommen und mir wurde in der kurzen Zeit von meinen Mentoren wahnsinnig viel beigebracht. Aike: Für uns beide waren auch die kleinen Lerngruppen attraktiv. Man kann dem einzelnen Schüler/ der einzelnen Schülerin viel besser gerecht werden, als an großen Schulen und hat eine reale Chance für eine individuelle Förderung.





**Welche Herausforderungen bringt das Lehrerdasein auf einer Insel mit sich? Gibt es Unterschiede zum Festland?**

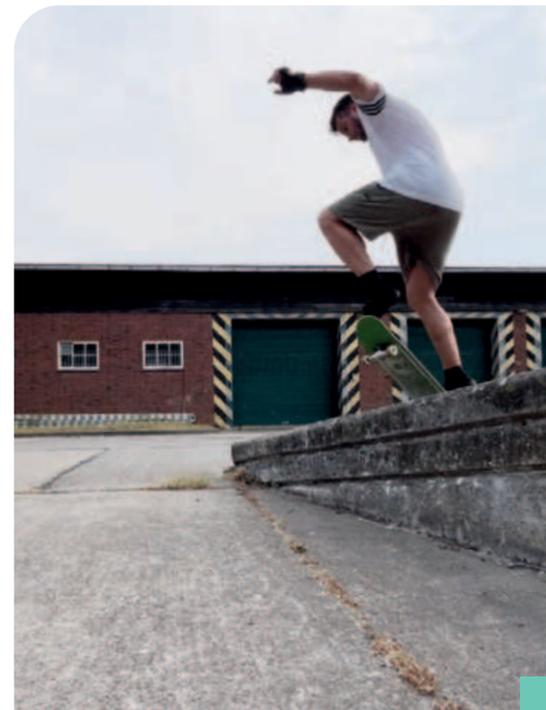
Das Abgrenzen von der Arbeit fällt hier wirklich schwer. Man ist oft, egal wo man auftaucht, Herr bzw. Frau Krause. Das Ausbrechen aus der Lehrerrolle ist durch die Vorbildfunktion schwer möglich. Hinzukommt, dass man oft bei Problemen der Schüler:innen, sei es in der Schule oder auch im privaten Bereich, alle Beteiligten kennt. Manchmal ist man sogar mit ihnen schon sehr lange befreundet. Dadurch nimmt man die Sorgen oft lange mit nach Hause und versucht intensiv nach Lösungen zu suchen.

**Ein langer Schultag ist vorüber, die Klausuren sind korrigiert. Was unternimmt ihr zum Entspannen?**

Jennifer: Sport, Sport und nochmal Sport. Da ist mir eigentlich alles recht: Fitness, der Mannschaftssport Handball und auf unserer schönen Insel joggen.  
Aike: Chillen, Sport mit Jennifer und Skateboard fahren mit Freunden, wobei sich das Skateboardfahren auf Borkum derzeit noch schwierig gestaltet.

**(Falls die Frage nicht in der vorherigen bereits beantwortet wurde:) Habt ihr Orte oder Plätze auf Borkum, wo ihr gerne seid, an denen ihr abschalten könnt?**

Klar, aber das richtige Abschalten fällt uns hier noch schwer. Daher treibt es uns oft in den Ferien in die Ferne.





# GUT ZU WISSEN



# TYPISCH BORKUM



## BORKUMER PLATT

Sie hören auf der Insel manchmal Redewendungen oder Worte, die Ihnen so noch nie untergekommen sind. Wir erklären Ihnen, was diese zu bedeuten haben – sicher ist sicher.

