

Marbacher STADTANZEIGER

MARBACH · AFFALTERBACH · ERDMANNHAUSEN · BENNINGEN · MURR · STEINHEIM · GROSSBOTTWAR · OBERSTENFELD

BOTTWARTALER
WOCHENBLATT

Wir suchen Bau-Grundstücke



Ihr Jürgen Kiefer
Geschäftsführer

**Marbacher
Immobilien**
Wohnbau · Verkauf · Vermittlung

Tel 07144 / 88 77 55 - 0
Mobil 0157 / 83 05 92 33
Mail info@marbacher.immo
Web www.marbacher.immo

Leben,
lachen,
kochen.

AUS LIEBE
ZUR KÜCHE

Küchenstudio
**PFFISTERER
FUCHS**
pfistererfuchs.de

DIE KÖCHIN

Am Puls der Stadt:
Das Stadtmagazin im Stadtanzeiger.

www.marbacher-zeitung.de

9. Oktober 2025 · Nr. 41/48. Jahrgang · Gesamtauflage 21.305

anzeigen@marbacher-zeitung.de · Telefon 07144/8500-0 · Telefax 07144/5001

Schnupfen, Husten, Fieber: Was jetzt hilft

Experten verraten, welche Hausmittel in der Erkältungszeit wirklich funktionieren.

VON ANKE DANKERS, DPA

MARBACH. Wenn es kühler wird, beginnt quasi die Erkältungszeit. Nicht jeder will da gleich zu Arzneimitteln greifen. Ob kratzender Hals oder laufende Nase – für nahezu jedes Erkältungssymptom gibt es Alternativen. Doch was bringen die, was sagt die Wissenschaft? Ob Hühnersuppe, Halswickel oder Fußbad – es gibt unzählige Mittel und Methoden bei Erkältungen, die häufig über Generationen hinweg weitergegeben werden. „Oft haben wir wissenschaftliche Erklärungen dafür, wie Hausmittel wirken“, sagt Prof. Dr. Andreas Michalsen, Chefarzt am Immanuel-Krankenhaus Berlin und Stiftungsprofessor für Naturheilkunde an der Charité. Klassische Studien gebe es meistens nicht, da sie niemand finanziere. Anders sieht das bei Arzneipflanzen aus, die oft gut erforscht sind. Wer sich einen Überblick zu Wirkung, Status und Nebenwirkungen verschaffen will, dem empfiehlt Dr. Heidi Braunewell, Vorstandsmitglied der Deutschen Gesellschaft für Phytotherapie, einen Blick auf die Webseite arzneipflanzenlexikon.info zu werfen. Ein Bottich warmes Wasser, dazu etwas Senfmehl oder Ingwerpulver, um die Durchblutung zu fördern, und schon hat man ein Fußbad,

das die Abwehrkräfte stärken soll. „Man weiß, dass die Temperatur der Füße auch die Temperatur in der Mund- und Rachenschleimhaut bestimmt“, sagt Michalsen. Damit könne man es manchen üblen Bakterien ungemütlich machen. „Das hat tatsächlich einen abwehrstärkenden Effekt“, sagt er. Wichtig dabei: Nicht mehr als zwei Esslöffel Senfmehl verwenden und maximal fünf bis zehn Minuten anwenden, da sonst die Gefahr von Hautirritationen und Verbrennungen besteht. Ähnlich wirken Halswickel mit Kartoffeln oder Leinsamen. Auch die klassischen Zwiebelsäckchen auf den Ohren sollen entzündungshemmend wirken. Und die heiße Hühnersuppe? Sie kann bei Erkältungen wohltuend sein – zumal sie dem angeschlagenen Körper zusätzliche Energie liefert. Laut der Stiftung Gesundheitswissen deuteten Laboruntersuchungen sogar auf eine antientzündliche Wirkung von Hühnersuppe hin. Diese Wirksamkeit habe man bei Menschen jedoch noch nicht nachweisen können. Kapuzinerkresse, Meerrettich und Ingwer sind die klassischen Scharfstoffe, die bei der Erkältungsabwehr zum Einsatz kommen. „Es gibt Studien, die belegen, dass durch diese Scharfstoffe Erkältungen abgekurzt werden können“, sagt Mediziner Mi-



Scharfmacher wie Ingwer sollen Viren und Bakterien das Leben schwer machen, die Zitrone macht Vitamin-C-Brausetabletten verzichtbar. Foto: dpa/Christin Klose

chalsen. Der Grund: Scharfstoffe wirken antiviral und antibakteriell. Als ätherische Öle, Badezusätze oder Tees: Arzneipflanzen kommen in unterschiedlichen Darreichungsformen daher. „Sehr hilfreich und auch gut erforscht“ ist laut Braunewell „ein Gemisch aus Thymian und Primelwurzeln, das Hustenbeschwerden lindert und die Krankheitsdauer verkürzt“. Auch Pflanzen wie Salbei, Pfefferminze, Spitzwegerich, Eibisch, Efeu, Süßholzwurzel und Fenchel haben sich bewährt. „Fast alle dieser hochkonzentrierten Heilpflanzen

haben eine antivirale oder antibakterielle Wirkung“, sagt Michalsen. Während Efeu bei bronchialen Infekten helfe und krampfartigen Husten löse, wirke Süßholzwurzel entzündungshemmend und schleimlösend. Wenn es um die Wirkung geht, rät die Expertin von Thymian und Co. aus dem eigenen Garten ab, und auch vom Supermarktregal: „Wenn ich einen Pfefferminztee in Lebensmittelqualität nehme, kann ich nicht damit rechnen, dass er antiviral und antibakteriell wirkt“, erläutert die Expertin. Stattdessen sollte man zu Arzneitees aus

