Juist von A bis Z

Anreise
Wenige Wege führen nach Juist! Zunächst ist Norddeich-Mole das Ziel für die meisten Juist-Reisenden, ob mit der Bahn direkt an den Fähranleger oder mit dem Auto zum nahen Parkplatz der AG Reederei Norden-Frisia oder des Töwerland-Expresses. Die Fährfahrt ist bereits das erste Urlaubserlebnis, denn nur bei Flut können die Schiffe nach Juist übersetzen – also maximal zweimal am Tag. In etwa 90 Minuten ist man auf der Insel. Wer weniger Zeit mitbringt, kann entweder den Inselexpress oder den Töwerland Express nutzen - diese Wasser-Taxen fahren bei Flut öfter als die Fähre und benötigen nur 30 bis 40 Minuten für die Überfahrt. Alternativ nimmt man den Inselflieger und erreicht Juist in nur 7 Minuten. Vom Flughafen im Osten geht es dann entschleunigt mit der Pferdekutsche in etwa 45 Minuten ins Dorf.

Autofrei
Auf Juist gibt es keine Autos. Sogar die Müllabfuhr bringt den Abfall per Pferdekutsche zur Mole. Nur der Arzt, das Rote Kreuz und die Feuerwehr haben ein Autos, alles andere wird auf Juist zu Fuß, mit dem Rad und per Pferdewagen erledigt. Das schätzen unsere Gäste ganz besonders.

Badezeiten
Ebbe und Flut bestimmen das Leben auf der Insel. Bei Ebbe sind Wanderungen im Nationalpark Wattenmeer möglich und bei auflaufendem Wasser kann man am Strand baden. Allein schon für die eigene Sicherheit ist es wichtig, sich an die täglich wechselnden Badezeiten zu halten.

Biodiversität im Watt
Nur Schlamm? Von wegen! Auf einem Quadratmeter Watt leben bis zu 100 Wattwürmer, bis zu 2.000 Herzmuscheln, bis zu 4.000 Schlick-Krebse, bis zu 100.000 Wattschnecken und sogar bis zu 2.500.000 Sandlückentiere (die nur unter dem Mikroskop zu sehen sind). Um die 10.000 Arten reinigen und belüften ständig Watt und Wasser und dienen dabei Millionen von Zugvögeln als Nahrungsquelle.

Café und Cocktails
Ob Kaffee- oder Teeliebhaber, auf Juist gibt es die passenden Orte für eine kleine kulinarische Auszeit nach einem langen Strandspaziergang. Verschiedene Cafés bieten teils in heimeliger Atmosphäre oder schicken Ambiente, immer mit Flair und viel Liebe zum Detail, Eis, Kuchen, Kaffee oder eine gemütliche ostfriesische Teezeit. Abends bietet Juist sogar eine Strandbar mit Cocktails und Musik – Urlaubsfeeling pur, aber alles gaaaanz entspannt!

Domäne Bill
Ganz im Westen der Insel liegt die Domäne Bill, ein Juister Ausflugsziel, das man gut per Fahrrad auf einem Weg entlang der Wattseite oder auch zu Fuß am Strand erreichen kann. Die Domäne Bill ist ein ehemaliges Bauernhaus, das heute ein Café beherbergt, in dem man den leckeren und legendären Rosinenstuten genießen kann. Am Billriff kann man jedes Jahr zur Zugvogelsaison zigtausende Alpenstrandläufer, Kiebitzregenpfeifer oder Knutts beobachten.

Energie und Weite auf Juist
Auf Juist ist der Himmel endlos und man kann so richtig auftanken. Nicht nur in der Nebensaison kann man die Ruhe genießen, die gute Luft atmen und die Alltagssorgen vergessen. Raus aus der Stadt, weg von Lärm und Druck. Auch der Schlaf wird hier wieder tief und erholsam. So kommt man zu sich, findet ganz neue Energie und beschäftigt sich mit Dingen, zu denen man sonst nicht kommt.

Einkaufen
Natürlich stehen den Ferienwohnungsgästen (und anderen) alle Produkte für die tägliche Versorgung zur Verfügung. Ob Supermärkte oder andere Läden des täglichen Bedarfs, ein Fokus liegt auf regionalen, fair gehandelten und Bio-Produkten. Für Gewürze und Tee gibt es ebenfalls eine große Auswahl und die Getränkehändler bieten sogar einen Bringservice an!