SIE SAGEN ...	SIE MEINEN ...
<b>Babelgütje</b>	Plappermaul
<b>Dwarslooper</b>	Krebs (Tier)
<b>Rietsikke</b>	Streichholz
<b>Avkaat</b>	Rechtsanwalt
<b>Buurdereej</b>	Bauernhof
<b>Bangbüx</b>	Angsthase
<b>Fietse</b>	Fahrrad
<b>Kusedoktor</b>	Zahnarzt
<b>Füürtüüg</b>	Feuerzeug
<b>Büsse</b>	Dose
<b>Filapper</b>	Schmetterling
<b>Öye</b>	Grußwort auf Borkum
<b>Skoon</b>	sauber
<b>Tunge</b>	Zunge

SIE SAGEN ...	SIE MEINEN ...
<b>Olde Baas</b>	Alter Leuchtturm
<b>Wargtüügkische</b>	Werkzeugkasten
<b>Huulbessen</b>	Staubsauger
<b>Fierdag</b>	Feiertag
<b>Klönkasten</b>	Telefon
<b>Kiekkische</b>	Fernsehen
<b>Rauer</b>	Ruder
<b>Kaabe</b>	Möwe
<b>Söpke</b>	Schnaps
<b>Beier</b>	Bier
<b>maaken</b>	machen
<b>Hüsche</b>	Toilette
<b>Buur</b>	Bauer
<b>Tuffel</b>	Kartoffel



### **3 FAKTEN ÜBER BORKUM WUSSTEN SIE SCHON, DASS ...**

1

... die Schienen der Inselbahn rund 7,44 km lang sind und die Schmalspurbahn eine maximale Geschwindigkeit von 50 km/h erreichen kann. Damit ist sie bei den Ostfriesischen Inseln die Bahn mit dem längsten Streckennetz und zudem die schnellste Inselbahn.

2

... der Tidenhub (die Unterschiede des Wasserstandes zwischen aufeinander folgenden Hoch- und Tiefwassern) auf Borkum im Durchschnitt 2,4 m beträgt.

3

... Borkum nach Sylt den längsten Strand Deutschlands hat.

# GELÄUFIGE REDEWENDUNGEN

## **DA KÜMMER DI MAN NEI'T UM**

Da brauchst Du Dich nicht drum zu kümmern/ Das geht Dich nichts an

## **BETER HEBBEN AS BRUKEN**

Besser haben als brauchen

## **HEIJ/SEIJ IS NOCH NEI'T DRÖÖG ACHTER DE JUKEN**

Er/Sie ist noch nicht trocken hinter den Ohren/nach jung und unerfahren

## **DAR SITT NOCH TAU VÖÖL KALVFLEIS AN HUM**

Er ist noch nicht erwachsen/ Er ist noch sehr kindisch

## **MAAKT WIEDER SO!**

Macht weiter so!

## **VAN GELD UTGEBEN IS NOCH KEINE RIEK WARDEN.**

Vom Geld ausgeben ist noch niemand reich geworden.

## **LAAT HUM LOOPEN**

Lass ihn laufen

## **OLD WAARDEN IS KIEN KUNST, MAN LANG LEVEN UN NEIT OLD WAARDEN, DAT IS DE KUNST.**

Alt werden ist keine Kunst. Aber lange leben und nicht alt werden, das ist die Kunst.



# SOCIAL MEDIA

Die Wartezeit für den nächsten Borkum-Urlaub ist Ihnen zu lang? Dann holen Sie sich doch Borkum einfach auf das Smartphone oder den Computer und schauen auf unseren Social Media Kanälen vorbei. Die schönsten Bilder bei Instagram und Pinterest, aktuelle News bei Facebook, interessante Inselgeschichten auf unserem Blog oder großartige Videos auf YouTube. Wir haben für jeden Geschmack etwas dabei und bringen Ihnen Borkum nach Hause.

## BORKUM AUF SOCIAL MEDIA:

Jetzt gleich anmelden und loslegen mit kommentieren, posten, staunen.



**INSTAGRAM:**

**borkumde & meinborkum**



**FACEBOOK: borkum.de**



**PINTEREST: borkumDE**



**YOUTUBE: @Borkum\_Insel**



### **INSTAGRAM:**

Herrliche Sonnenuntergänge, der endlos weite Strand, die Seehundsbank mit ihren tierischen Bewohnern oder die einzigartige Natur des Nationalparks Niedersächsisches Wattenmeer. Unsere Instagramaccounts **@borkumde** und **@meinborkum** zeigen Ihnen die große Vielfalt des schönsten Sandhaufens der Welt als Post, Story und Live-Video.

