Inhaltsverzeichnis:

Dunkelheit - kurz	2
Dunkelheit - lang	2
UNESCO – kurz	4
UNESCO - lang	4
Kulinarisch- kurz	6
Kulinarisch - lang	6
Kraft des Wassers- kurz	8
Kraft des Wassers - lang	8
Kultur- kurz	10
Kultur - lang	10
Entspannung- kurz	12
Entspannung – lang	12
Erlebe es- kurz	14
Erlebe es - lang	14

Einheitliche Imagetexte zum Wattenmeer:

Die Projektgemeinschaft der Watten-Agenda hat sieben thematische Texte zum Wattenmeer in unterschiedlichen Längen und in mehreren Sprachen (deutsch, niederländisch und englisch) entwickelt. Dabei finden auch länderspezifische Besonderheiten in Bezug auf Tourismus und Naturschutz Berücksichtigung. Die Texte können zukünftig für redaktionelle Beiträge, Informationen auf Webseiten, Social-Media-Postings etc. von Leistungsträgern und Stakeholdern im Projektgebiet eingesetzt werden. Neben der Arbeitserleichterung für Leistungsträger wird damit auch eine einheitliche Kommunikation von wattenmeer-relevanten Inhalten gewährleistet.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Dunkelheit - kurz

Wenn sich die Nacht von ihrer schönsten Seite zeigt

Haben Sie eigentlich gewusst, wie atemberaubend schön Dunkelheit sein kann? Und wer die Nacht am Wattenmeer erlebt, kann eines der faszinierendsten Naturphänomene beobachten: den tiefdunklen Himmel mit einem Meer aus Tausenden von funkelnden Sternen. Und je dunkler, desto leuchtender die Sterne! An vielen Plätzen in der Wattenmeeregion ist es nachts so dunkel, dass Sie sogar das mystische Band der Milchstraße am sternenreichen Himmel beobachten können. Und das ist etwas ganz Besonderes. Einen derart freien Blick in einen nahezu natürlichen Nachthimmel bieten nur wenige Flecken auf der Erde.

