

AMRUM

FREI

HOCH

DREI



@Foto: Stephanie Wörner

INHALT

03 RUBRIK INSEL- GESCHICHTE(N)

Die Friesenflagge

05 RUBRIK NATUR

Schutz der Dünentäler geht weiter

06 RUBRIK WOHLFÜHLEN

Weihnachtsgeschenke

07 RUBRIK TYPISCH ÖÖMRANG

Der Camping-Check

08 SOCIAL MEDIA PAGE

09 KONTAKT & IMPRESSUM



Foto: Nina Löchner

INSELGESCHICHTE(N)

DIE FRIESENFLAGGE



Was kocht da eigentlich im Topf? Wer hat die Krone auf? Und warum ist hier oben im Norden von Sklaverei die Rede? Die Nordfriesische Flagge, gern gehisst in Vorgärten der Insel, wirft Fragen auf. Zu allererst aber die nach der Entstehung.

Es war auf dem Volksfest der Nordfriesen am 10. Juni 1844 in Bredstedt auf dem Festland, als die Fahne das erste Mal im Wind wehte. Vermutlich stammt das darauf abgebildete Nordfriesen-Wappen aus dem Umkreis des Pastors und friesischen Vordenkers Christian Feddersen (1786-1874), der damals bei seinen Landsleuten – es war das Zeitalter der liberalen und nationalen Strömungen – intensiv für die Erhaltung einer friesischen Identität warb.

Bei der Gestaltung inspirierten typische Motive aus nordfriesischen Familienwappen. Der halbe Reichsadler symbolisiert die „**friesische Freiheit**“, die den Friesen einst von Kaisern des mittelalterlichen deutschen Reichs zugestanden wurde. Die Krone könnte ebenfalls auf jene Kaiser hindeuten, aber gemeint ist vermutlich eher die des dänischen Königs. Bis 1864 gehörten die nordfriesischen Gebiete dem von ihm regierten Gesamtstaat an.

Der Grütztopf, so fand der Regionalgeschichtsforscher Albert Panten heraus, könnte für brüderliche Gemeinschaft und Gleichheit in dem Sinne stehen, dass einst alle aus einem Topf aßen.

Ob aber tatsächlich Grütze gespeist wurde, oder vielleicht eher Grünkohl? In manchen Quellen wird jedenfalls eher letzteres berichtet.

Überhaupt beflügelte der Topf die Fantasie: Friesische Frauen, so geht eine erdichtete Sage des Sylter Chronist Christian Peter Hansen, hätten einst Feinde mit heißer Grütze in die Flucht geschlagen, als die Kampfkraft ihrer Männer erlahmte. Den Wunsch nach Frieden kannte Christian Feddersen zumindest nur zu gut: Er wirkte seinerzeit in der internationalen Friedensbewegung mit.

Auch der Wappenspruch »Liewer düd as Slav« kann auf Feddersen zurückgeführt werden. In seiner 1842 verfassten Schrift **»Fünf Worte an die Nordfriesen«** heißt es: »Ihr liebet die Freiheit und sprecht: **„Liewer düd aß Slaawe!“** So werdet denn keines Menschen Knechte! ... Zuvörderst nicht eure eignen, d. h. Knechte eurer eigenen, niedern Begierde. Diese Begierde ist das wilde Roß, das nicht herrschen darf über uns; wir müssen es zügeln, damit es willig dem Geiste sich unterwerfe.«

Ausgehend vom deutsch-dänischen Konflikt Mitte des 19. Jahrhunderts, der auf dem Bredstedter Volksfest bereits deutlich anklang, wurde »Liewer düd üs Slaaw« dann aber als antidänische Parole gedeutet. Das Adler-Wappen der Nordfriesen diente in diesem Sinne für viele als Symbol.

AMRUM DIE INSEL DER FREIHEIT #AMRUMFREIHOCHDREI



NATUR

SCHUTZ DER DÜNENTÄLER GEHT WEITER



©: Hanna Zimmermann

Inmitten der Amrumer Dünenlandschaft liegen einige feuchte Dünentäler, die Lebensraum für seltene und teils streng geschützte Tier- und Pflanzenarten sind. Sie müssen daher besonders geschützt und gepflegt werden: Denn verschwinden die Dünentäler durch Versandung oder Überwucherung durch Gehölze und Sträucher geht auch der Lebensraum einiger seltener Tiere, wie etwa der Kreuzkröte, verloren.