### **FACEBOOK:**

Bleiben Sie immer auf dem aktuellsten Stand über Ihre Lieblingsinsel. Gewinnspiele, Infos, (Live-)Videos, Bilder oder unseren beliebten Throwback Thursday finden Sie auf unserem Facebook-Account „**Borkum.de**“.

### **YOUTUBE:**

Auf diesem Kanal gibt es interessante Geschichten über unsere Bewohner sowie schöne Impressionen von der Insel, beispielsweise in der „Saison der Sinne“. **@Borkum\_Insel**

### **BLOG:**

Was sind die schönsten Fahrradstrecken auf Borkum, welche geheimen Plätze gibt es oder was kann man alles bei Regen machen, sind nur einige der Themen, über die wir auf unserem Blog „Deichschau“ berichten. Holen Sie sich vor Ihrem Urlaub alle wichtigen Infos und genießen Sie dann Ihren Urlaub in vollen Zügen. Der Inselblog ist unter **www.borkum.de/blog** zu finden.

### **PINTEREST:**

Auch auf Pinterest zeigt Borkum sich von seinen schönen Seiten. Lassen Sie sich von uns auf eine Gedankenreise auf die Insel entführen - natürlich immer mit den schönsten Borkum-Motiven und spannenden Informationen. Sie finden uns auf **www.pinterest.de/borkumDE**

## DIE MEINBORKUM-WEBAPP, DER DIGITALE REISEBEGLEITER

Hier sind nicht nur aktuelle Veranstaltungen aufrufbar, sondern weitere Informationen & Tipps rund um Borkum auf einen Blick. Ob Schlechtwettertipps, nützliche Informationen oder Angebote rund um Sport & Erholung – entdecken Sie Borkum auf eine neue Art und Weise. Ob bereits von daheim aus oder während Ihres Borkum-Urlaubes, die WebApp ist sowohl auf Ihrem PC als auch auf Ihrem Mobilgerät abrufbar. Einfach „willkommen.borkum.de“ in den Browser eingeben und los geht es. Das ist nicht alles! Auf Borkum sind neun digitale Stelen auf der Insel verteilt, auf denen man per Touch-Funktion ebenfalls durch alle Inhalte reisen kann. Viel Spaß beim Herumstöbern!



## CHATBOT - IHR DIGITALER ASSISTENT FÜR VIELE FRAGEN

Sie haben Fragen außerhalb der Öffnungszeiten der Tourist-Information? Dann besuchen Sie unsere Webseite [www.borkum.de](http://www.borkum.de) und starten Sie den digitalen Assistenten, der rechts auf der Startseite aufploppt. Viele Fragen und Informationen können hier rund um die Uhr beantwortet werden. Der digitale Assistent reagiert auf Stichworte oder kurze Sätze und lernt ständig dazu. Sollte eine Frage einmal nicht beantwortet werden können, ist das Team der Tourist-Information gerne für Sie da.





# BORKUM GIFS

## FÜR IHRE PERSÖNLICHE INSELSTORY

### SO EINFACH GEHT'S:

Einfach in den Plattformen Instagram, Facebook und WhatsApp in der GIF-Suche den Begriff „Borkum“ eingeben und Nachrichten, Posts oder Stories mit unseren bewegten Borkum GIFs oder Stickern verschönern. Alternativ sind unsere Sticker auch direkt bei Giphy oder Tenor zu finden. Wir freuen uns, wenn unsere Borkum-Seiten @borkumde (IG) und @borkum.de (FB) verlinkt werden. Und mit dem Hashtag #meinborkum wird euer Bild Teil unserer Borkum-Pinnwand auf [www.borkum.de](http://www.borkum.de)



# BORKUM NEWSLETTER

## IHRE DIGITALE FLASCHENPOST



### JETZT ANMELDEN

Sie möchten immer auf dem neusten Stand sein und keine handverlesenen Urlaubstipps mehr verpassen? Abonnieren sie unseren kostenlosen Newsletter und sie bekommen neben Vorschlägen für Aktivitäten auch Veranstaltungsinfos, Geheimtipps und Serviceinformationen zu Borkum. [www.borkum.de/newsletter](http://www.borkum.de/newsletter)



# BORKUM KULINARIK

**DIE INSEL ÜBER DEN GAUMEN ENTDECKEN -  
DAS KÖNNEN SIE AUF EINER KULINARISCHEN  
ENTDECKUNGSREISE.**





# KÖSTLICHES AUS DER INSELKÜCHE

Die Inselküche auf Borkum ist geprägt von frischen, regionalen Zutaten und einer entspannten Atmosphäre. Während Ihres Besuchs auf der Insel sollten Sie unbedingt die lokalen Spezialitäten probieren und sich von den kulinarischen Genüssen der Nordsee verzaubern lassen.