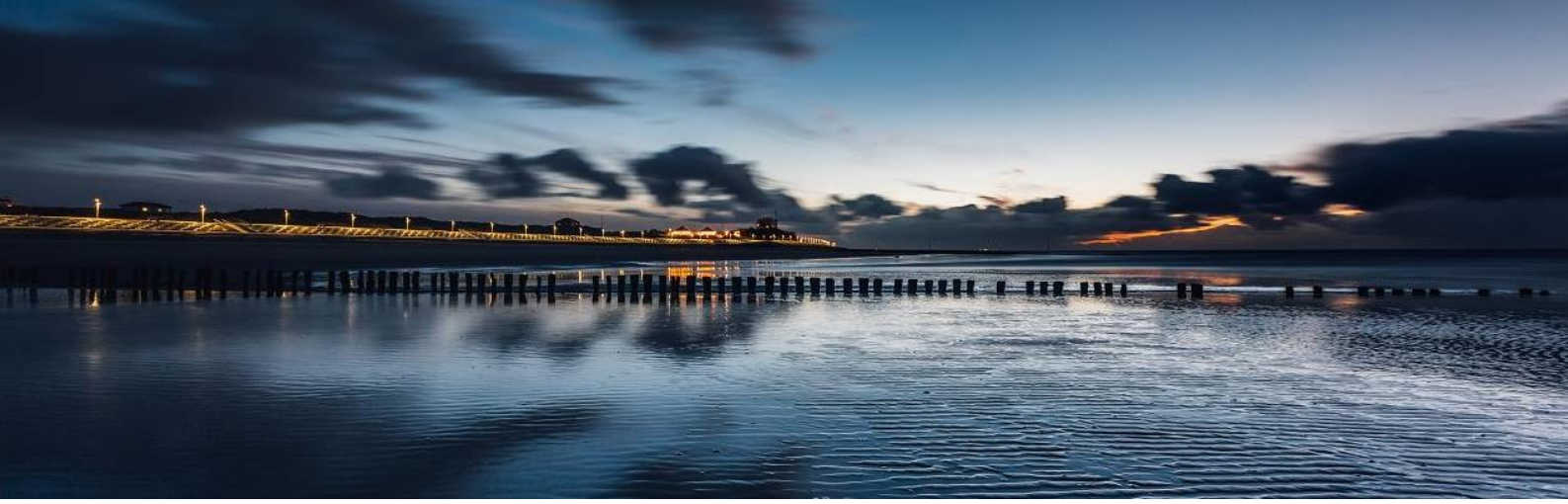
Dunkelheit - lang

Wenn sich die Nacht von ihrer schönsten Seite zeigt

Haben Sie eigentlich gewusst, wie atemberaubend schön Dunkelheit sein kann? Und wer die Nacht am Wattenmeer erlebt, kann eines der faszinierendsten Naturphänomene beobachten: den tiefdunklen Himmel mit einem Meer aus Tausenden von funkelnden Sternen. Und je dunkler, desto leuchtender die Sterne! An vielen Plätzen in der Wattenmeeregion ist es nachts so dunkel, dass Sie sogar das mystische Band der Milchstraße am sternenreichen Himmel beobachten können. Und das ist etwas ganz Besonderes. Einen derart freien Blick in einen nahezu natürlichen Nachthimmel bieten nur wenige Flecken auf der Erde.

Gehen Sie nachts einmal raus und erleben Sie die Dunkelheit der Wattenmeerregion auf eine ganz neue Art und Weise. Am besten warm anziehen, dazu eine Decke einpacken und sich eine Thermoskanne mit heißem Tee schnappen. Schauen Sie doch einmal durch ein Fernglas gen Himmel und zählen Sie die Krater auf dem Mond. Halten Sie den Atem an, um auch die kleinsten Nachtschwärmer zu hören. Das Knistern im Watt, das Rauschen des Meeres, vorbeiziehende Pfeifenten in der Luft, ein flötender Brachvogel in der Ferne. Die tiefe Dunkelheit der Wattenmeerregion ist in ihrer Art einzigartig und lässt uns die geheimnisvoll nächtliche Geräuschkulisse des Watts erleben. Entdecken Sie die magische Anziehungskraft der Welt zwischen Land und Meer aus einer neuen

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.



Perspektive. Sehen oder besser hören Sie es? In der Wattenmeerregion zeigt sich selbst die Nacht von ihrer schönsten Seite.

Übrigens: Auf der Ostfriesischen Insel Spiekeroog wurde einer der dunkelsten Himmel über Deutschland gemessen. Ähnlich wie die Dark Sky Parks in den Niederlanden mit einem Angebot an geführten Nachtexkursionen auf verschiedenen Wanderrouten verfolgt man hier das Vorhaben Spiekeroog als Sterneninsel anerkennen zu lassen. Die Magie der Dunkelheit lässt sich an diesen Orten besonders gut erleben.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

UNESCO – kurz

UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer- jeden Tag anders

Das einzigartige UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer erstreckt sich entlang der niederländischen, deutschen und dänischen Küste und ist in seiner Art einzigartig. Es ist das größte zusammenhängende Sand- und Schlickwattgebiet der Welt. Die Landschaft mit ihren Prielen, Salzwiesen, Dünen und Schlickflächen befindet sich in einem fortlaufenden Wandel. Und dabei kann man sogar zusehen. Ebbe und Flut wechseln sich alle sechs Stunden ab und zeichnen magischen Formen und kraftvolle Strukturen auf dem Meeresboden. Bei Flut füllen sich erst die Priele mit Wasser bis der Wattboden dann komplett verschwindet, um bei der nächsten Ebbe wieder in seiner vollen und so lebendigen Pracht zu erscheinen – eben jeden Tag eine andere Perspektive.

UNESCO - lang

UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer- jeden Tag anders

Das einzigartige UNESCO-Weltnaturerbe Wattenmeer erstreckt sich entlang der niederländischen, deutschen und dänischen Küste und ist in seiner Art einzigartig. Es ist das größte zusammenhängende Sand- und Schlickwattgebiet der Welt. Die Landschaft mit ihren Prielen, Salzwiesen, Dünen und Schlickflächen befindet sich in einem fortlaufenden Wandel. Und dabei kann man sogar zusehen. Ebbe und Flut wechseln sich alle sechs Stunden ab und zeichnen magischen Formen und kraftvolle Strukturen auf dem Meeresboden. Bei Flut füllen sich erst die Priele mit Wasser bis der Wattboden dann komplett verschwindet, um bei der nächsten Ebbe wieder in seiner vollen und so lebendigen Pracht zu erscheinen.