Familieninsel
Viele Familien kommen bereits seit mehreren Generationen auf die Insel Juist. Für Kinder ist die autofreie Insel ein Paradies und für Eltern ist ein Urlaub entspannt, weil hier alles überschaubar und sicher ist. Am Strand ist der gemietete Strandkorb Anlaufpunkt und Erholungsinsel. Zur weiteren Abwechslung gibt es Kinderanimation, Spielenachmittage, Turniere, einen Mitmach-Zirkus, Tischtennis & Pool Billard, das Meerwasser-Erlebnisbad und natürlich den Schiffchenteich, der schon die Großeltern begeistert hat. Das Nationalpark-Haus bietet auch für Erwachsene interessante Ausstellungen.

Gepäck
Ihr Gepäck packen die Fährgäste am Hafen in einen nummerierten Koffercontainer. Damit wird es sicher nach und von der Insel transportiert. Nach der Fährfahrt holt man es sich aus dem entsprechenden Container einfach wieder heraus. Auf Juist ist alles ganz nah. So nah, dass die meisten Gäste mit ihrem Gepäck zu Fuß zur Unterkunft gehen. Falls das Urlaubszuhause etwas weiter entfernt ist, z.B. im Loog, gibt es den Insel-Pferdebus. Anders verhält es sich bei der Anreise mit den Schnellschiffen und den Inselfliegern: Selbst ist der Mann / die Frau. Hier kümmert man sich noch selbst um das eigene Gepäck.

Gesundheit
Hier zu sein allein, tut schon der Seele und dem Körper gut. Nicht nur erfrischt die saubere Luft ohne Abgase, auch die Aerosole aus dem Meer tun Lunge und Haut besonders gut. Jedes Jahr im Frühling findet die Gesundheitswoche mit unterschiedlichen Programmen und Kursen statt. Im Herbst bieten Achtsamkeitstage Möglichkeiten, auch der Seele Gutes zu tun.

Handyfasten
Wäre es nicht wunderbar, wenn man einfach mal abschaltet? Die Kurverwaltung bietet die Möglichkeit, das Handy für die Dauer des Aufenthaltes zu verwahren. Wer sich auf diese Herausforderung einlässt, erfährt eine ganz besondere Erholung.

Heiraten
Was ist romantischer als auf Juist zu heiraten? Das Standesamt der Insel ist im „Alten Warmbad“, aber auch eine Trauung am Strand ist möglich. Das „Alte Warmbad“ ist ein denkmalgeschütztes Backsteinhaus aus dem 19. Jahrhundert direkt im Zentrum von Juist. Damals war hier die erste Meerwasser-Badestätte. Kirchliche Trauungen finden in der evangelischen oder katholischen Kirche statt.

Inselleben
Juist liegt zwischen Borkum und Norderney und hat um die 1.500 Einwohner. Sie ist mit 17 Kilometern die längste der Ostfriesischen Inseln in der Nordsee, an manchen Stellen aber nur 500 Meter breit. Das Meer kann man auf Juist daher überall schmecken, riechen und hören.

Juistelig
Das Juist-Gefühl lässt sich schwer beschreiben. Es ist wie tief durchatmen und loslassen, komplett entschleunigt. Es macht zufrieden und glücklich. Es fühlt sich leicht und

beschwingt an. Alles das, was eben noch schwer war, löst sich auf wundersame Weise in Luft auf. Man sagt, dass hier das Glück wohnt. Sicher ist: das Juist-Gefühl macht süchtig. Nicht umsonst heißt Juist auch das „Töwerland“ (Zauberland).

Juist Infos
Alles, was Gäste über die Insel wissen müssen, findet sich auf juist.de oder in der JuistWebApp zum kostenlosen Herunterladen. Außerdem bekommt man viele Tipps und Inspirationen vor einer geplanten Reise mit der Juistpost (einfach auf juistpost.de anmelden).

Kegelrobben
Im Westen von Juist liegt die Kachelotplate. Diese unbewohnte Sandbank ist nur per Boot erreichbar. So hat sich hier eine der größten Kegelrobbenkolonien Deutschlands angesiedelt. Zweistündige Schiffsausflüge zu den Seehundsbänken kann man bei der Inseltouristik buchen. An Bord bekommen Gäste außer dem schönen Erlebnis, die Tiere recht nah zu sehen, weitere Informationen über die Tier- und Pflanzenwelt des Wattenmeeres.

Kino
Wenn das Wetter mal nicht mitspielt oder die Sonne zu sehr sticht, bietet das Kino mitten im Meer bis zu fünf Vorstellungen am Tag für Groß und Klein. Gezeigt werden aktuelle sowie ältere Filme. Ganz besonders genießen die Gäste die Atmosphäre mit Tisch und Lämpchen und den Service direkt am Platz.