## TYPISCH BORKUM: SANDDORNGROG

### ZUTATEN:

Für ca. 1 L

- › 500 ml Rum (Übersee/ Jamaika)
- › 500 ml Sanddornsaft
- › 300 g Kluntje

### ZUBEREITUNG:

Den Sanddornsaft erhitzen und den Kluntje im warmen Sanddornsaft auflösen. Die Mischung abkühlen lassen und den Rum dazugeben. Zur Aufbewahrung den Grog in einer passenden Flasche lagern. Zum Servieren etwa zwei Teile Grog mit drei Teilen heißem Wasser aufgießen, und schon ist der Sanddorn-grog fertig. Je nach Belieben kann die Mischung an den eigenen Geschmack angepasst werden, wer es etwas süßer mag, verwendet einfach mehr Kluntje. Wer es nicht so süß mag, nimmt etwas weniger Kluntje als im Rezept angegeben.

Quelle: Geeske & der swarte Roelf



## SANDDORN

„Hoch stand der Sanddorn am Strand von Hiddensee ...“, diese bekannte Textzeile aus dem Lied „Du hast den Farbfilm vergessen“ von Nina Hagen dürfte dem ein oder anderen von ihnen bereits in die Ohren gekommen sein. Aber nicht nur auf dem besungenen Hiddensee wächst der Sanddorn hoch, auch auf Borkum erfreut sich das orangene Gewächs großer Beliebtheit. Marmelade, Kaffee, Kuchen und Torten, Schnaps, ja sogar Seife wird aus der orangenen Frucht gewonnen und von den Gästen als beliebtes Souvenir mit nach Hause genommen.





## FISCH- UND MUSCHELGERICHTE

Fisch- und Muschelgerichte sind bei Insulanern und Gästen ebenfalls sehr gefragt. Vor allem während des Krieges, als das Essen knapp war, wurde gerne auf Miesmuscheln zurückgegriffen. Dies ist die einzige Muschel, welche auf der Wattoberfläche lebt und den Meeresgrund wie einen Teppich überzieht. Zum Beispiel wurden diese dann zu Muschelfrikadellen oder Muschelwurst weiterverarbeitet. Aufgrund der schwierigen Kühsituation wurden diese jedoch nur in den Monaten, in denen ein „r“ vorkommt, gegessen. Heutzutage werden sie gerne als Ragout serviert.



### **BUCHTIPP:**

Im Buch „**Smakelk Eeten**“ gibt es Rezepte von vielen traditionellen Borkumer Gerichten „ut olde Tieden“. Erhältlich in der Tourist-Information sowie im Heimatmuseum „Dykhuis“.

## QUELLER

Der „Spargel des Nordens“ oder auch Meeresspargel genannt, ist ein Wildgemüse, das in den Salzwiesen und im Watt an der Nordseeküste wächst – also auch auf Borkum. Die grünen, dünnen Pflanzen schmecken ein wenig salzig und eignen sich hervorragend zu Fischgerichten oder sind eine beliebte Zugabe bei Salaten.

Viele Gastronomen der Insel setzen ihn als besondere Zutat bei ihren Gerichten ein. Dank seiner reichhaltigen Nähr- und Mineralstoffe ist Queller sehr gesund. Wir sagen guten Appetit!