Wer das Wattenmeer hautnah erleben möchte, sollte am besten an einer geführten Wattwanderung teilnehmen. Bei einer Wanderung auf dem Meeresboden lernen Sie alles über Flora und Fauna dieses einzigartigen Naturraumes – ein unvergessliches Erlebnis! Auf den ersten Blick wirkt der Schlick vielleicht eher karg. Aber ein genaueres Hinschauen lohnt sich, denn er steckt voller Leben! Der Wattboden offenbart einen wahren Mikrokosmos: Auf einem Quadratmeter Wattboden finden sich Zehntausende von kleinen Würmern, Krebsen, Schnecken und Muscheln. Und Millionen von Algen als

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

wichtige Sauerstofflieferanten färben den Boden grün, gelb, gold, violett… Die unzähligen kleinen Lebewesen bieten Nahrungsgrundlage für Vögel und Fische. Nicht umsonst wird das Wattenmeer als Kinderstube der Nordseefische bezeichnet. Zu den größeren Bewohnern zählen Seehunde, Kegelrobben oder auch Schweinswale, die man mit etwas Glück bei einer Ausflugsschifffahrt beobachten kann. Riesige Vogelwolken zeigen während der Zugzeiten ihre beeindruckenden Flugmanöver am Himmel. Besonders im Herbst und Frühjahr suchen die Vögel zu Millionen nach Nahrung im und auf dem Wattboden. Während der Zugvogeltage im Oktober hält die Region spannende Erlebnisangebote rund um den internationalen Vogelzug bereit.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Kulinarisch- kurz

Kosten Sie den Geschmack des Wattenmeeres

Mit der Nordsee vor der Haustür, der salzhaltigen Luft und fruchtbarem Marschböden bieten sich beste Voraussetzungen für das Gedeihen regionaler Produkte. So ist die Wattenmeerregion reich an kulinarischen Genüssen von Land und Meer. Neben frischen Krabben und köstlichem Fisch wie etwa Nordseescholle und Hering sind aber auch Schinken, frische Milch und Milchprodukte oder auch Deichlamm charakteristisch für die Region. Und natürlich geht kein Weg am Ostfriesentee vorbei. Diesen genießt man am besten in einer der vielen Teestuben in der Region.

Kulinarisch - lang

Kosten Sie den Geschmack des Wattenmeeres

Mit der Nordsee vor der Haustür, der salzhaltigen Luft und fruchtbarem Marschböden bieten sich beste Voraussetzungen für das Gedeihen regionaler Produkte. So ist die Wattenmeerregion reich an kulinarischen Genüssen von Land und Meer. Hier bekommt man alles, was man für die frische Zubereitung der köstlichsten Gerichte braucht.

Ein schmackhaftes Fischbrötchen direkt am Hafen genießen und dabei an einem ruhigen Plätzchen das muntere Treiben in den historischen Kutterhafen beobachten – das ist maritimes Feeling pur. Neben frischen Krabben und köstlichem Fisch wie etwa Nordseescholle und Hering sind aber auch Schinken, frische Milch und Milchprodukte oder auch Deichlamm charakteristisch für die Region. Eine ganz besondere Spezialität ist der salzige Queller, der auch als Spargel des Meeres bezeichnet wird. Als Salat oder Quellergemüse serviert mit Deichlamm und Kleikartoffeln ist das ein echter Genuss. Viele Gastronomen in der Region beziehen ihre Produkte von heimischen Bauern, die teilweise auch eigene Hofläden und Käsereien betreiben. Wer selbst den Kochlöffel schwingen möchte, besucht einen der vielen Wochenmärkte in der Region und deckt sich mit regionalen und saisonalen Lebensmitteln ein.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Die Gerichte der Region sind mal traditionell und mal modern interpretiert. Zu den Klassikern, die Sie unbedingt mal probieren sollten, zählen zum Beispiel Grünkohl, Labskaus oder auch der beliebte Snirtjebraten. Als Begleiter der deftigen Gerichte wird gerne auch ein frisch gezapftes Bier gereicht –am besten hergestellt von hiesigen Brauereien. Wo wir gerade bei den Getränken sind: Da geht natürlich kein Weg am Ostfriesentee vorbei. Genießen Sie die traditionelle Teezeremonie in einer der vielen Teestuben. Einfach mal die Zeit anhalten und eine echte Auszeit für die Seele nehmen. Ach ja, und als Souvenir für Zuhause gehört auf jeden Fall eine Spezialität aus Sanddornbeeren ins Gepäck.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Kraft des Wassers- kurz

