

# NEWSLETTER

NEUIGKEITEN UND TIPPS AUS DEM TRAGWERK



## Hallo!

Wir möchten Sie informieren und schicken Ihnen regelmäßig diesen Newsletter zu. Ein Newsletter ist eine Zeitung mit Neuigkeiten. Dieses Mal gibt es außerdem ein Muffin-Rezept ohne Zucker.

*Ihr Tragwerk-Team* ♥

---

### KONTAKT

Tragwerk e.V.  
Siegestr. 3  
71636 Ludwigsburg

Telefon: 07141 133 18 23  
[www.tragwerk-lb.de](http://www.tragwerk-lb.de)  
[info@tragwerk-lb.de](mailto:info@tragwerk-lb.de)



tragwerk.lb



tragwerk-ludwigsburg

---

---

# Neuigkeiten

Wir machen immer noch eine Corona- Pause.

So lange gibt es kein Café L'ink und kein Upcycling-Atelier.

Wie sagen Bescheid, wenn es weitergeht.

Aber wir legen Ihnen jeden Mittwoch etwas vor die Tür vom Café L'ink in Grünbühl: Kuchen im Glas, etwas zum Basteln für Kinder und ein Rätsel. Sie können sich einfach mitnehmen, was Sie möchten.

Wenn Sie sich alleine fühlen und einfach mal reden wollen, rufen Sie uns an:

**Montag, Mittwoch, Freitag von 10-12 Uhr**

**Das ist unsere Telefonnummer: 07141 13 31 823**

In der Stadtbibliothek gibt es eine große Auswahl an Büchern in Einfacher Sprache. Im Moment ist die Bibliothek wegen Corona geschlossen. Trotzdem kann man Bücher ausleihen und abgeben. Die Bibliothek bietet einen Abholservice und Lieferdienst an. Wir erklären Ihnen wie das funktioniert.

---

# Stadtbibliothek- Ausleihmöglichkeiten

Der Abholservice funktioniert so:

Die Bücher kann man über den Online- Katalog suchen oder man kann anrufen und fragen. Hier kann man anrufen: 07141 910-2542. Man bestellt die Bücher am Telefon oder man füllt auf der Webseite ein Formular online aus.

Man kann bis zu 10 Bücher ausleihen. Man bekommt dann einen Abholtermin. Die Abholung passiert kontaktlos. Das bedeutet man ist auf Abstand und hat keinen Kontakt zu den MitarbeiterInnen. Man muss eine OP- Maske oder FFP2- Maske tragen.

So funktioniert der Lieferservice:

Die Bücher kann man über den Online- Katalog suchen oder man kann anrufen und fragen. Hier kann man anrufen: 07141 910-2542. Man kann auch per E-Mail Bücher bestellen. Die Email-Adresse ist: [stabi.service@ludwigsburg.de](mailto:stabi.service@ludwigsburg.de).

Bei der Bestellung muss man die Nummer des Bibliotheksausweises und die Adresse angeben. Der Lieferservice kostet. Eine Übersicht über die Kosten finden Sie auf der Website.

Weitere Informationen finden Sie unter dem Link:

<https://stabi.ludwigsburg.de/start/angebote/abholservice.html>

Tragwerk und die Stadtbibliothek wünschen Ihnen viel Spaß beim Ausleihen und beim Lesen!

---

# Blaubeer-Bananen-Muffins (ohne Zucker)

## ZUTATEN

- 2 Esslöffel Kokosöl
- 175 g Dinkel- Vollkornmehl
- 1 Teelöffel Backpulver
- 1 Prise Salz
- 2 Eier
- 150 ml Mandelmilch (oder Milch)
- 1 Banane
- 125g Blaubeeren



## Rezept

- Kokosöl schmelzen. Das Mehl, Backpulver und Salz mischen
- Eier, Kokosöl und Mandelmilch verrühren. Die Mehlmischung hinzugeben
- Banane zerdrücken und zum Teig hinzugeben. Blaubeeren zum Teig hinzugeben
- Muffins bei 190 Grad (Umluft 170 Grad) ca. 25 min backen