



Ausgabe 4/2009

## Der Siegerländer Riewekooche

So schmeckt es uns im Siegerland

Von Mareike Gaida und Eva Schmidt. Das schöne Siegerland hat einige kulinarische Spezialitäten zu bieten. Neben „Duffelsobbe“ (Kartoffelsuppe) und Siegerländer Krüstchen ist der Siegerländer Riewekooche kaum weg zu denken. Schon seit langer Zeit gehört die „Doffel“/„Duffel“ zum wichtigsten Bestandteil eines jeden Menüs.



Eva Schmidt und ihre Großmutter Paula Schmidt backen gemeinsam den original „Siegerländer Riewekooche“

Man findet keine Siegerländer Geburtstagstafel auf der nicht neben leckeren Sahnetorten und Teilchen ein selbst gebackener Riewekooche prangt. Das Geheimnis beim Siegerländer Riewekooche besteht darin, dass das Mehl eines Hefe-weißbrotes teilweise oder vollständ-

dig durch geraspelte rohe Kartoffeln ersetzt wird. Frisch muss er sein. Ob mit salzigem Belag, wie Wurst und Käse oder mit Marmelade ist ein selbst gebackener Riewekooche ein Hochgenuss.

### Das Rezept:

250 Gramm Mehl in eine Rührschüssel geben. In das Mehl eine Vertiefung drücken. Man nehme 1½ Pck. Hefe und bröckelt diese in das Loch. Nun gibt man 250 ml erwärmte Milch darüber. Eine Prise Zucker hineinstreuen. Jetzt nur noch alles zu einem Teig verrühren und dann den Teig eine ganze Weile ruhen lassen. In der Zwischenzeit 500 g Kartoffeln reiben und in einem Tuch ausdrücken. Anschließend 500 ml Milch aufkochen und heiß über die Kartoffelmasse gießen. Jetzt 2 TL Salz hinzufügen. Endlich können der Hefeteig und die Kartoffelmasse miteinander verknetet werden. Schließlich muss man den Teig ein weiteres Mal gehen lassen. Währenddessen eine Kastenform einfetten und den Teig hinein geben. Die Kastenform in den nicht vorgeheizten Backofen stellen. Den Riewekooche bei 250° C eine Stunde backen und am gleichen Tag verzehren. Guten Appetit!

Anzeigen



www.mobilcenter.de

Zawatzky  
macht  
mobil –

– mit unseren Umbau-Lösungen für Fahrzeuge zur Beförderung von Menschen mit Behinderung.

Vereinbaren Sie einen Beratungstermin!

<b>Stammhaus Meckesheim</b> Mobilcenter Zawatzky GmbH Bemannsbruch 2-4 74909 Meckesheim b. Heidelberg Telefon 06226 9217-0 Telefax 06226 9217-92 info@mobilcenter.de	<b>Niederlassung Köln-Mülheim</b> Mobilcenter Zawatzky GmbH Frankfurter Straße 200 51065 Köln-Mülheim Telefon 0221 297204-11 Telefax 0221 297204-18 koeln@mobilcenter.de
--	--

**mobilcenter  
Zawatzky**

- Kfz-Anpassungen bei Mobilitätseinschränkung
- Spezialfahrerschule
- Fahrbegutachtung



Leon Hartmann sagt: Tschüss bis zum nächsten Mal beim Nepumuk.

## Lebenshilfe-Krabbelgruppe in Netphen zeigt bürgerschaftliches Engagement

Die Geschichte vom kleinen Drachen Nepumuk

Von Silvia Koppen und Trixi Kaiser  
**NEPUMUK** – das ist der Name des kleinen grünen Drachens, der mit den kleinen Besuchern der Krabbelgruppe spielt, die den gleichen Namen trägt wie er.

NEPUMUK – das heißt Netphener Purzelgruppe für Mutter, Vater und Kind. Nepumuk ist ausgesprochen vernarrt in Kinder und liebt es sehr, mit ihnen zu spielen. Deshalb lädt er dazu jeden zweiten Samstag im Monat um 10 Uhr in das Lebenshilfe Center in der Lahnstraße 33 in Netphen ein.

Dabei begrüßt er sogar alle mit einem selbst geschriebenen Lied!

Für die großen Besucherinnen und Besucher ist auch was dabei: Sie können sich bei einer Tasse Tee oder Kaffee unterhalten, während Nepumuk sich mit den Kleinen immer wieder neue Ideen zum Spielen ausdenkt. Ca. um 12 Uhr fängt Nepumuk dann an, aufzuräumen und bekommt dabei tatkräftige Unterstützung von seinen Spielkameraden.

Dann heißt es wieder Abschied nehmen und bis zum nächsten Mal beim Nepumuk!  
Die jüngsten Bürgerinnen und Bürger der Stadt Netphen, ganz gleich ob mit oder ohne Behinderung, sind herzlich eingeladen.