Kunst & Kultur
Zum Kreativ werden gibt es auf Juist viele Gelegenheiten und schon allein, weil man so schön abschaltet, hat man auf einmal Lust darauf. In der Juist-Art Galerie finden regelmäßig Ausstellungen verschiedener Künstler statt. Weitere Kreativorte auf der Insel sind die Ausstellungen im Haus des Kurgastes, im Alten Warmbad sowie die Friesengalerie mitten im Ort. Kulturliebhaber schätzen das Musikfestival im Frühling und das Krimifestival im Oktober sowie die Salonabende.

Kur
Juist eignet sich perfekt für alle, die eine Auszeit brauchen. Auch verschreibungspflichtige Kuren sind als offene Badekuren möglich. Juist hat zwar keine Kurklinik und entsprechende Einrichtung, aber Anwendungen, ärztliche Betreuung und Kurprogramm lassen sich individuell organisieren und die Kuren werden von den Krankenkassen anerkannt.

Leben
Was könnte es Schöneres geben, als auf dieser Zauberinsel zu leben? Ob für eine Saison oder für eine längere Zeit, wir haben viele Möglichkeiten für ein erfülltes und spannendes Berufsleben. Gratis dazu gibt es die saubere Luft und den Erholungswert in der Freizeit.

Meerwasser-Erlebnisbad
Wem die Nordsee zum Baden zu kalt ist, findet im Meerwasser-Erlebnisbad im TöwerVital auf der höchsten Düne von Juist den passenden Ersatz. Hier ist das Original-Nordseewasser auf 30°C erwärmt und die Aussicht auf die Nordsee und das Wattenmeer ist inklusive. Kinder lieben die Rutsche und den flachen Bereich, die Großen entspannen sich gerne in den Whirlpools oder schwimmen durch den Wasserschleier in die Grotte.

Nachhaltigkeit
Juist ist – bereits seit dem Jahr 2000 – Vorreiter für nachhaltigen Tourismus und Leben. 2015 erhielt die Insel den Deutschen Nachhaltigkeitspreis und plant bis 2030 klimaneutral zu sein... Das fragile Ökosystem muss im Takt bleiben. Das haben die Juister verinnerlicht

und tun selbst viel dafür, um bewusst mit der Natur umzugehen. Damit auch der Nachwuchs das lernt, gibt es die Kinderuniversität „Nachhaltig Leben“ in den Sommermonaten. So haben auch die Gäste etwas davon und nehmen viele Tipps mit nach Hause.

Nationalpark-Haus
Das Nationalpark-Haus am Kurplatz ist nicht nur eine spannende Schlechtwetter-Alternative. Frisch renoviert lernt man viel über die Veränderungen der Natur im Laufe der Zeit sowie ihre Auswirkungen auf Juist, auf Memmert und der Kachelotplate. Das Besondere dabei: Anfassen und Ausprobieren sind ausdrücklich erwünscht. Zentrale Anlaufpunkte innerhalb der neu konzeptionierten Ausstellung sind zum Beispiel der Wasserkanal oder ein Windkanal, an denen Interessierte die Urkräfte der Natur und ihre Folgen für die Veränderungen auf den Inseln erfahren. An einem interaktiven Inselmodell können Gäste die unterschiedlichen Lebensräume auf Juist ertasten.

Otto-Leege-Pfad
Dass Kunst viel mit Ökologie zu tun haben kann, zeigt der rund ein Kilometer lange Otto-Leege-Naturlehrpfad auf Juist. Er ist dem einstigen Insellehrer Otto Leege gewidmet, der sich bis 1951 als Naturwissenschaftler um die Inselnatur verdient gemacht hat. Neben vielen Infotafeln über Flora und Fauna, gibt es ein großes, hölzernes „Otto-Leege-Tor“ im japanischen Stil, eine zwei Meter hohe Windharfe, eine Wasser-Klangschale, eine Mitmach-Sonnenuhr und eine Installation, die die Routen und Aufenthalte der Zugvögel zeigt.

Pferde
Ohne Pferde geht auf Juist gar nichts. Schon im 16. Jahrhundert begann man hier Pferde zu züchten. Heute leben und arbeiten hier insgesamt etwa 100 Pferde. Sie fahren Getränke zu den Unterkünften und Märkten, befördern Baustoffe, Möbel, Lebensmittel oder Gäste und sorgen so für diese besondere Urlaubs-Atmosphäre auf der Insel. Das Hufklappern ist auf Juist einfach nicht wegzudenken.