### **TYPISCH BORKUM:** **MUSCHELRAGOUT**

#### **ZUTATEN:**

- › 1500 g Miesmuscheln
- › 2 Zwiebeln
- › 1 Stück Sellerieknolle
- › 1 Möhre
- › 2 Stangen Porree
- › 2 Lorbeerblätter
- › 1/2 Liter Wasser
- › 1/4 Liter Wein
- › Pfefferkörner, Salz
- › 2 EL Butter

#### **RAGOUTSOSSE:**

- › 2 EL Butter
- › 2 EL Mehl
- › 1/4 Liter Muschelsud
- › 1/8 Liter Sahne
- › Salz und Pfeffer und Petersilie

#### **ZUBEREITUNG:**

Die Muscheln unter fließendem kaltem Wasser gründlich abbürsten, entbarten und in einem Sieb ablaufen lassen. In einem großen Topf die Butter erhitzen und das geputzte, klein geschnittene Gemüse anschmoren. Mit Wasser und Wein ablöschen und aufkochen lassen. Dann die Muscheln dazu geben und in geschlossenem Topf 6 – 7 Minuten köcheln lassen. Danach die untersten Muscheln nach oben wenden und noch einmal 5 Minuten ziehen lassen. Die Muscheln, die jetzt noch geschlossen sind, unbedingt fortwerfen! Die Muscheln abgießen, aber den Sud auffangen. Aus Butter und Mehl eine Schwitze zubereiten, mit dem Muschelsud ablöschen, die Sahne zugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die geschälten und vom Bart befreiten Muscheln in die Soße geben und kurz aufkochen. Das Ragout mit gehackter Petersilie betreuen und mit Baguette oder Kartoffeln servieren.

Quelle: Heimatverein Borkum





# BORKUM

FREIHEIT ATMEN

## BORKUM IM HERZEN UND FÜR DAHEIM

HOLEN SIE SICH EIN STÜCK  
BORKUM NACH HAUSE!



ENTDECKEN SIE JETZT  
DEN BORKUM WEBSHOP!  
[WWW.BORKUM.DE/SHOP](http://WWW.BORKUM.DE/SHOP)



# SÜDLICHES OSTFRIESLAND

**NACHBARN AN DER KÜSTE**  
Ostfriesland auf dem Festland entdecken



Touristik GmbH „Südliches Ostfriesland“ · Ledastraße 10 · 26789 Leer  
Telefon: 0491 91969610 · [info@suedliches-ostfriesland.de](mailto:info@suedliches-ostfriesland.de)

[f](https://www.facebook.com/suedliches.ostfriesland) [@](https://www.instagram.com/suedliches.ostfriesland) suedliches.ostfriesland | [f](https://www.facebook.com/dollardroute) dollardroute | [@](https://www.instagram.com/dollard_route) dollard\_route



[www.suedliches-ostfriesland.de](http://www.suedliches-ostfriesland.de) | [www.dollard-route.de](http://www.dollard-route.de)

TRAUMJOBS ANBIETEN -  
TRAUMJOBS FINDEN  
TRAUMJOBS-BORKUM.DE



# TRAUMjOBS

Borkum

ARBEITEN AUF  
DEM SCHÖNSTEN  
SANDHAUFEN DER WELT



**Borkum-Aktuell**  
Das Inselmagazin

**Borkumerleben**  
DIE WÖCHENTLICHE INSELZEITUNG

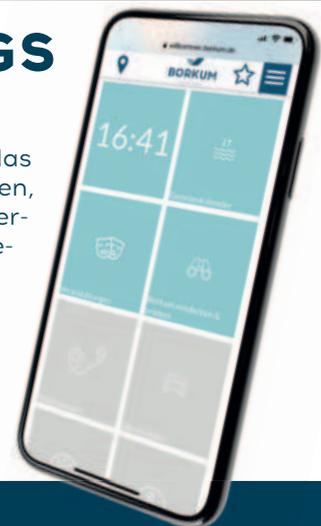


## „MEINBORKUM“ FÜR UNTERWEGS

IHR DIGITALER REISEBEGLEITER FÜR MOBILGERÄTE

Sie möchten sich vor Ort oder sogar bereits vor Antritt Ihres Urlaubs über das facettenreiche Angebot auf dem schönsten Sandhaufen der Welt informieren, in das Veranstaltungsprogramm reinschnuppern und Routen für einen unvergesslichen Tagesausflug auswählen? Kein Problem! Unser digitaler Reisebegleiter MEIN BORKUM - der sowohl auf Ihrem Desktop, Tablet oder Handy funktioniert - liefert Ihnen das alles und noch viel mehr auf einen Blick!

