



**REURING IN DE
RUWAARD**

pagina 2

**BEHEERDER
GEZOCHT**

pagina 4

**MIJN WIJK
EN IK**

pagina 5

**RABO
CLUBSUPPORT**

pagina 10

“Mijn wijk ...”

Een plek waar je je thuis voelt. Waar je vrienden wonen, waar je je boodschappen doet. Waar je wandelt, met of zonder hond. Waar je een praatje maakt over de alledaagse zaken die je bezig houden.

Wat maakt het voor jou bijzonder of fijn om in de Ruwaard te wonen? Wat vind je mooi, of waar zie je dat het beter kan? Wat zou je graag anders willen en wat missen we in de wijk?

Tijdens “Mijn wijk en ik” op 2 oktober willen we met jou de mooie initiatieven in de wijk in het zonnetje zetten. Samen een mooie actieve dag beleven. Met heel veel spelletjes voor de jeugd en ook heel veel doen en beleven voor volwassenen. Om zo energie en ideeën op te doen hoe het nog beter kan.

Peter Krop

wij(k) de ruwaard

ZONDAG 2 OKTOBER


MIJN WIJK EN IK

KOM, VRAAG, BELEEF

Kijk snel op pagina 5 van deze Rucreant

Minder papier - meer digitaal

Drukkosten van de Rucreant stijgen fors! Daarom heeft de redactie moeten besluiten dat de papieren Rucreant in het vervolg maximaal 12 pagina's telt. Maar er is altijd veel meer nieuws! Daarom nemen we een proef: in de Rucreant een kort artikel, op de website het uitgebreide artikel. We geven dit aan met een QR-code onder het artikel. Maar je kunt de Rucreant ook online lezen! Ga dan naar

 www.wijkderuwaard.nl/wijkkrant
en klik op “de nieuwste wijkkrant”.

Laat ons horen wat je hiervan vindt.

 rucreant@gmail.com

Colofon

De Rucreant is een gratis uitgave van Wijkstichting Rucrea in samenwerking met Wijkraad Ruwaard en Wijkhuis de Haard voor en door Ruwaardbewoners. Verschijnt maandelijks, behalve in juli en augustus, in een oplage van 6400 exemplaren.

Rucreant Redactie

Eindredactie:

Peter Krop

Medewerkers:

Anton Nieuwesteeg, Petra Klein, Antoon Bierings, Jacqueline van Dalen, Adri de Ruijter, Annie van den Bosch, Franca van Rosmalen, Vivian van der Hoeven

@ rucreant@gmail.com

Advertenties

Kees van Vliet

@ advertenties.rucrea@gmail.com

Opmaak & vormgeving

Adri de Ruijter

Vivian van der Hoeven

@ rucreant.opmaak@gmail.com

Bezorgcoördinator

Marij van Woensel

@ wmrucreant@gmail.com

06 - 8335 9992

Webbeheer

Fred van Tongeren

Adri de Ruijter

Erica Goedegebuure

@ webmaster.wijkderuwaard@gmail.com

Wijkstichting Rucrea

Peter Krop

@ voorzitterrucrea@gmail.com

Kees van Vliet (wnd)

@ secretarisrucrea@gmail.com

Kees van Vliet

@ penningmeesterrucrea@gmail.com

Wijkraad Ruwaard

Jose van Hooft - voorzitter

Franca van Rosmalen - secretaris

Jacqueline van Dalen - secretaris

Els Mulders - penningmeester

@ wijkraadruwaard@gmail.com

Wijkhuis de Haard

0412 - 647900

@ info@wijkhuisdehaard.nl

Wijkagent de Ruwaard

Niels de Lange, Sandra de Veer

@ niels.de.lange@politie.nl

@ sandra.de.veer@politie.nl

@ wijkagenten_ruwaard

Wijkteam Ruwaard

Aanmelden 14 0412 (keuze 1)

@ ossteamc@ons-welzijn.nl

Social media

Lin Mok

Gertruud Verbruggen

@ socials.wijkderuwaard@gmail.com

wij(k) de ruwaard

VOLGENDE KOPIJ INLEVERDATUM
VRIJDAG 7 OKTOBER 2022 (12.00 UUR)

Berichten van lezers, instellingen en/of verenigingen die betrekking hebben op, of van belang zijn voor de Ruwaard en zijn bewoners, zijn van harte welkom. De redactie van de Rucreant en de website www.wijkderuwaard.nl hebben het recht artikelen en beeldmateriaal aan te passen en/of in te korten. Aangeleverd materiaal is bij plaatsing eigendom van de redactie.



www.facebook.com/rucreant/



www.instagram.com/rucreant/

www.wijkderuwaard.nl



wijkderuwaard.nl

Wijkraad Ruwaard vertelt

De vakanties zijn weer voorbij.