der Apotheke oder aus dem Reformhaus greifen. Wichtig: Pfefferminze und andere ätherisch-ölhaltige Heilpflanzen sollten nicht bei Kindern unter zwei Jahren angewendet werden, da sie einen Atemstillstand auslösen können. Abgesehen davon bergen Heilpflanzen aber selten Risiken oder Nebenwirkungen. „Mit Thymian und Salbei kann man sich kaum vergiften. Was die Wirkung betrifft, sind Arzneipflanzen weniger stark als chemisch synthetisierte Medikamente“, sagt Michalsen. Wichtig: Bei Fertigarzneimitteln sollte man

sich an den Beipackzettel halten. Ob im Tee oder direkt vom Löffel: Honig hat eine entzündungshemmende, antibakterielle und antivirale Wirkung, sagt Andreas Michalsen. Laut Stiftung Gesundheitswissen kann Honig Hustenattacken lindern und einem besseren Schlaf dienen. Dabei muss es nicht der teure Manuka-Honig sein. Dass der besonders gut helfe, „ist gutes Marketing. Wadenwickel sind der Klassiker, wenn es darum geht, das Fieber zu senken. Laut Stiftung Gesundheitswissen sollen die kühlen Wickel bewirken, dass der Körper mehr Wärme abgibt und das Fieber dadurch sinkt. Einen Nachweis der Wirkung gebe es jedoch nicht. Grundsätzlich ist Fieber nichts Schlechtes: Der Körper versucht durch die Erwärmung die Viren und Bakterien zu bekämpfen. Wenn das Fieber jedoch mehrere Tage lang anhält und über 39 Grad bleibt, rät der Mediziner dringend dazu, einen Arzt aufzusuchen. Und Vitamin C? Zwar ist in vielen Medizinprodukten Vitamin C enthalten, aber die Erkältung verbessert das nicht. „Natürlich ist es gut, frische Lebensmittel zu essen. Vitamin-C-Brausetabletten oder ähnliche Präparate sind nicht notwendig“, sagt Experte Michalsen.

Frisch vermählt?

■ MARBACH Flitterwochen vorbei und auf geht's zurück zur Arbeit, ohne große Worte. Für den Job sollte sich durch die Heirat ja nichts geändert haben, oder? Doch, und deshalb sollte der Arbeitgeber über die Heirat informiert werden. Denn es hat tatsächlich finanzielle Auswirkungen. „Der Arbeitgeber muss wissen, in welcher Steuerklasse sich die Mitarbeiter befinden“, erklärt Volker Görz, Fachanwalt für Arbeitsrecht. Er ist Fachanwalt für Arbeitsrecht in Köln und Leiter des Fachausschusses Betriebsverfassungsrecht und Mitbestimmung im Verband deutscher Arbeitsrechtsanwälte (VDAA). Wer heiratet, bei dem ändert sich in der Regel die Steuerklasse. Das heißt: Die Anzeigepflicht nach der Hochzeit existiert aus rein steuerlichen Gründen. Änderungen im Personenstand müssen dem Arbeitgeber nämlich grundsätzlich nicht angezeigt werden. Angestellte, die verheiratet sind, können Görz zufolge auch einen besseren Kündigungsschutz vor betriebsbedingten Kündigungen genießen. Selbst wenn der Heiratsstatus keinen kompletten Schutz bietet, muss der Arbeitgeber die Unterhaltspflicht für die Familie oder den Ehepartner bei einer potenziellen Kündigung zumindest berücksichtigen. dpa/tmn

Anzeigen

Kühnle METZGEREI

3x in Ihrer Nähe:
Affalterbach
Marbach
Steinheim

DIESE WOCHE PREISREDUZIERT

Schweine Spare-Ribs	100 g statt 0,99 nur	0,75 €
1a Schweinehals ohne Bein	100 g statt 1,69 nur	1,45 €
Gemischtes Gulasch	100 g statt 2,45 nur	1,75 €
Nur ausgesuchte magere Würfel		
Gerauchte Schinkenwurst	100 g statt 1,82 nur	1,45 €
Feinste Sahne-Leberwurst	100 g statt 1,78 nur	1,55 €

Angebote gültig vom 8.10. bis 14.10.2025 solange Vorrat reicht. Aktuelle Tagesessen im Internet:

Unsere Familienmetzgerei: www.metzgerei-kuehnle.de

BLICKWERT
IMMOBILIEN

der Wert Unser Blick Ihre Immobilie

Verkauf
Vermietung
Ankauf

+49 172 28 141 73
+49 7144 13 06 107

info@blickwert-immobilien.de
www.blickwert-immobilien.de

Haugweg 28 · 71711 MURR

Las CANTANTES
de Manila
MR. DARWIN VARGAS, CONDUCTOR

Konzert
am Donnerstag 16. Oktober
2025 Kath. Kirche in
Burgstetten-Burgstall
Beginn 19 Uhr

Eintritt frei - Spenden erbeten

Metzgerei + Partyservice Sommer
Inh. Jürgen Sommer
Steinheimer Straße 17
71711 Steinheim-Kleinbottwar
Tel. 07148/1222, Fax 07148/4050
www.metzgersommer.de

Schwäbisch-Hällisches
Qualitätsschweinefleisch g.g.A.

Schnitzel vom Haller Landschwein	100 g	€ 1,89
Katenrauch – Salami naturgereift, eigene Herstellung	100 g	€ 2,65
Französischer Tortenbrie	100 g	€ 1,69
Debreciner / Käsebeißer	100 g	€ 1,69

Gültig solange der Vorrat reicht!