Die Landschaft lesen

Seedeiche, Wurten, Schleusen, Siele, Sieltore, Tiefs und Kanäle – das sind die typischen Elemente der Kulturlandschaft im Wattenmeerraum. Schon vor Jahrhunderten errichteten die Menschen am Wattenmeer große Deiche, um ihr Land vor Überflutung zu schützen. Und dann gibt es da noch die Siele. Das sind die Entwässerungsgräben der flachen, weiten Landschaft, die das Wasser durch die Deiche in die Nordsee leiten. Sieltore sorgen wiederum dafür, dass kein Meerwasser zurück ins Binnenland fließt. Auch ein Blick hinter den Deich lohnt sich. Auf Ihren Streifzügen begegnen Ihnen wunderschöne Burgen, alte Herrenhäuser, romantische Kirchen und Klöster sowie traditionelle Runddörfer. In der windreichen Region sieht man vielerorts die typischen, prächtigen Windmühlen. Und wenn es um landschaftsprägende Gebäude geht, dürfen die Leuchttürme natürlich nicht fehlen.

Kraft des Wassers - lang

Die Landschaft lesen

Seedeiche, Wurten, Schleusen, Siele, Sieltore, Tiefs und Kanäle – das sind die typischen Elemente der Kulturlandschaft im Wattenmeerraum. Die besondere Entstehungsgeschichte der Region ist auch heute noch überall sichtbar. Schon vor Jahrhunderten errichteten die Menschen am Wattenmeer große Deiche, um ihr Land vor Überflutung zu schützen. Und dann gibt es da noch die Siele. Das sind die Entwässerungsgräben der flachen, weiten Landschaft, die das Wasser durch die Deiche in die Nordsee leiten. Sieltore sorgen wiederum dafür, dass kein Meerwasser zurück ins Binnenland fließt. Ohne Entwässerung geht es hier übrigens nicht, denn teilweise liegt das Land sogar unter dem Meeresspiegel.

An den Sielen im Deich sind kleine, malerische Sielorte und -häfen entstanden, die noch heute die deutsche Wattenmeerküste schmücken. Machen Sie es sich mit einem Fischbrötchen auf der Kaimauer gemütlich und schauen dem bunten Treiben der Fischer mit ihren Kuttern zu. Und entlang der Deiche kann man so wunderbar Spazieren gehen, Rad fahren oder einfach nur Wasser, Wind und Weite genießen.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Auch ein Blick hinter den Deich lohnt sich. Auf Ihren Erkundungstouren durch das Binnenland entdecken Sie viele Zeitzeugen aus dicken Backsteinmauern. Auf Ihren Streifzügen begegnen Ihnen wunderschöne Burgen und Häuptlingssitze, alte Herrenhäuser, romantische Kirchen und Klöster sowie traditionelle Runddörfer. In der windreichen Region sieht man vielerorts die typischen, prächtigen Windmühlen. Viele von ihnen können sie noch heute besichtigen oder bieten mit kleinen Cafés wunderbare Einkehrmöglichkeiten. Und wenn es um landschaftsprägende Gebäude geht, dürfen die Leuchttürme natürlich nicht fehlen. Genießen Sie von ganz oben den Blick auf das Land der grenzenlose Weite und spüren die Freiheit – eine bleibende Erinnerung!

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Kultur- kurz

Die Bewohner – ein freiheitliebendes Volk

Die Bewohner der Region sind ein gelassenes Volk und stehen mit beiden Beinen im Leben. Nichts kann sie so schnell aus der Ruhe bringen – weder eine steife Brise noch das tosende Meer. So sind die Küstenbewohner pragmatisch und manchmal vielleicht ein wenig nüchtern, aber immer mit einer guten Portion Humor dabei. Es wird gesagt, Landschaften prägen die dort lebenden Menschen. Auf den Wattenmeerraum trifft das ganz bestimmt zu. Die raue Nordsee, die grenzenlose Weite, der kräftige Wind und der unendlich blaue Himmel prägen die Sehnsucht nach Freiheit. Leben im Einklang mit der Natur war hier schon immer die Devise. Auch heute noch ist hier ein ganz besonderer Menschenschlag mit vielen eigenen Sitten und Gebräuchen verbreitet. Man denke da nur an die plattdeutsche Sprache, die auch heute noch viele Einheimische sprechen.

