WALLFAHRTSSTADT
KEVELAER

Der Bürgermeister
Peter-Plümpe-Platz 12
47623 Kevelaer
T 02832 122-991
F 02832 122-989
tourismus@kevelaer.de
www.kevelaer-marketing.de

Presse-Information 104.2026

Mit Kräutern gegen den November-Blues

Vitalprogramm verbindet Pflanzenwissen, Düfte und wohltuende Impulse

Kevelaer. Wenn die Tage kürzer werden, die Temperaturen sinken und der Himmel häufig grau bleibt, kann die Stimmung schnell getrübt sein. Kräuter, Beeren, Wurzeln und wärmende Exoten können in dieser Zeit besonders guttun und das Wohlbefinden auf natürliche Weise unterstützen.

Kräuterwissen für die dunkle Jahreszeit

Unter fachkundiger Begleitung der Kräuterexpertin und Waldtherapeutin Ute Stehlmann entdecken die Teilnehmenden am Freitag, 13. November 2026, in der Tourist Information im Solegarten St. Jakob ausgewählte Pflanzen und passende Kombinationen für die kalte Jahreszeit. Dabei geht es unter anderem um wohltuende Tees und um vielfältige Möglichkeiten, Kräuter im Alltag duftend und unterstützend einzusetzen. Auch die Frage, welche Pflanzen sich besonders eignen, um Körper und Stimmung in den Herbst- und Wintermonaten zu begleiten, wird im Rahmen des Kurses beantwortet. „Gerade im November können kleine, natürliche Wohlfühlmomente eine wertvolle Unterstützung sein. Kräuter bieten dabei eine beeindruckende Vielfalt“, erklärt

Daniela Cox, Wirtschaftsförderin und Leiterin vom Kevelaer Marketing.

Gemeinsam durch den November

Das Angebot im Rahmen des Vitalprogramms richtet sich an alle, die mehr über die Wirkung und Verwendung heimischer Pflanzen erfahren und neue Anregungen für den Alltag mitnehmen möchten. In entspannter Atmosphäre vermittelt Ute Stehlmann bei ihrem Vortrag „Mit Kräutern durch den November-Blues“ anschauliches Wissen zur persönlichen Wohlfühlroutine. Das Team vom Kevelaer Marketing lädt ab 15 Uhr gemeinsam mit dem „Kneipp-Verein Gelderland e. V.“ dazu ein, dem November-Blues mit natürlichen Düften, wärmenden Zutaten und praktischem Kräuterwissen zu begegnen.

Jetzt Tickets sichern

Tickets für das Vitalprogramm sind im Vorverkauf im Ticketshop unter www.tickets-kevelaer.de sowie in der Tourist Information im Solegarten St. Jakob erhältlich und kosten 3 Euro pro Person (zzgl. Servicegebühr). Kurzentschlossene können sich auch spontan am Treffpunkt für die Teilnahme anmelden. Weitere Informationen sind auf der Website www.kevelaer-marketing.de, in der Tourist Information im Solegarten St. Jakob oder telefonisch unter 02832 122-991 erhältlich.

Bildunterschriften und Nachweise:

1. 104.2026 PI Vitalprogramm Mit Kräutern durch den November-Blues, © Gerhard Seybert

   Die Teilnehmenden lernen während des Kurses die wohltuende Wirkung verschiedenster Kräuter kennen.

1.951 Zeichen (ohne Leerzeichen)