Aktion „Bayerische Woche“ vom 14. bis 18. Oktober 2025

Musikschule
MARBACH-BOTTWARTAL

Konzert zum "Jahr der Stimme 2025"
Bürgersaal,
Kloster Steinheim

Samstag, 11.10.2025, 17 Uhr, Eintritt frei
Es musizieren die Popakademie (Chor) der Anne-Frank-Realschule Marbach, die Rockband der Musikschule und Schüler*innen aus der Gesangsklasse von Anja Wichmann

Kauf vor Ort

Weil deine Stadt alles hat.

**Kaufgesuche
Nutzfahrzeuge**

**Wir kaufen Wohnmobile
+ Wohnwagen**
Tel. 03944-36160, www.wm-aw.de (Fa.)

Schnäppchenjäger aufgepasst:
Hier gibt's die besten Angebote.

Wer Anzeigenblätter liest, ist stets informiert über die besten Angebote.

**Marbacher
STADTANZEIGER**

www.marbacher-zeitung.de

MARBACH
AUF EINEN
Blick

SAMSTAG, 18.10.2025, 19:00 UHR

Abenteuer Pubertät - So peinlich kommen wir nicht mehr zusammen

Matthias Jung ist Deutschlands bekanntester Pubertäts- und Familiencoach, Diplom-Pädagoge, zweifacher Vater und SPIEGEL Bestseller Autor. Seine Programme sind eine einzigartige Mischung aus Sachverstand und Humor, faktenreich und äußerst unterhaltsam. Wer hat Teen-ager in der Pubertät? Der kennt hitzige Diskussionen über Schule, Zimmer aufräumen, Helfen im Haushalt, der weiß, whatsApp ist überlebenswichtig und Hygiene überschätzt. Jedenfalls aus der Sicht der Teenager. Man muss lernen loszulassen! Am liebsten wohl die Kreditkarte. Es harmonisiert prächtig, aber chillt mal Eltern, Matthias Jung kommt zur Hilfe und nimmt seine Zuschauer mit auf eine Reise in die Welt der heutigen Jugendlichen und Teenager. Karten im VVK zu 23,- / 17,50 Euro (erm.) bei allen Reservix-Vorverkaufsstellen - in Marbach bei Buchhandlung Taube (Marktstraße 2) und bei Euli-Service (Hauptstraße 8 in Rielingshausen). Im Internet sind Karten unter www.reservix.de erhältlich (zzgl. Servicegebühr) sowie über die Tickethotline 0761 888499 99 (Achtung abweichende Kosten). Karten kosten an der Abendkasse (ab 18 Uhr) 25,-/20,- Euro. Gemeindehalle Rielingshausen
Veranstalter: Kulturamt

DONNERSTAG, 09.10.2025, 19:30 UHR Einführungsvortrag zum Oratorium „König David“ Einführung und Klangbeispiele mit Bezirkskantor Andreas Willberg. Aufführungstermin: 12.10.2025, 18 Uhr, Infos: www.evkg-marbach.de Martin-Luther-Haus Veranstalter: Ev. Kirchengemeinde Marbach	SAMSTAG, 11.10.2025, 14:30 UHR Wanderung zum Galgen Mit Wanderführer Arthur Tews, Dauer ca. 2 Stunden. Treffpunkt: Gasthof Ochsen Veranstalter: Schwäbischer Albverein e.V.	SONNTAG, 12.10.2025, 18:00 UHR Oratorium „König David“ von Arthur Honegger Aufführung mit Rezitationen. Mit Rudolf Guckelsberger, Sarah Böhm, Regina Gärnegreß, Roger Gehring sowie dem Konzertchor und Orchester der Kantorei Marbach. Eintritt frei, Spenden erbeten. Infos: www.evkg-marbach.de Alexanderkirche Veranstalter: Evangelische Kirchengemeinde Marbach	MITTWOCH, 15.10.2025, 15:00 UHR Vortrag und Lesung: Teatime bei Jane Austen Mit Andrea Hahn und Isabel Schmierer, Karten 27,- Euro (inkl. Kaffee und Kuchen) im Antiquariat friedrich, Infos: www.schillersgeburtshaus.de Metzgerlei Bären (Lokal) Veranstalter: Schillerverein Marbach
DONNERSTAG, 09.10.2025, 19:30 UHR Lesung: „Mörike, unter anderem...“ Mit Andreas Hackenberg. Eintritt: 10,- Euro, Karten im Antiquariat erhältlich, Infos: www.friedrich-marbach.de Antiquariat friedrich Veranstalter: Antiquariat friedrich	SAMSTAG, 11.10.2025, 18:00 UHR Finissage: Werke von Leif Kauz-Zeller Mit Leif Kauz-Zeller, Infos: www.scheuing-bartelmess.de/kunststall-am-weidenbach/ Kunststall am Weidenbach in Rielingshausen Veranstalter: Kunststall am Weidenbach	MONTAG, 13.10.2025, 19:30 UHR Szenisch-musikalische Lesung: Kafka Mit Max Rohland und Gabor Kovacs, Eintritt frei, Infos: www.dla-marbach.de Deutsches Literaturarchiv Marbach Veranstalter: Deutsches Literaturarchiv Marbach	DONNERSTAG, 16.10.2025, 15:00 UHR Tanz und Bewegungsworkshop Für Menschen mit Demenz. Mit dem Stuttgarter Ballett JUNG+. Anmeldung erforderlich: info@awo-marbach.de Martin-Luther-Haus Veranstalter: AWO Ortsverein Marbach-Bottwartal e.V.
Freitag, 10.10.2025, 19:00 UHR Workshop: Oxymel und Firecider Mit Beate Jung-Schäfer, Infos: www.imker-marbach.de TSG-Vereinsgaststätte, Steinheim an der Murr Veranstalter: Bezirksbienenzüchterverein Marbach	SAMSTAG, 11.10.2025, 19:00 UHR Auf uns - offenes Singen Mit Sarah Neumann, Fabian Friedl und Steffen Grell. Eintritt: VVK 16,- Euro, AK 19,- Euro. Vorverkauf in der Buchhandlung Taube in Marbach oder www.auf-uns-singen.de. Abendkasse ab 18 Uhr. Schlosskeller Veranstalter: Sarah Neumann und Kulturamt	Dienstag, 14.10.2025, 14:30 - 18:00 UHR LetsDok 2025: Demokratie mitgestalten Medien erzeugen Echokammern, Teil 3. Infos unter www.letsdok.de, Kooperation der Landeszentrale für politische Bildung, Treff Q, Stadtmktetingverein, Bürgerstiftung, Tobias-Mayer-Museum. Treff Q Veranstalter: Landeszentrale für politische Bildung, Treff Q, Stadt	Freitag, 17.10.2025, 11:00 UHR Einweihung des neuen Wasserstoff-Lernlabors Anmeldung erbeten: vorsitz@solarverein-marbach.de Friedrich-Schiller-Gymnasium Veranstalter: Solarverein Marbach e.V.
Freitag, 10.10.2025, 20:00 UHR Konzert mit Ian Key Band Jubiläumskonzert der Band, Einlass ab 19.30 Uhr, Infos: www.cafe-provinz.de Café Provinz Veranstalter: Café Provinz	SAMSTAG, 11.10.2025, 09:00 UHR Altpapiersammlung des Kanu-Clubs Infos: www.kc-marbach.de/altapiersammlung Stadtgebiet Veranstalter: Kanuclub Marbach	Sonntag, 12.10.2025, 11:00 UHR Vernissage „Schriftkunst & Freiheitsgeist - Schiller & Co neu geschrieben“ Ausstellung von Kalligraphie² - Heike Bayreuther und Herta Singer, zu sehen bis 22.11.2025, Infos: www.wendelinskapelle.de Galerie Wendelinskapelle Veranstalter: Galerie Wendelinskapelle	SAMSTAG, 18.10.2025, 09:00 - 13:00 UHR Repair-Café geöffnet Reparaturen vorab melden: www.repaircafe-marbach.de/ Kontakt oder per E-Mail: anmeldung@repaircafe-marbach.de, Infos: www.repaircafe-marbach.de Treff Q Veranstalter: Repair-Café Marbach
		Dienstag, 14.10.2025, 19:30 UHR Lesung und Gespräch: „Elvis Presley, die Alpen...“ Infos: www.dla-marbach.de Deutsches Literaturarchiv Marbach, Humboldt-Saal Veranstalter: Deutsches Literaturarchiv Marbach	SAMSTAG, 18.10.2025, 10:00 UHR Kinderkleidermarkt Infos www.kleidermarkt-marbach.de Stadthalle Schillerhöhe Veranstalter: Elternforum Marbach e.V.