We kunnen weer uitgerust beginnen aan een nieuw jaar.

De komende maanden zal er waarschijnlijk meer duidelijkheid

komen over de toekomst van de Geffense plas en het Urban Ox park in het Sibeliuspark. Via de website en facebook zullen we iedereen zo goed mogelijk op de hoogte houden.

Wekelijks op maandag houdt de Wijkraad spreekuur voor de wijkbewoners om 19.00 uur in Wijkhuis De Haard. U bent van harte welkom om met de Wijkraad in gesprek te gaan. Op 29 september maakt de Wijkraad samen met de nieuwe aandacht wethouder een fietstocht door de Ruwaard om de wijk beter te leren kennen. Zondag 2 oktober is de Wijkraad actief bij "Mijn wijk en ik". Wij als Wijkraad ontmoeten u daar graag! Heeft u tips of ideeën voor de wijk? Breng ze mee.



Reuring in de Ruwaard

Op 5 november zal er in Wijkhuis de Haard een dag worden georganiseerd voor de hele Ruwaard.

Van 13.00 tot 15.00 uur is er een kindermiddag met kinderworkshops en kinderactiviteiten.

Van 16.00 tot 18.00 uur is er een multiculturele proeverij. Hier kunt u diverse hapjes van mede-Ruwaard-bewoners proeven.

Van 19.00 tot 23.00 uur is er een dansavond.

Tijdens deze dag is deelname gratis en vooraf aanmelden is niet nodig. Voor meer info of om deze dag mee te helpen met de kinderworkshops of om zelf iets lekkers te koken uit uw cultuur (mag ook gewoon Nederlands) kunt u contact opnemen met de organisatie via:

@ penningmeesterrucrea@gmail.com

We zien u graag tijdens Reuring in de Ruwaard op 5 november.

Deze Rucreant komt éénmaal per maand uit.

Wil je echter het meest actuele nieuws lezen, kijk dan op de wijkwebsite van de Ruwaard: www.wijkderuwaard.nl

En wil je elke maandag dat nieuws en de agenda van die week in je mailbox ontvangen, geef je dan op voor een nieuwsbrief: www.wijkderuwaard.nl/onzewijk/aanmelden-nieuwsbrief

Café Brein





Goed slapen geeft meer energie

Goed slapen is nodig om weer nieuwe energie op te doen en alle indrukken van de vorige dag te verwerken, te ontspannen en rust te krijgen in je lichaam en geest. Dat geldt in het bijzonder voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel. (NAH: een verzamelnaam voor o.a. een beroerte, hersenschudding of hersentumor). Voor hen kost elke dag zoveel energie, dat ze niet uitgerust naar bed gaan en door alle overprikkeling en vermoeidheid niet goed in- of doorslapen.



De eerstvolgende bijeenkomst van Café Brein gaat over wat Goed Slapen is, wat het met je doet, hoe je dit kunt bevorderen en wat het betekent voor je uiteindelijke herstel.

Café Brein is voor mensen met een niet aangeboren hersenletsel (NAH), mantelzorgers, partners, familieleden, vrienden en professionals. En is een plek waar je niet steeds hoeft uit te leggen wat er aan de hand is. We nodigen je uit om te komen luisteren en te praten.

-  dinsdagmiddag 4 oktober
-  14.00 uur -16.00 uur
-  De Meteor Oude Litherweg 20
-  cafebreinoss@ons-welzijn.nl (om aan te melden)



Wil jij ook graag stoppen met roken? En kun je daar wel wat hulp bij gebruiken? Doe mee

met Stoptober: 28 dagen niet roken in oktober. Meer dan een kwart miljoen mensen hebben de afgelopen jaren al succesvol meegedaan.

En wat zij kunnen, kan jij ook! Schrijf je in op:

 stoptober.nl

Download daarnaast de Stoptober App (vanaf 21 september) en ontvang dagelijks positieve berichten die je aanmoedigen om je stoppoging door te zetten, ook als het even minder gaat. De Stoptober App helpt je gemotiveerd te blijven!

