

NEWSLETTER

NEUIGKEITEN UND TIPPS AUS DEM TRAGWERK



Hallo!

Wir möchten Sie informieren und schicken Ihnen einmal im Monat diesen Newsletter zu. Ein Newsletter ist eine Zeitung mit Neuigkeiten. Dieses Mal haben wir außerdem für Sie ein leckeres Rezept und wir erklären das Wort „Upcycling“. Viel Spaß beim Lesen!

Ihr Tragwerk-Team ♥

KONTAKT

Tragwerk e.V.
Siegestr. 3
71636 Ludwigsburg

Telefon: 07141 133 18 23
www.tragwerk-lb.de
info@tragwerk-lb.de



[tragwerk.lb](https://www.facebook.com/tragwerk.lb)



[tragwerk_ludwigsburg](https://www.instagram.com/tragwerk_ludwigsburg)

Neuigkeiten

Wir haben unsere Internetseite neu gestaltet. Schauen Sie gerne selbst:
www.tragwerk-lb.de.

Inklusiv- Das Online Magazin geht weiter.

Alle 2 Wochen dienstags ab 17 Uhr. Mehr Informationen dazu finden Sie auf der
Internetseite: www.scala.live/tv/

Das Café L'ink hat wieder an zwei Tagen geöffnet.

Mittwoch 14:30 Uhr bis 17:00 Uhr im MGH Grünbühl-Sonnenberg

Weichselstraße 10-14

Donnerstag 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr im Beck'schen Palais

Stuttgarter Straße 12/1

Der Deutschkurs für Frauen findet wieder statt.

Dienstag 9:15 Uhr bis 11:45 Uhr im Bürgertreff Eglosheim

Tammer Straße 20

Mittwoch 9:15 Uhr bis 11:45 Uhr im Stadtteilzentrum Eglosheim

Karl-Massa-Straße 3

Im Moment gibt es leider keine Kinderbetreuung.

Das Upcycling-Atelier für Frauen hat wieder geöffnet.

Freitag: 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Fröbelstraße 1/2 in Eglosheim

Wir möchten Sie schützen. Für alle unsere Angebote gilt daher:
Abstand halten, Hände waschen und Maske mitbringen.
Und wenn man krank ist, bitte Zuhause bleiben.



Rezept: Apfelkuchen

ZUTATEN:

- 75g Kokosblütenzucker
- 150g Butter
- gemahlene Vanille
- 3 Eier
- 1 TL Backpulver
- 280g Dinkelvollkornmehl oder Dinkelmehl Typ 1050er
- 130ml Milch
- 3 EL Apfel-Süße, Honig, Ahornsirup oder Kokosblütenzuckersirup
- 6 Äpfel
- 1 EL gehackte Mandeln



Butter, Kokosblütenzucker und Vanille schaumig schlagen. Eier langsam unterrühren. Mehl und Backpulver mischen und unter die Eimischung rühren, Milch und Apfelsüße dazu geben. Äpfel schälen und vierteln, Kerngehäuse entfernen und schmale Spalten einschneiden. Eine Springform einfetten und mit Mehl ausstäuben. Teig einfüllen und mit den Äpfeln belegen, dann mit den gehackten Mandeln bestreuen. Den Apfelkuchen ca. 35 Minuten bei 175 Grad backen.

Einfach erklärt: Upcycling



Upcycling ist Englisch. Es besteht aus den englischen Wörtern „up“ („nach oben“) und „recycling“ („Wiederverwertung“).

Beim Recycling wird Abfall wiederverwertet. Zum Beispiel macht man aus Plastikabfall wieder neue Verpackungen. Ein gutes Beispiel dafür ist eine Getränkedose aus Aluminium. Sie wird nicht neu befüllt, sondern man schmilzt das Aluminium ein. Daraus wird ein neuer Gegenstand hergestellt.

Beim Upcycling bleibt das Material erhalten und der Abfall aufgewertet. Das heißt man macht etwas wertvolleres daraus. Zum Beispiel: Man bastelt Schmuck oder Teelichthalter aus der Getränkedose.

Upcycling ist umweltfreundlich:

- Man verschwendet zum Beispiel kein frisches Holz, sondern benutzt gebrauchtes Holz. Dann müssen keine neuen Bäume gefällt werden.
- Oder man näht aus einem kaputten Hemd etwas anderes. Dann muss nicht so vieler neuer Stoff hergestellt werden.
- Man fängt an mehr über unser Müllproblem und die Umwelt nachzudenken.

Upcycling spart Geld:

- Man braucht keine neuen Möbel, keinen teuren Schmuck mehr zu kaufen. Man kann aus alten, kaputten, gebrauchten Sachen einfach etwas Neues zaubern...

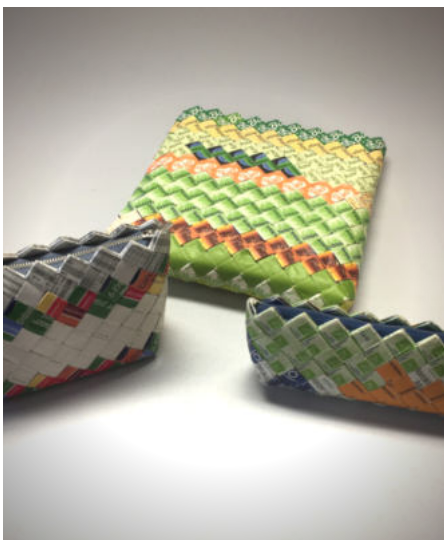
Upcycling Produkte sind einzigartig:

- Alte, kaputte und gebrauchte Sachen haben oft eine Geschichte. Das macht sie sehr interessant.
- Man kann seine Wohnung verschönern. Dabei ist alles ein Unikat. Das heißt das gibt es nur einmal auf der Welt.
- Aus etwas Wertlosem etwas Wertvolles zu machen, fühlt sich ganz besonders an.

Upcycling macht Spaß:

- Beim Upcycling kann man richtig kreativ sein und viel Neues ausprobieren.
- Upcycling kann man super mit Familie oder Freunden machen.

Beispiele aus unserem Upcycling-Atelier:



ALTPAPIER-MÄPPCHEN

ALTGLAS-WINDLICHT

BEMALTE DOSEN