WWW.SCHILLERSTADT-MARBACH.DE

Notdienste

ÄRZTLICHER NOTDIENST

Die Öffnungszeiten der Notfallpraxis in Ihrer Nähe werden bei Anruf innerhalb der Sprechzeiten über die **116 117** per Bandansage mitgeteilt
Die Sprechzeiten der Nummer **116 117** lauten:
Freitag: 16 Uhr (bis Montag, 7 Uhr)
Samstag: rund um die Uhr
Sonntag: rund um die Uhr (bis Montag, 7 Uhr)
Darüber hinaus gibt es Informationen zu möglichen kinderärztlichen Bereitschaftsdiensten in der Nähe. In Regionen, in denen keine Notfallpraxis zur Verfügung steht oder für Patienten, die nicht mobil sind, steht darüber hinaus ein Hausbesuchsdienst zur Verfügung
AUGENARZT
Augenärztliche Notfallpraxis am Katharinenhospital Stuttgart, Kriegsbergstraße 60, Haus K, Telefon 0711-278-33100 oder Telefon: 0180 6071122
Sprechzeiten: Freitag 16 bis 22 Uhr
Samstag und Sonntag sowie Feiertags 8 bis 22 Uhr
HNO-ARZT
Bereitschaftsdienst zu erfragen unter 19222
ZAHNARZT
Bereitschaftsdienst zu erfragen unter 07 11 / 7 87 77 33
TIERARZT
Notdienst zu erfragen unter 0 71 41 / 29 01 01
APOTHEKEN
Apotheken-Notdienstfinder: Tel. 08 00 00 22 8 33, Handy 22 8 33 (69 ct/Min.) oder www.aponet.de. Wechsel des Notdienstes täglich 8.30 Uhr (auch sonn- und feiertags)
Samstag, 11. Oktober Ludwigsburg
Apotheke Poppenweiler, Steinheimer Str. 17, Tel.: 07144 - 1 44 40, apopopp@arcor.de
Sonntag, 12. Oktober Ludwigsburg
Mylus Apotheke Oßweil, Friesenstr. 54, Tel.: 07141 - 7 02 49 60, ossweil@mylius-apotheke.de
ELEKTRO-NOTDIENSTE
Tel. 0 71 41 / 22 03 53 (jeweils ab Freitag, 13 Uhr)
GAS-/WASSERNOTDIENST
Wasserversorgung Marbach Tel. 01 72/7 43 01 21
Gas-/Wassernotdienst
Innung Sanitär und Heizung Ludwigsburg
www.kh-lb.de/innungen-betriebe
SOZIALE DIENSTE
Diakoniestation Marbach e.V.: Kranken- und Altenpflege, Beratung und Begleitung, Hauswirtschaftliche