Kultur - lang

Die Bewohner – ein freiheitliebendes Volk

Die Bewohner der Region sind ein gelassenes Volk und stehen mit beiden Beinen im Leben. Nichts kann sie so schnell aus der Ruhe bringen – weder eine steife Brise noch das tosende Meer. So sind die Küstenbewohner pragmatisch und manchmal vielleicht ein wenig nüchtern, aber immer mit einer guten Portion Humor dabei. Es wird gesagt, Landschaften prägen die dort lebenden Menschen. Auf den Wattenmeerraum trifft das ganz bestimmt zu. Die raue Nordsee, die grenzenlose Weite, der kräftige Wind und der unendlich blaue Himmel prägen die Sehnsucht nach Freiheit. Leben im Einklang mit der Natur war hier schon immer die Devise.

Die Freiheitsliebe hängt nicht zuletzt mit ihrer bewegten Geschichte zusammen. Eala frya Fresena – seid gegrüßt, freie Friesen. So lautete der Gruß der stolzen Friesen im Mittelalter. Die „Friesische Freiheit“ ist noch heute eine absolute Besonderheit. Im Mittelalter war sie ein einzigartiges Gegenmodell zur feudalen Gesellschaftsstruktur des übrigen Europas. Die bäuerlichen Landesgemeinden entwickelten Strategien zur Verteidigung der friesischen Freiheit und schufen ein eigenes Rechtssystem. Der Upstaalsboom bei Aurich war die Versammlungsstätte der Abgesandten der friesischen

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Landesgemeinden, der Sieben Seelande. Der Upstaalboom ist somit das Symbol der friesischen Freiheit. Später beherrschten einflussreiche Häuptlingsfamilien die Region. In ihren gut erhaltenen Häuptlingsburgen können Sie sich auf eine spannende Spurensuche begeben.

Auch heute noch sind die Einwohner ein ganz besonderer Menschenschlag mit vielen eigenen Sitten und Gebräuchen. So sprechen viele Einheimische Plattdeutsch. Das ist sogar eine eigene Sprache, die in der Region sowohl im Alltags- als auch im Berufsleben gepflegt wird. Horchen Sie mal, wenn Sie am Hafen spazieren gehen oder durch die Fischerdörfer flanieren.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Entspannung- kurz

Den Kopf frei bekommen. Und zu sich selbst finden.

Genießen Sie den Blick die unendliche Weite der Region, atmen Sie frische und gesunde Seeluft ein, lauschen Sie der Stille und spüren Sie, wie der Wind Ihnen die Sorgen nimmt. Das Wattenmeergebiet ist vor allem ein Ort, an dem man einen freien Kopf bekommt und zu sich selbst findet. Lassen Sie all Ihre Gedanken schweifen und schalten Sie einen Gang zurück. Ob nun ein ausgedehnter Spaziergang auf dem Deich, eine Yogastunde am Strand, Wandern auf der Watten-Route oder mit dem Fahrrad unterwegs - nirgendwo sonst bekommt man den Kopf besser frei als am Wattenmeer.

Entspannung – lang

Den Kopf frei bekommen. Und zu sich selbst finden.

Genießen Sie den Blick die unendliche Weite der Region, atmen Sie frische und gesunde Seeluft ein, lauschen Sie der Stille und spüren Sie, wie der Wind Ihnen die Sorgen nimmt. Das Wattenmeergebiet ist vor allem ein Ort, an dem man einen freien Kopf bekommt und zu sich selbst findet. Lassen Sie all Ihre Gedanken schweifen und schalten Sie einen Gang zurück.