**Und so funktioniert es:** Einfach „[willkommen.borkum.de](http://willkommen.borkum.de)“ → in den Browser eines Mobiltelefons oder Tablets eingeben oder den QR-Code scannen. Und schon kann der Urlaub beginnen.



Ein Service der Nordseeheilbad Borkum GmbH

53° N, 7° O

# Fühl dich Insel<sup>ⓐ</sup>



 ostfriesischeinseln

[www.ostfriesische-inseln.de](http://www.ostfriesische-inseln.de)

#BORKUM #JUIST #NORDERNEY #BALTRUM #LANGEORG #SPIEKEROOG #WANGEROOGE



## **IMPRESSUM**

Herausgeber: Nordseeheilbad Borkum GmbH, Goethestr. 1, 26757 Borkum

Gesamterstellung: Saint Elmo's Tourismusmarketing, August-Everding-Str. 25, 81671 München

Redaktioneller Teil: Nordseeheilbad Borkum GmbH, Burkana Media und Saint Elmo's Tourismusmarketing

Druck: Westermann Druck GmbH, 38104 Braunschweig

Fotos: Constantin Ticu, Moritz Kaufmann, Torsten Dachwitz, Nicklas Witt, Marc Basan, Raphael Warnecke, Shutterstock, Adobe Stock, Borkum Aktuell/Andreas Behr, Nordseeheilbad Borkum GmbH, Jeelka de Buhr, AG EMS, © euroluftbild.de/Martin Elsen, Burkana Media, World of Wind, Dietmar Scherf, Thomas Gasparini, Oldtimer-Gruppe: Lukas Pietzner, Anke Wedel, Claudia Thorenmeier, Nina Sleeboom, Jennifer und Aike Krause

Alle Serviceangaben sind ohne Gewähr. Nachdruck von Beiträgen nur mit Genehmigung des Herausgebers.

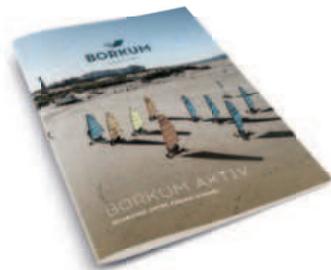
# BORKUMS FLYER & BROSCHÜREN

Hier sehen Sie einen Auszug unserer Broschüren zu verschiedenen Themen. Diese und weitere sind erhältlich in der Tourist-Information, in der Kulturinsel oder online auf: [www.borkum.de/broschuren](http://www.borkum.de/broschuren)



## **GEZEITENKALENDER**

Wann ist heute Niedrigwasser? Der Gezeitenkalender informiert Sie über die genauen Zeiten von Ebbe und Flut.



## **BORKUM AKTIV**

Entdecken Sie hier die vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten auf Borkum und lernen Sie die attraktivsten Strecken kennen!



## **BORKUM ... HIER FÜHLEN SICH ALLE TIERISCH WOHL!**

Nicht nur wir Menschen finden auf Borkum genau das, was wir gesucht haben! Auch für Tiere ist der Aufenthalt in der gesunden Seeluft eine echte Wohltat.



## **ERLEBNISROUTEN**

Mit über 130 Kilometer ausgebauten Rad- und Wanderwegen bietet die Nordseeinsel Borkum viel Platz zum Entspannen und Entdecken.



## **BARRIEREFREIER URLAUB**

Die Nordseeinsel Borkum setzt zunehmend auf ein barrierefreies Angebot. Hier alle wichtigen Tipps zu Anreise und Aufenthalt.



## **KULTURSCHÄTZE**

Hier finden Sie Informationen rund um Borkums Sehenswürdigkeiten, traditionelle Veranstaltungen und geschichtsträchtige Vereine.



## **MOBILITÄT AUF BORKUM**

Informationen zu Autofahren, Parken und Fahrradfahren auf Borkum.



[WWW.BORKUM.DE](http://WWW.BORKUM.DE)