Versorgung, Stundenweise Betreuung, Demenzgruppe, Förderkreis „Von Mensch zu Mensch“. Tel. 07144/8443– 0, Untere Holdergasse 4.
Diakoniestation Bottwartal e.V.: Ambulante Kranken- und Altenpflege, Pflegeberatung, Hauswirtschaft, Betreuung, Tel. 0 71 44 / 16061-0.
Diakoniestation Großbottwar: Ambulante Kranken- und Altenpflege, Familienpflege und Nachbarschaftshilfe, Hospizgruppe, Demenzgruppe, Essen auf Rädern, Tel. 0 71 48 / 64 44.
Diakoniestation Mittleres Murrta, Außenstelle Kirchberg/Murr: Kranken- und Altenpflege, Familienpflege, Nachbarschaftshilfe, Betreuung, Hausnotruf, Tel. 071 91/344240.
Pflegedienst „Die Pflegeengel“, ambulante Pflege, Tagespflege, Seniorenbetreuung, Steinheim, Karlstraße 1, Tel. 0 71 44 / 27 86 05.
PsychoSoziales Netzwerk gGmbH
Hilfe für Menschen mit seelischen Erkrankungen Ludwigsburg, Tel.: 07141/ 9454-0
MSD (Behindertenfahrdienst, Essen auf Rädern und Hausnotruf) des DRK Ludwigsburg, Reuteallee 19, Tel. 0 71 41 /12 02 22; Soziale Dienste des ASB, Ludwigsburg, Tel. 0 71 41 / 7 47 33.
Sozialpsychiatrischer Dienst des Landkreises Ludwigsburg, Ambulante Beratung und Betreuung psychisch kranker Menschen und ihrer Angehörigen. Tel. 0 71 41 /1 44-14 00.
Frauen für Frauen, Abelstr. 11, Ludwigsburg; Beratungen für Frauen in den Bereichen Krisen/ Beziehungsprobleme/Trennung, Sexualisierte Gewalt, Ess-Störungen, Mobbing, Terminvereinbarung 0 71 41 / 22 08 70; Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt 0 71 41 /64 94 43; Frauenhaus 0 71 41 / 90 11 70, Beratung und Aufnahme von misshandelten Frauen und ihren Kindern; Wochenendnotruf LUNO 0 71 41 / 90 11 70.
Notruf für misshandelte Frauen: Ludwigsburg, Tel. 0 71 41 / 37 84 96, mittwochs von 20 bis 22 Uhr (sonst AB).
Invitare, Beratungsstelle für schwangere Mädchen und Frauen, Alleinerziehende und Familien in Not- und Krisensituationen, Mörikestraße 118, Ludwigsburg, Tel. 0 71 41 / 92 27 78, www.invitare.de
Betreuungsverein für den Landkreis Ludwigsburg, Tel. 0 71 41 / 95 51 60 .
Krankenwagen rund um die Uhr. Rettungsleitstelle Ludwigsburg, Tel. 0 71 41 / 1 92 22, über Marbach, Tel. 071 44/ 1 92 22.
Ambulante Pflege, Tel. 0 71 44 / 8 13 30; 01 72 / 7 64 75 50.
Selbsthilfegruppe Fibromyalgie, 071 44/8 01 58 45.
Rheuma-Liga, Auskunft Tel. 0 71 44 / 22484.
Impfsorgentelefon 0 67 62 /85 56 oder 0 71 44 / 86 25 35, Montag bis Freitag 9 bis 11 Uhr.

Das Branchen-ABC

„Alles aus einer Hand“

- über 30 Jahre -

Duschen

die Spass machen!

Aufmaß - Fertigung - Montage

rahmenlose

Glock

Glas-Duschen

nach Mass

71729 Erdmannhausen

Tel. 07144/5181, Fax 34849

Ausstellungsraum (tel. Anmeldung)

Computerservice

Glock

Elektronik Service

Computer Service

Tel. 07144/332453

Fax 07144/332657

Ulrichsrain 3

71729 Erdmannhausen

Heizungsbau

Ofen- u. Heizungs-service GmbH

Heizungsbau

Ölfeuerungen

Gasfeuerungen

Brennwert-technik

BRAUN

Meisterbetrieb

Untere Holdergasse 34

71672 Marbach

Tel. (07144) 14454, Fax 91322

Mobil: 0171/2376224

Raumausstattung

RUPP

Raumaus-stattung

● Gardinen

● Bodenbeläge

● Parkett

● Maler-/Tapezierarbeiten

● Sonnenschutz

● Polsterarbeiten

71711 Steinheim-Kleinbottwar

Blumenstraße 14, Tel. 07148/5252

Computer

SCHWARZ & ROHLOFF

IT-SYSTEMHAUS

Ihr IT-Partner in Affalterbach.

■ Partnerschaftlich

■ Transparent

■ Offen

Tel. 07144 89 63-0

Web www.s-r.it

Fenster/Türen/Markisen

Fenster Haustüren

Rollläden Markisen

Sonnenschutz

porsche

Neue Straße 20

71576 Burgstetten

Telefon 07191/8098102

info@rollladen-porsche.de

www.rollladen-porsche.de

Torbau

MAURER

TORBAU | TÜREN | TERRASSENDACHER

Backnanger Straße 4 | 71672 Marbach

07144 332766 | www.maurer-torteknik.de

Tore aller Art nach Maß

E-Antriebe, Reparaturen

Elektro- und Beiputzarbeiten

Haustüren, Vordächer

Balkonverkleidung

Markisen, Sonnenschutz

Terrassenüberdachung

Edelstahlbearbeitung

Musikschule

MARBACH-BOTTWARTAL

Einweihung Wittmayer Cembalo

mit Kammermusik von G. Fr. Händel, J. Chr. Schickhardt, A. Scarlatti und A. Vivaldi.

Freitag, 17.10.2025 um 19 Uhr, Eintritt frei

Musikschule Steinheim, Raum 1

Ihr Einsatz ist unbezahlbar. Deshalb braucht sie Ihre Spende.

seenotretter.de

Lokal verwurzelt: Engagement, das verbindet.