Übernachten Sie ganz abenteuerlich in einem Schlafstrandkorb oder in einem denkmalgeschützten Gulfhof. Gehen Sie raus in die Natur und genießen Sie die atemberaubende Schönheit. Diejenigen, die sich nachts auf Erkundungstour gegeben, werden von der Dunkelheit gefesselt sein. Bei klarem Wetter beobachten Sie am sternenreichen Himmel sogar das faszinierende Nebelband der Milchstraße. Genießen Sie eine erholsame Nachtruhe bei vollkommener Stille um sie herum und starten Sie den Tag mit einem Frühstück mit lokalen und saisonalen Spezialitäten.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Weiter geht es mit einem ausgedehnten Spaziergang auf dem Deich oder nehmen Sie an einer Yogastunde am Strand teil. Wanderfreunde können auf der Watten-Route sogar über die deutsch-niederländische Grenze wandern, und wer lieber mit dem Fahrrad unterwegs ist, kann eine entspannte Runde auf dem ausgewiesenen Radwegenetz drehen. Nirgendwo sonst bekommt man den Kopf besser frei als am Wattenmeer.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Erlebe es- kurz

Das Wattenmeer im eigenen Tempo entdecken

Wandern, Radfahren, Segeln, Baden oder einfach nur am Strand entspannen - entdecken Sie das Wattenmeer in Ihrem ganz eigenen Tempo. Unternehmen Sie ausgedehnte Spaziergänge an kilometerweiten Sandstränden, schnappen Sie sich Ihr Fahrrad und radeln Sie über Deiche oder schippern Sie mit einem Kanu durch die Kanäle vorbei an verträumten Dörfern. Wahre Draufgänger springen auch bei kalten Temperaturen in die Brandung der Nordsee. Hier können Sie durchatmen und eins sein mit der Natur.

Erlebe es - lang

Das Wattenmeer im eigenen Tempo entdecken

Wandern, Radfahren, Segeln, Baden oder einfach nur am Strand entspannen - entdecken Sie das Wattenmeer nach Ihren individuellen Wünschen und in Ihrem ganz eigenen Tempo. Es gibt so viel zu entdecken und aktiv zu erleben! Unternehmen Sie ausgedehnte Spaziergänge an kilometerweiten Sandstränden, schnappen Sie sich Ihr Fahrrad und radeln Sie über Deiche oder schippern Sie mit einem Kanu durch die Kanäle vorbei an verträumten Dörfern. Wahre Draufgänger springen auch bei kalten Temperaturen in die Brandung der Nordsee. Oder Sie gehen an Bord eines Segelschiffs und erkunden bei einem Törn auf der Nordsee eines der schönsten, aber gleichzeitig auch anspruchsvollsten Segelreviere der Welt. Speziell die Dynamik von Ebbe und Flut, die Strömungen, die Naturschutzgebiete und die schnellen Wetterumschwünge bieten spannende Herausforderungen.

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.

Auch beim Wandern genießen Sie die grenzenlose Weite des Wattenmeerraumes. Ein Klassiker schlechthin ist die Wattwanderung. So einen Spaziergang auf dem Meeresboden sollte jeder einmal gemacht haben. Sowohl in den Niederlanden als auch in Deutschland wandern Sie bei Ebbe mit einem fachkundigen Nationalpark-Wattführer durch das Watt – zu jeder Jahreszeit ein wunderschönes Erlebnis. Wer es dabei sportlicher mag, nimmt an einer geführten Tour vom Festland zu einer Insel teil. Tauchen Sie ein in den besonderen Naturraum mit seiner faszinierenden Pflanzen- und Tierwelt.

Und wenn so richtig schön beschaulich sein soll? Dann mieten Sie sich an einem der Kanäle ein Paddelboot und bewundern die Landschaft aus einer ganz anderen Perspektive. Auch Vogelliebhaber kommen voll auf ihre Kosten. Entdecken Sie in den Salzwiesen Rotschenkel, Austernfischer, Uferschnepfen, Brandgänse oder sogar den majestätischen Seeadler. Ein Muss sind die Zugvogeltage am niedersächsischen Wattenmeer im Oktober eines jeden Jahres. Wissenswertes rund um die Natur erfahren Sie übrigens auf den vielen Naturlehrpfaden in der Region oder auch beim Besuch der Nationalpark-Häuser in der Region. Ob Sie nun Vögel beobachten, in der Brandung baden, Radfahren oder auf dem Meeresboden spazieren gehen – hier können Sie durchatmen und eins sein mit der Natur.

Weitere Informationen zum INTERREG V A-Projekt Watten-Agenda 2.0 finden Sie hier: www.watten-agenda.de

Fotos: Janis Meyer (S. 1-5,12), Achim Meurer (S. 8-9,13-14)

Dieses Projekt wird im Rahmen des INTERREG-Programms von der Europäischen Union und den INTERREG-Partnern finanziell unterstützt.