



## Einladung

zur  
Kandidatenvorstellung

Am Freitag, den 23. November um 20.00 Uhr  
im Landgasthof Stechl

Es stellen sich vor:

**Der Landrats-Kandidat Josef Neiderhell**

sowie

**Bürgermeisterkandidat Wast Mühlhuber  
und die Listenkandidaten der CSU.**

Im Anschluss an die Vorstellung ist Gelegenheit  
zur Diskussion.

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.



## Vorschau

11.11.07

Beteiligung am Kreiskoncert des Sängerkreises  
Wasserburg-Ebersberg in der Rotter Pfarrkirche.  
Beginn 17<sup>00</sup>

18.11.07

Vorstandssitzung im Probenraum um 19<sup>00</sup>.  
Um vollständiges Erscheinen wird gebeten.

30.11.07

Volksliedersingen beim Lichterglanzabend  
am Bauernmarkt. Beginn ??

Die Liedertafel Rott bedankt sich bei allen HelferInnen,  
die durch ihr Engagement unser Weinfest im Sommer-  
keller möglich gemacht haben. Ein besonderes Danke-  
schön gilt in diesem Zusammenhang vor allem denen,  
die als Nichtmitglieder durch ihr unentgeltliches Helfen  
uns so tatkräftig unterstützt haben.

Ihre



informiert:



**Inh.: C. Zangerl  
Bahnhofstr. 16  
83543 Rott a. Inn**

**Tel.:  
08039/902 905  
Fax.:  
08039/909 380**

**Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr.  
08:30 12:30 Uhr  
14:30 19:00 Uhr  
Samstag  
08:30 12:30 Uhr**

Die Abwehrkräfte stärken - so kommen Sie gut durch die kalte Jahreszeit.

Jetzt beginnt sie wieder, die kalte und nasse Jahreszeit, und mit ihr halten die Erkältungen Einzug. Überall wird geschneift und gehustet, und es ist schwer, sich dabei nicht auch anzustecken. Da ist wichtig, rechtzeitig die körpereigene Abwehr zu stärken, damit es einen nicht erwischt oder man zumindest glimpflich davon kommt.

Gerade in der Vorbeugung spielen pflanzliche Mittel eine besondere Rolle, wie z.B. Auszüge aus Dem Purpur-Sonnenhut - allein oder in Kombination mit Lebensbaum und wildem Indigo.

Bei Neigung zu Atemwegsinfekten helfen Tropfen aus der Kapland-Pelargonie oder auch eine breit gefächerte besondere Kombination aus sieben einheimischen Arzneipflanzen. Altbekannte Heilpflanzentees wie Holunder und Lindenblüte durchwärmen den Organismus und stärken das Immunsystem.

Vollwertige, ballaststoffreiche Kost mit frischem Obst und (Winter-)Gemüse unterstützt mit wertvollen Vitaminen, Mineralstoffen und bioaktiven Substanzen die Abwehr. Bei erhöhtem Bedarf oder einseitiger Ernährung kann der Bedarf auch durch ein Mittel der orthomolekularen Therapie ergänzt werden.

Täglich zügige Bewegung an der frischen Luft, mindestens 20 Minuten, in geeigneter Kleidung und festem Schuhwerk und regelmäßig durchgeführte Kalt-/Warmwasser-Reize (Wechselduschen) bringen den Kreislauf in Schwung, steigern die körperliche Leistungsfähigkeit und das Immunsystem und beugen auch seelischen Stimmungstiefs vor.

Da kann der Winter kommen!