MARBACHER STADTANZEIGER

www.marbacher-zeitung.de

Marbacher STADTANZEIGER

Marbach & Bottwartal

Der gemeinsame Lokalteil

MARBACHER ZEITUNG BOTTWARTAL

STUTTGARTER ZEITUNG

Impressum

Marbacher STADTANZEIGER

Kostenloses wöchentlich erscheinendes Anzeigenblatt für Marbach, Umgebung und das Bottwartal.
Verlag: Stuttgarter Nachrichten Verlagsgesellschaft mbH
Plieninger Str. 150, 70567 Stuttgart
Geschäftsführer: Herbert Dachs
Verantwortlich für die Redaktion: Reimund Abel
Südwest Media Network GmbH
Plieninger Str. 150, 70567 Stuttgart
Telefon 0711 7205-0
Verantwortlich für Anzeigen und Beilagen: Oliver Nothelfer
Südwest Media Network GmbH
Plieninger Str. 150, 70567 Stuttgart
Telefon 0711 7205-0
Es gilt die Anzeigenliste Nr. 4 vom 1.1.2025.
Anzeigenschluss: Dienstag, 10 Uhr

Anzeigenveröffentlichung behält sich der Verlag vor. Für die Richtigkeit telefonisch aufgebener Anzeigen oder Änderungen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Der Nachdruck von Anzeigen ist nur mit Genehmigung des Verlages gestattet.
Verteilung: MMD Verteildienst GmbH & Co. KG, Telefon 0711 7205-5440
E-Mail qualitaet@mmd-verteildienst.de
Verteilte Auflage: 21 305 Exemplare
Druck: Ungeheuer + Ulmer KG GmbH + Co. Körnerstraße 14-18, 71634 Ludwigsburg
Wir verwenden für die Herstellung Recyclingpapier.
In Anzeigenkooperation mit
Marbach & Bottwartal

Digitales Erbe: Was passiert mit den eigenen Daten?

Wertvolle Tipps zu Nachlassregelungen für Online-Konten und Social-Media-Profile.

Von der Redaktion

STUTTGART. Haus, Schmuck oder Aktien: An ein Testament für Vermögenswerte denken viele. Nicht aber an die unzähligen Accounts für E-Mails, Social Media, Streamingportale, Shopping oder Onlinebanking, die sich im Laufe des Lebens ansammeln. Warum es sinnvoll ist, auch den digitalen Nachlass frühzeitig zu regeln und wie Nutzer dabei vorgehen sollten, erklärt Alina Gedde, Digital-expertin von Ergo. Sabine Brandl, Juristin der Ergo Rechtsschutz Leistungs-GmbH, weiß außerdem, welche rechtlichen Regelungen gelten.

Warum das digitale Erbe wichtig ist

Digitale Daten und Zugriffsrechte gehören wie Gegenstände oder Vermögenswerte zur Erbmasse – mit allen Rechten und Pflichten. Das hat 2018 der Bundesgerichtshof entschieden. Beim digitalen Erbe geht es darum zu entscheiden, was nach dem Tod oder bei Handlungsunfähigkeit aufgrund einer Erkrankung oder eines Unfalls mit Online-Konten, -Abos und -Profilen passieren soll. Die Erben benötigen außerdem die entsprechenden Zugangsdaten. „Damit entlasten die Erblasser ihre

Angehörigen, die sonst mühsam danach suchen müssten und meist nicht ohne Weiteres Zugang zu den Konten bekommen“, so Gedde.

Übersicht verschaffen und Liste anlegen

Um ihr digitales Erbe zu regeln, sollten sich Nutzer im ersten Schritt eine Übersicht aller bestehenden Accounts verschaffen. Wer das regelmäßig tut, kann bei dieser Gelegenheit auch überflüssige Konten oder Abos löschen beziehungsweise kündigen. Denn Rest gilt es auf einer Liste zu notieren – inklusive Zugangsdaten sowie der Information, was damit im To-

Um das digitale Erbe zu regeln, sollten sich Nutzer im ersten Schritt eine Übersicht aller bestehenden Accounts verschaffen. Wer das regelmäßig tut, kann bei dieser Gelegenheit auch überflüssige Konten oder Abos löschen, beziehungsweise kündigen.

desfall passieren soll.

Zum Beispiel das ungelasene Löschen von Chats oder die Erlaubnis zum Kopieren von Fotos. „Nutzer sollten vorab die Datenschutzbestimmungen der Plattformen prüfen, um sicherzustellen, dass ihre Anweisungen im Einklang mit den jeweiligen Richtlinien stehen“, rät Gedde.

Bei einigen Diensten wie Google oder Facebook können Nutzer auch in den Einstellungen festlegen, dass nach einem bestimmten Zeitraum ohne Log-in eine bestimmte Person Zugriff auf das Konto erhält oder der Account gelöscht wird. Hilfreich ist auch zu kennzeichnen, wo Abogebühren oder sonstige Kosten anfallen, damit die Erben diese Dienste als Erstes kündigen können. „Es ist wichtig, die Liste auf dem neuesten Stand zu halten und zum Beispiel Passwortänderungen direkt einzutragen“, so die Digitalexpertin. Sie empfiehlt, die Übersicht anschließend auf einem verschlüsselten USB-Stick zu speichern oder den Ausdruck beispielsweise in einem Bankschließfach oder Safe aufzubewahren. Wichtig ist, dass die Angehörigen im Ernstfall Zugriff haben.