Qualität
Juist ist authentisch, kein Schnickschnack, sondern ehrliches Erleben. Das zeigt sich in der Hotellerie, der Gastronomie, dem touristischen Angebot, wie auch dem Handwerk auf der Insel. Zum Beispiel gibt es auf Juist immer noch einen Goldschmiede-Betrieb, in dem sorgsam und von Hand Schmuckstücke im traditionellen ostfriesischen Filigran hergestellt werden.

Refugium
Auf Juist ist man sicher. Hier erlebt man die Natur ganz ohne Barrieren. Juist ist ein Rückzugsort und für viele Stammgäste schon eine zweite Heimat. Es stört kein Lärm, es ist dunkel in der Nacht und die Uhren ticken einfach ein bisschen langsamer. Der Schlaf wird tief und erholsam, die Lunge füllt sich mit sauberer Luft und der Kopf wird frei. Das tut gut und aus dieser Sicherheit wächst Kraft für Neues.

Sauna
Die Sauna im TöwerVital ist nicht nur eine Sauna… Hier fühlt man sich dem Meer ganz nah und kann bei kühlerem Wetter den Körper kuschelig warm entspannen. Den Blick für die Weite verliert man dabei trotzdem nicht, denn die Finnische Sauna besitzt einen Panoramaausblick über die Nordsee, zum Abkühlen steht ein Tauchbottich mit Nordseewasser zur Verfügung und die frische Nordseeluft bringt Abkühlung auf der Dachterrasse. Daneben gibt es eine Bio-Kräuter-Sauna mit milderem Klima und entspannendem Farbspiel, ein Dampfbad mit Meerwasservernebelung und hoher Luftfeuchte sowie zahlreiche Ruheräume und den Loungebereich. Zu den Familien-Saunazeiten können auch Kinder das belebende Erlebnis genießen.

Schutzgebiete
Der größte Teil von Juist steht als Nationalpark Niedersächsisches Wattenmeer unter besonderem Schutz und gehört seit 2009 zum UNESCO Weltnaturerbe Wattenmeer. Der Nationalpark ist in die Ruhezone, die Zwischenzone und die Erholungszone eingeteilt. Es gelten unterschiedliche Regeln für das Betreten, wie etwa zur Brut- und Aufzuchtzeit von Vögeln. Diese Gebote und Regeln sollten Gäste beherzigen.

Slow Food
Generell wird Langsamkeit auf Juist in allen Bereichen großgeschrieben. Kulinarisch richten sich immer mehr Gastronomen regional aus und kaufen ihre Produkte möglichst von Betrieben aus Ostfriesland. Auch das Angebot an vegetarischen und veganen Angeboten wächst. Das Restaurant „Danzer's" im Hotel Achterdiek ist sogar von der Vereinigung Slow Food zertifiziert und im Slow Food Führer gelistet. Einmal im Jahr im Herbst finden auf Juist die „Regionalen Genusstage" statt. Teilnehmende Juister Gastronomen kochen dann soweit als möglich mit regionalen Produkten und bieten spezielle Menüs für Gäste an. Passend dazu gibt es Expertenvorträge zum Thema Slow Food.

Strand
Unsere große weiße Sandspielwiese ist 17 Kilometer lang und im Sommer gespickt mit bunten Strandkörben. Dabei ist ein Strandspaziergang mehr als ein schönes Urlaubserlebnis: Durch den Wind und die Wellen verteilen sich die kleinsten Tropfen Salzwasser aus der Nordsee – die Aerosole – in der Luft, reinigen Atemwege, lösen Hautschuppen und wirken entzündungshemmend. Die Sonnenstrahlung fördert die Produktion von Vitamin D und damit das Immunsystem. Jeder Spaziergang ist also eigentlich eine kleine Gesundheitskur.

Thalasso
Als Thalasso bezeichnet man die Behandlung von Krankheiten mit kaltem oder erwärmtem Meerwasser, Meeresluft, Sonne, Algen, Schlick und Sand. Wie passend, dass auf Juist ein extrem gesundes Reizklima herrscht mit einer idealen Mischung von Sonne, Wind und Meer. Die salzhaltigen Aerosole regen den gesamten Organismus an, besonders Menschen mit Atemwegs- und Hauterkrankungen wissen das heilende Klima auf Juist zu schätzen. Daran anknüpfend sind auch Thalasso-Anwendungen wie Massagen, Inhalationen und Wannenbäder mit Meerwasser und Algen extrem gesundheitsfördernd. Natürlich ist Juist Thalasso-zertifiziert. Gemeinsam mit den Ostfriesischen Inseln und der niedersächsischen Nordsee ist Juist zur ersten zertifizierten Thalasso-Region Europas gekürt werden.