Vor einigen Jahren wurde bereits mit Maßnahmen zur Wiederherstellung feuchter Dünentäler begonnen. Im Januar dieses Jahres ging das Projekt in die zweite Runde, in dessen Rahmen bis Ende 2026 verschiedene Dünentäler zwischen Leuchtturm und Badeland gepflegt werden. Dabei kommen zwei Bagger zum Einsatz, die die alten Dünentäler ausschaben und so in den Anfangszustand eines feuchten Dünentals versetzen.

Ziel ist es, die teils mit Gehölzen und Sträuchern – wie Birken und Kiefern – zugewachsenen Dünentäler wieder zu öffnen und so den Lebensraum für die seltenen und teils streng geschützten Tier- und Pflanzenarten wiederherzustellen. Neben der Kreuzkröte sind das Pflanzen wie der rundblättrige Sonnentau, die heimische Moosbeere oder die Glockenheide. Außerdem werden Offenbodenstellen geschaffen und die trockenen Täler so vertieft, dass sie wieder Wasser führen.

Die bearbeiteten Flächen sehen zunächst zwar sehr kahl aus, entwickeln sich aber schnell. Die Sandflächen werden von Wind und Wetter natürlich modelliert und die Samen der seltenen Pflanzenarten in den Dünentälern offengelegt. Möwen und andere Vogelarten nutzen die Flächen am Rand der Dünentäler in der Brut- und Setzzeit. Kreuzkröten finden wieder offene und wasserführende Stellen zum Laichen und nutzen Uferränder als Tagesverstecke. Zudem entstehen Wanderkorridore zwischen den Dünentälern, sodass die Amphibien auch die neuen Gewässer besiedeln und sich damit im Gebiet ausbreiten können.

Aktuell sind die Arbeiten in den letzten Zügen und sollen Ende November abgeschlossen sein. Im Vergleich zum Vorjahr wurden 2024 mehr und größere Gehölze entfernt. Die Dünentäler – insgesamt acht südwestlich des Dünencampingplatzes in Wittdün – waren dagegen etwas kleiner als im letzten Jahr.

Auf dem nahe gelegenen Campingplatz gibt es jetzt übrigens einen kleinen Naturlehrpfad zum Thema Dünen: Neben einer großen Übersichtskarte am Eingang des Campingplatzes sind fünf Informationstafeln über den gesamten Platz verteilt. Außerdem stehen zwei neue Dünen-Tipis mit Platz für je eine ganze Schulklasse für weiterführende Lehrangebote zur Verfügung.



**#amrumfreihochdrei #inselgeschichten
#amrum #amrumliebe**

WOHLFÜHLEN

WEIHNACHTSGESCHENKE

@Foto: Mats Prieg



Warum nicht unter dem Weihnachtsbaum vom nächsten Amrum-Urlaub träumen? Diese Geschenke bringen ein bisschen Meer unter die Tanne – und machen einfach glücklich.

Wie wäre es zum Beispiel mit einem goldenen Anker an der Kette, einem Bernstein im Ring oder einem Amulett in Insel-Silhouette? Für maritime Schmuckgeschenke lohnt sich ein Blick in die Strandschmiede (strandschmiede-amrum.de), die Insel schmiede Rickmers (rickmers-schmuck.de) und in die Letj Schmuckkasje (letj-schmuckkasje-amrum.jimdosite.com).

Für eine kleine Meeresbrise im Bad sorgen die Meersalzseifen vom Amrum Laden (www.amrum-laden.de/meersalzseifen). Sie bestehen fast zur Hälfte aus Meersalz, zudem aus pflegenden Ölen wie Kokos und Sheabutter. Und die Pflanzenölseifen sind optisch von der Insel inspiriert – so kommt etwa die Seife Ialtörn als Schichtseife in der Kennung des Amrumer Seefeuers daher.

Ein besonderes Geschenk ist ohne Frage ein Gin von der Insel (www.amrum-gin.de). Oder wie wäre es mit einem Kochbuch, das verschiedene Amrumer Rezepte vereint (strandkoerbe-amrum.de/shop/amrumer-rezepte-ualang-oeoemrang-koeoegin/)?

Teeliebhaber freuen sich über die Friesischen Hausmischungen vom Amrumer Teekontor (amrumerteekontor.de) und Kaffeetrinker über den auf der Insel gerösteten Kaffee, erhältlich

beim AmrumSpa (amrumspa-kaffee-stickwaren.company.site) – neben Handtüchern, Decken, Fleecejacken und Co., von der hauseigenen Stickmaschine mit Leuchtturm, Amrum-Schriftzug oder -Silhouette bestickt.

Apropos Textil: Ein Hoody mit Amrum-Print kommt bei Inselfans garantiert gut an. Überhaupt gibt es zahlreiche Kleidungsstücke mit Inselbezug, etwa bei Jan S. Jannen (jansjannen.de), Rickmers Moden (www.seaside-destination-amrum.de/shop/) oder Amrum Design (amrum.design).