Bevollmächtigten festlegen

Ist die Liste erstellt, gilt es im zweiten Schritt, eine Vertrauensperson zu bestimmen, die sich im Ernstfall um die digitalen Angelegenheiten kümmert. Dazu geeignet ist beispielsweise eine schriftliche Vollmacht. „Wichtig hierbei: Das Dokument muss Ort,

Datum, Unterschrift sowie den Zusatz „gilt über den Tod hinaus“ enthalten“, so Sabine Brandl, Juristin der ERGO Rechtsschutz Leistungs-GmbH. Zur eindeutigen Identifizierung des Vollmachtgebers empfehlen sich auch dessen Anschrift und Geburtsdatum.

„Über den Tod hinaus“

Je nach Wunsch kann die Vollmacht „über den Tod hinaus“ oder „im Falle meines Todes“ erteilt werden. Im ersten Fall gilt sie sofort, im zweiten erst nach dem Ableben des Vollmachtgebers. Eine Mustervorlage bietet beispielsweise die Verbraucherzentrale auf ihrer Website zum Download an. Brandl empfiehlt, die ausgewählte Person im Vorfeld zu informieren und sie wissen zu lassen, wo sich die Account-Liste findet und wie sie zugänglich ist. Übrigens: Eine Vollmacht muss nicht zwingend notariell beurkundet sein.

Digitales Erbe im Testament

Eine Alternative ist es, den digitalen Nachlass mit einem Testament zu regeln. Damit können Nutzer festlegen, was



Digitale Spuren: Frau sitzt am Laptop und schaut auf Smartphone

Foto: Ergo Group

mit Accounts, Daten oder Datenträgern nach dem Tod passieren soll. Möglich ist zum Beispiel die Löschung oder ein Ausschluss des Zugriffs auf Nutzerkonten durch bestimmte Personen.

Wichtig ist auch hier eine Liste der Accounts und Passwörter. „Sind finanzielle Angelegenheiten betroffen, kann es sinnvoll sein, eine Vertrauensperson zum Testamentsvollstrecker zu ernennen, die sich um die Umsetzung kümmern soll“, so Brandl.

„Damit das Dokument im Ernstfall gültig ist, muss es

vollständig handschriftlich und eindeutig formuliert sein sowie Ort, Datum und Unterschrift enthalten.“

Auch wenn es keine Pflicht ist, kann es durchaus sinnvoll sein, das Testament von einem Rechtsanwalt prüfen zu lassen.

Was passiert, wenn der digitale Nachlass nicht geregelt ist

Ist kein Testament vorhanden und zu Lebzeiten kein Bevollmächtigter bestimmt, sind automatisch die Erben für die Online-Konten des Verstorbenen verantwortlich. „Denn

Accounts sind Teil des Erbes“, erläutert die Rechtsschutzexpertin. „Ist keine Liste der Zugangsdaten vorhanden, ist es für die Erben meist schwierig, sich um den digitalen Nachlass zu kümmern. Auch eine gesetzliche Regelung gibt es hier derzeit noch nicht.“

Laut eines Urteils des Bundesgerichtshofs sind Social-Media-Anbieter allerdings dazu verpflichtet, Erben vollständigen Zugriff auf das Konto zu gewähren.

Bei vielen Online-Diensten ist das nach Vorlage des Erbscheins oder einer Sterbeurkunde möglich.

Ein Heimatgefühl für alle

Die Hospiz- und Palliativbewegung setzt sich für mehr gesellschaftliche Vielfalt ein.

Seit den Anfängen der Hospizbewegung in den 1980er Jahren begleitet die Hospiz- und Palliativbewegung Menschen in ihrer letzten Lebensphase – grundsätzlich unabhängig von Herkunft, Religion, Hautfarbe, sexueller Orientierung, sozialem Status oder Lebensweise. Das Thema Vielfalt gewinnt für den Deutschen Hospiz- und Palliativverband (DHPV) immer mehr an Bedeutung, weil in der Gesellschaft Ausgrenzung, Rassismus, Antisemitismus, Queerfeindlichkeit und soziale Ungleichheit keine Randphänomene mehr sind. „Vor diesem Hintergrund wollen wir zeigen: Erstens sind Hospizarbeit, Palliativversorgung und Trauerbegleitung für alle Menschen da, egal, woher sie kommen und welchen Hintergrund sie mitbringen. Und

zweitens sind im hospizlichen Ehrenamt alle Menschen willkommen und erwünscht“, betont Prof. Winfried Hardinghaus, Vorsitzender des DHPV.

Unterschiede sehen und sie aushalten

Der Verband setzt dabei auf den Mut, sich zu öffnen – für andere Lebensrealitäten, für neue Perspektiven, für das, was vielleicht manchmal fremd wirkt. Und dass die Menschen Haltung zeigen, gerade in einer Zeit, in der Menschenrechte und Mitmenschlichkeit wieder verhandelbar erscheinen. Vielfalt heißt dabei nicht, alles gleich zu machen, sondern Unterschiede zu sehen und sie auszuhalten. Tatsächlich, so der DHPV, gibt es Gruppen, die in der hospizlichen Begleitung und palliativen Versorgung bisher nur wenig sichtbar sind, etwa Menschen mit internationaler Biografie oder mit Behinderungen, queere Menschen, Menschen im Strafvollzug, geflüchtete, wohnungslose oder arme Menschen oder solche

mit nicht-christlichem Glauben. Und das, obwohl diese Menschen genauso sterben, trauern, hoffen und fürchten wie alle anderen.

Angebote beim Welt-hospiztag am 11. Oktober

Den Welthospiztag am 11. Oktober hat die DHPV unter das Motto „Hospiz – Heimat für alle“ gestellt. Damit soll Solidarität mit geflüchteten Menschen gezeigt, die Willkommenskultur und die klare Positionierung gegen Rassismus betont und zugleich Vielfalt im Sinne von Interkulturalität im Ehrenamt thematisiert werden.