UNESCO Weltnaturerbe Wattenmeer
Seit 2009 ist das dänisch-deutsch-niederländische Wattenmeer aufgrund seiner Einzigartigkeit von der UNESCO auf der Liste der Weltnaturerbestätten. Das Wattenmeer ist ständig in Bewegung. Durch Ebbe und Flut verändert sich das Gesicht in kürzester Zeit. Pflanzen und Tiere passen sich an eine ständig wechselnde Landschaft an. Viele ökologische Spezialisten haben hier ihr Zuhause gefunden. Dies lässt sich unter anderem gut auf einer Wattwanderung erfahren.

Vegetarisch & Vegan auf Juist
Vegetarier und mittlerweile auch Veganer haben auf Juist kaum Probleme, die richtigen Nahrungsmittel zu finden. Auch in vielen Restaurants gibt es vegetarische Gerichte, viele bieten auch eine vegane Variante an. Im BioHotel AnNatur kommen generell nur vegetarische Bio-Gerichte auf den Tisch.

Vogelinsel Memmert
In den Sommermonaten kann man im Nationalpark-Haus einen Ausflug zur südwestlich von Juist gelegenen Vogelinsel Memmert buchen. Nur ein Vogelwart lebt hier und kümmert

sich um die gefiederten Schützlinge, darunter Kormorane und diverse Wattvögel. Dank dem Naturwissenschaftler Otto Leege steht diese Insel unter Naturschutz.

Wattwanderungen
Wer mehr über das faszinierende Watt lernen will, sollte an einer Wattwanderung mit dem Team vom Nationalpark-Haus Juist teilnehmen. Ebenso führt Wattführer Heino Behring Erwachsene und Kinder bei Ebbe in die weite Wattlandschaft und erklärt, was es mit den „Small Five“ – Wattwurm, Herzmuschel, Strandkrabbe, Wattschnecke und Garnele – auf sich hat.

Workation auf Juist
Keine Lust mehr auf Stadt, Lärm und Hektik? Juist bietet die perfekten Rahmenbedingungen, um sich den Traum vom Homeoffice quasi direkt am Strand zu erfüllen. WLAN gibt es hier in jeder Ferienwohnung und ein Co-Working-Space ist in Planung.

XXL
Juist ist zwar die längste der Ostfriesischen Inseln, aber XXL wird hier nicht großgeschrieben. Eher geht es um die Wertigkeit und um das pure und nachhaltige Erlebnis. Denn genau das ist anders als woanders und Grund, warum unsere Gäste hier so gerne sind.

Yoga
Natürlich ist Yoga Teil unseres Sportangebotes, ob am Strand oder im Yogaraum Juist. Von Ende April bis Anfang Oktober werden hier regelmäßig Kurse angeboten, darunter auch Klangschalenmeditation und Yoga für Kinder. Regelmäßig finden Yoga-Retreats auf Juist statt. Wer sich eine Auszeit als Yogalehrer gönnen möchte, kann sich für die Sommermonate im Yogaraum Juist bewerben.

Zauberland
Juist hat den zweiten Namen "Töwerland" – das bedeutet Zauberland. Tatsächlich fühlen sich die allermeisten Besucher von Juist verzaubert. Es entschleunigt, macht innerlich ruhig und strahlt Geborgenheit und Frieden aus. Der Name „Juist“ dagegen kommt vom plattdeutschen „güst“ - übersetzt „trocken und unfruchtbar“. Um die Insel vor Wind und Meer zu schützen, wurden schon früh Deiche gebaut und besonders windharte Bäume gepflanzt (auf Bestreben des Naturwissenschaftlers Otto Leege), sodass man heute sogar durch ein Wäldchen laufen kann. Auch dieser verzaubert unsere großen und kleinen Gäste…

Kontakt Juist:
Kurverwaltung Juist
Thomas Vodde
Strandstraße 5
26571 Juist
E-Mail: marketing@juist.de
www.juist.de

Pressekontakt:
Lieblingsflecken PR & Kommunikation
Katharina Schlangenotto / Insa Witte
Cheruskerstr. 17
33415 Verl
Mobil: +49 (0) 179 – 521 93 54
E-Mail: katharina@lieblingsflecken.de / witte@casa92.de