Oder darf es ganz klassisch ein Kalender sein? Empfehlenswert wäre hier etwa der mit den Amrumer Strandschönheiten, den handgemachten Tonfiguren von Matthias Menk (www.strandschoenheiten.com), aber auch der klassische Amrum-Kalender mit tollen Fotos von der Insel aus dem Quedens-Verlag. Über die Buchhandlung Quedens (quedens.de) sind außerdem schöne Bildbände oder spannende Amrum-Krimis erhältlich.

Wenn das Geschenk nicht unter den Weihnachtsbaum passen muss, kann es ja eigentlich auch ein Strandkorb sein: Über die Strandkorbvermietungen der Familie Martinen (strandkoerbe-amrum.de) und der Familie Boyens (boyens-amrum.de) können die maritimen Sitzmöbel tatsächlich auch gekauft und verschickt werden.

Ist der nächste Amrum-Urlaub schon geplant, bietet sich als Geschenk natürlich immer auch ein Gutschein für eine schöne Aktivität auf der Insel an – etwa für eines der Restaurants oder Cafés (www.amrum.de/gastronomie-auf-amrum), für eine Wattwanderung oder eine wohltuende Massage im AmrumSpa (www.amrumspa.de/gutscheine/).

Passend zu Weihnachten gibt es auch im Online-Shop der AmrumTouristik (www.amrum-shop.biz) ein paar Aktionsartikel wie den friesischen Adventskalender und die Amrum-Weihnachtskugel.

**#amrumfreihochdrei #inselgesundheit
#amrum #amrumliebe**

TYPISCH ÖÖMRANG

”

DER CAMPING-CHECK

“

Der nächste Sommer kommt bestimmt!

***Jetzt schon Urlaub an der Nordsee beim Dünencamping
Amrum planen!***

***Friso und Lukas wollen in Folge 21 herausfinden, was einen
Campingurlaub auf der Insel so besonders macht: Hier
dürfen die Camper mitten in den Dünen stehen und
ungewöhnliche Übernachtungsmöglichkeiten, wie
gemütliche Dünenlodges und ein Dachzelt Dorf stehen
bereit.***

Der Camping-Check:

Folge 21: Inselcamping Amrum - [hier](#) anschauen

**#amrumfreihochdrei
#öömrang
#amrum #amrumliebe**

SOCIAL MEDIA PAGE



<https://www.instagram.com/nordseeinselamrum>



<https://www.facebook.com/amrum>



<https://www.pinterest.de/amrum2326/>



<https://twitter.com/InselAmrum>

KONTAKT / IMPRESSUM

Verantwortlich für das Online Mag #amrumfreihochdrei:

primo PR

Am Borsdorfer 13

60435 Frankfurt

info@primo-pr.com

+ 49 (0)69/530 546 50

www.primo-pr.com

Ust-ID: DE 280778062 Finanzamt Frankfurt

Vertretungsberechtigte Gesellschafter und Online-Redaktion:

Nuray Güler: n.gueler@primo-pr.com

Anne Heussner: a.heussner@primo-pr.com

Das Online Mag AMRUMFREIHOCHDREI erscheint zweimal im Monat und wird an einen ausgewählten Medienverteiler digital versendet bzw. steht auch als Blättervariante online über www.flipsnack.com bereit.

Rechtliche Hinweise

Primo PR Anne Heussner & Nuray Güler GbR. Alle Rechte vorbehalten. Alle Inhalte (Texte, Bilder, Animationen) sowie deren Anordnung im Online Mag unterliegen dem Schutz des Urheberrechtsgesetzes und anderer Schutzgesetze. Die Inhalte dürfen nur im Rahmen der Schrankenbestimmungen des Urheberrechtsgesetzes vorbehaltlich weiterer anwendbarer Gesetze ohne vorherige schriftliche Zustimmung von primo PR genutzt werden. Für die Inhalte fremder, verlinkter Internetangebote wird keine Verantwortung übernommen.

Die Europäische Kommission stellt eine Plattform zur Online-Streitbeilegung (OS) bereit, die Sie hier finden <http://ec.europa.eu/consumers/odr/>

Sie erhalten diese Information, da wir davon ausgehen, dass diese für Ihre Tätigkeit als Journalist/Blogger/Medienvertreter relevant ist. Sollten Sie keine weiteren Informationen wünschen, so teilen sie uns dies per Mail an info@primo-pr.com bitte mit. Wir werden Sie unverzüglich aus dem Verteiler löschen.



www.amrum.de