Eine Deutschlandkarte unter www.dhpv.de bietet einen Überblick über die Hospizdienste und -einrichtungen, die am Welthospiztag an Infoständen, bei Tagen der offenen Tür, Filmaufführungen, Lesungen, Konzerten, Gottesdiensten und vielem mehr über die Möglichkeiten von Hospizarbeit und Palliativversorgung sowie das Ehrenamt informieren werden. *red/djd*

BESTATTUNGEN AM RATHAUS

Inhaber Armin Smola
Marktstraße 38, 71672 Marbach
zugelassen auf allen deutschen Friedhöfen

Bundesweiter Bestattungsdienst
Internat. Überführungen
Durchführung aller Bestattungsformen
Kostenlose Bestattungsvorsorgeberatung
Grabmalvertrieb - Trauerdrucksachen

Wir helfen Ihnen
kompetent und zuverlässig im Trauerfall -
rund um die Uhr, auch an Sonn- u. Feiertagen

☎ 07144 / 88 43 00

Mit Filialbetrieben – Abendfrieden-Bestattungen in:
71691 Freiberg a.N., Wilh.-Lächele-Straße 12
74379 Ingersheim, Bietigheimer Straße 31
71642 LB-Poppenweiler, Vordere Straße 15–17

Fink Bestattungsinstitut

Rüdiger Fink

Am Alten Markt 4 ~ Marbach
Marktstr. 1 ~ Steinheim
Erdmannhäuser Str. 17 ~ Affalterbach

Bestattungsvorsorge- ein guter Weg den eigenen Abschied bereits heute nach ihren Wünschen zu gestalten. Gerne beraten wir sie unverbindlich bei einem persönlichen Gespräch.

Eine Bestattung darf keine zusätzliche Last bedeuten, sondern soll ein feierliches und nachdrückliches Ereignis sein. Etwas so Vertrauliches sollten Sie in zuverlässige Hände legen. Wir sind für Sie jederzeit erreichbar unter

www.fink-bestattungen.de
Tel. 07144 15222

Ihr Bestatter für Marbach, Murr, Steinheim, Affalterbach, Kirchberg und Umgebung

Teilen Sie Ihre **bewegenden Momente** mit uns.
www.zeitungsgruppe-stuttgart.de

BESTATTUNGEN

ALLMENDINGER

Grenzerfahrungen begleiten und gestalten.

Tag & Nacht dienstbereit ohne Zuschlag

Frauenstraße 3 • 71711 Murr ☎ **07144 - 86 41 46**
Stuifenstraße 13 • 74385 Pleidelsheim ☎ **07144 - 88 69 111**
Kleimbottwarer Str. 54 • 71711 Steinheim

Wir sind für Sie da! Ihr fachgeprüfter Bestatter für Steinheim, Murr, Bottwartal, Pleidelsheim und Umgebung.
www.bestattungen-allmendinger.de • info@bestattungen-allmendinger.de

Seit 1891

Steinmetz Bildhauer Restaurator

Peter Dietl

Individuelle Gestaltung

Schafgasse 2 · 71711 Steinheim
Telefon (071 44) 28 14 82
Fax (071 44) 20 83 34
info@steinmetz-dietl.de

Werkstatt
Friedrichstraße 15
71711 Steinheim
Telefon (071 44) 2 99 13

FÜR ERINNERUNGEN MIT STIL

MAURER GRABMALE

EINE DER GRÖSSTEN UND SCHÖNSTEN GRABMALAUSSTELLUNGEN BADEN-WÜRTTEMBERGS

- Fachmännische und persönliche Beratung.
- Qualitativ hochwertige und erstklassige Arbeiten.
- Schöne, individuelle Grabmale nach Kundenwunsch und zu günstigen Festpreisen.
- Lieferung und Aufstellung auf allen Friedhöfen in ganz Baden Württemberg ohne Mehrpreis!

Marbacher Straße 119 · 71642 Ludwigsburg
Tel. 071 41/97 93 496 · www.maurer-grabmale.de

Bei der Hospizarbeit geht es darum, sterbenskranken Menschen Zuwendung zu geben. Foto: djd

Hubert Glock Bestattungen

In den schweren Stunden des Abschieds erledigen wir für die Angehörigen auf Wunsch alle Formalitäten.

Bugmühle 1
71729 Erdmannhausen
Telefon 071 44/359 43

Ein würdiger Rahmen.

Eine Anzeige in unserer Zeitung verleiht Ihrer Trauer Ausdruck.

www.zeitungsgruppe-stuttgart.de

Bei uns *daheim*

Unsere Heimat. Unsere Themen. Unser Portal.

Bei uns daheim. Das neue Regionalportal
in Ihrer Tageszeitung im Kreis Ludwigsburg.

Wissen, was bei Ihnen vor Ort passiert –mit dem
Regionalportal „Bei uns daheim“ haben Sie die
Nachbarschaft, das Vereinsleben und wichtige
Festivitäten im Blick.

Mehr Nähe, mehr Relevanz, mehr Heimatgefühl:
„Bei uns daheim“ finden Sie die Geschichten und
Ereignisse aus Ihrer Umgebung.

Wir fangen den bunten Alltag ein und das aus erster
Hand mit regionalen Stimmen und Persönlichkeiten.
Kombiniert mit den wichtigen Meldungen aus der
Tageszeitung bleiben Sie so stets auf dem neuesten
Stand und behalten nicht nur die Nachbarschaft,
sondern auch die Region im Blick.

Erfahren Sie mehr unter:

www.bei-uns-daheim.de

Scan me



**Mehr Nähe. Mehr Region.
„Bei uns daheim“ kennenlernen!**



MARBACHER ZEITUNG
BOTTWARTAL BOTE