Kontakt über Yvonne Veyhl, Telefon (0 27 38) 30 33 55 oder (01 77) 2 16 80 11

**Lebenshilfe**  
www.lebenshilfe-nrw.de

### Lebenshilfe Krabbelgruppe

**Spiel und Spaß für die ganze Familie**  
(für Kinder mit und ohne Behinderung zwischen 1 und 3 Jahren)

samstags  
14-tägig  
10.00 bis 12.00 Uhr

**Lebenshilfe Center**  
Lahnstraße 33  
57250 Netphen

**Ansprechpartnerin:**  
Yvonne Veyhl  
Tel.: 0 27 38 / 30 33 55  
oder 01 77 / 2 16 80 11  
vey@lebenshilfe-nrw.de

Veranstaltung: Lebenshilfe Mehraufwand gem. Gesetz • Lebenshilfe Center Netphen • Lahnstr. 33 • 57250 Netphen  
Gemeinsam • Zusammen • Stark




Lucie Reuter und Erika Schmidt sind ehrenamtliche Helfer bei der Lebenshilfe-Krabbelgruppe und freuen sich mit dem NEPUMUK auf Ihren Besuch.

## Themen

### NRW

Lebenshilfe NRW feiert Geburtstag – seit 45 Jahren setzt sich der gemeinnützige Verein mit Sitz in Hürth für die Belange von Menschen mit geistiger Behinderung ein.

Seite 3

## Lebenshilfe verbindet

Schenkst du mir eine Stunde – schenk ich dir eine Stunde

Haben Sie Zeit und Lust auf besondere, schöne Begegnungen mit außergewöhnlichen Menschen? Machen Sie bei uns mit. Wir suchen freiwillige Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen. Was Sie davon haben? Sie können neue Erfahrungen sammeln, Ihr Wissen einbringen, Momente der Gemeinsamkeit erleben – sich für Menschen mit Behinderung engagieren!

Einen Erwachsenen mit Behinderung ins Kino, beim Einkaufen begleiten, mit ihm spazieren oder eine Tasse Kaffee trinken, kochen – vieles ist möglich.

Ehrenamtskoordinatoren Armin Herzberger und Erika Schmidt, Telefon (0 27 38) 30 33 55.

## Seit mehr als 45 Jahren modern

Individuelle Mobilität ist eines der bestimmenden Merkmale unserer modernen Zeit. Dank der Pionierleistung von Rudolf Zawatzky wurden bereits 1965 die ersten Ohnarmer-Autos mobil. 1967 folgten die Einführung der Linear-Hebel-Lenkung (LHL) und des Handbediengeräts Heidelberg, mit dem es Tetraplegikern erstmals möglich war, selbstständig Auto zu fahren. Inzwischen gehört die Mobilcenter Zawatzky GmbH zu den führenden Umrüstern behindertengerechter Fahrzeuge in ganz Europa!

### Impressum Seite 1

- **Herausgeber:** Lebenshilfe NRW Wohnverbund gGmbH, Abtstraße 21, 50354 Hürth, Telefon (0 27 38) 30 33 55, her@lebenshilfe-nrw.de
- **Redaktion:** Armin Herzberger Telefon/Fax (0 27 38) 30 33 55/30 34 19 E-Mail her@lebenshilfe-nrw.de Internet www.lebenshilfe-nrw.de
- **Adresse:** Lebenshilfe Center Netphen, Lahnstraße 33, 57250 Netphen
- **Presserechtlich verantwortlich:** Hans Jürgen Wagner, Hauptgeschäftsführer, Monika Oncken, Geschäftsführerin
- **Teilaufage:** 10 000 Exemplare

Anzeigen



**Lebenshilfe NRW**  
Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft Köln  
BLZ: 370 205 00  
Konto-Nr.: 8 094 009



**Veranstaltungen und Events in Haus Hammerstein im Bergischen Land**

**Festlicher Adventsbrunch am Sonntag**  
6. 12./13. 12./20. 12., 10 bis 14 Uhr  
**Weihnachtsbrunch**  
vom 25.–27. 12, 10 bis 14 Uhr



Lebenshilfe sucht ehrenamtliche Fahrer/-innen, damit Menschen mit geistiger Behinderung mobiler werden können.

**Kontakt:**  
Lebenshilfe Center Netphen  
Ansprechpartner Armin Herzberger  
Telefon (0 27 38) 30 33 55 oder per E-Mail her@lebenshilfe-nrw.de

## Urlaub mit der Familie

Lebenshilfe NRW bietet Wander- und Radtouren für Familien und Gruppen.

Sie möchten allein, zu zweit oder mit der Familie Urlaub machen? Ganz ohne den alltäglichen Rummel um Sie herum? Sich mal ausklinken vom Alltag und sich nebenbei noch sportlich betätigen?

Die Lebenshilfe NRW bietet Reiseangebote rund um das Thema „Urlaub mit der Familie“.

Weitere Infos, Termine und Preise finden Sie unter [www.urlaubmitderfamilie.de](http://www.urlaubmitderfamilie.de)