Stoppen doen we samen! Jij doet toch ook mee?

alzheimer café




De eerstvolgende bijeenkomst van het Alzheimer Café is op maandag 10 oktober a.s. en heeft als thema:

Dementie verandert je leven.

In haar boek "De zoektocht naar het onbekende" vertelt Sandy van Rossum waar zij en haar man Maarten tegenaan gelopen zijn, wat hen geholpen heeft en hoe de ziekte bij Maarten verlopen is. De man van Sandy kreeg de diagnose fronto-temporale dementie en is in 2017 overleden. Hun zoektocht, met confrontaties van machteloosheid, verlies, liefde en kracht, is indrukwekkend. Herkenbaar voor mensen met dementie en hun mantelzorgers. Sandy hoopt met haar boek andere mensen te kunnen helpen. Voor hen kwam die hulp helaas te laat, maar hopelijk komt de hulp voor anderen niet te laat.

Iedereen is van harte welkom in het Alzheimer Café. Het Alzheimer Café is bedoeld voor mensen met dementie, hun partners, hun kinderen, vrijwilligers, hulpverleners en andere belangstellenden.

Aanmelding is niet nodig, deelname is gratis.

-  De Meteor, Oude Litherweg 20
-  maandag 10 oktober
-  19.00 tot 21.30 uur

De **RUCREANT** zoekt per direct:



BEZORGCOÖRDINATOR STAATSLIEDENBUURT

Jij verdeelt de Rucreant over de bezorgers in jouw buurt. Tevens bent jij het eerste aanspreekpunt voor de bezorg(st)ers

BEZORG(ST)ERS

Wij zoeken per direct bezorg(st)er voor de buurt Van Limburg Stirumstraat/ van Maanenstraat ongeveer 100 adressen, bezorgtijd ca. 1 uur.

Meer informatie of aanmelden:

Marij van Woensel
 Bezorgcoördinator
 06 - 83359992
 wmrucreant@gmail.com

Kees van Vliet
 secretaris Rucrea (a.i.)
 06 - 15645235
 secretarisrucrea@gmail.com



Wij zoeken een beheerder voor 20 - 24 uur per week



We werken voor en met mensen. Je bent een positief ingesteld persoon en je schrikt er niet van als er wat onverwachts gebeurt. Je blijft vriendelijk en ontvangt de gasten en gebruikers altijd gastvrij. Jij hebt de dagelijkse leiding over Wijkhuis de Haard. Je geef op een vriendelijke manier leiding aan de vrijwilligers en zorgt ervoor dat de taken op de juiste wijze worden verricht. Je kunt anderen motiveren en enthousiasmeren.

We hebben een keuken met moderne apparatuur. We willen snel starten met het serveren van lunches, een betaalbaar dagmenu voor iedereen en belegde broodjes of een tosti. We verwachten geen grote groepen, wel dat er gedurende de dag veel bezoekers komen. Het is fijn als je ervaring hebt met het organiseren van het koken. Dat gebeurt door vrijwilligers. Kennis en ervaring in de horeca is duidelijk een pré. Dat alle werkzaamheden waar bediening en kassa afhandelingen samen gaan. En het voorraadbeheer (niet te weinig, niet te veel). We hebben een ondersteunende horecavergunning. Als beheerder moet je wel HACCP en Sociale Hygiene gecertificeerd zijn. Het bezit van BHV is fijn, je moet in ieder geval bereid zijn deze op korte termijn te halen.

Ons wijkhuis wordt ook gebruikt door andere organisaties, zoals Brabantzorg, Vluchtelingenwerk, KBO en dergelijke. Jij bent het aanspreekpunt en je werkt met hen samen. Met je manager bespreek je de afspraken en activiteiten. Dat we nu in een nieuw en mooi gebouw werken wil nog niet zeggen dat we klaar zijn. We verwachten dat je wilt meedenken met het verder ontwikkelen van ons wijkhuis. We vinden het fijn als je initiatief neemt, je handen uit de mouwen steekt en inspringt waar nodig. Niet alle activiteiten zijn overdag. Houd er rekening mee dat je soms ook 's avonds aanwezig moet zijn.

We weten dat we zoeken naar iemand die niet bestaat: de perfect bij ons passende beheerder. Dus ook al voldoe je misschien niet aan alle onze wensen maar ben je gemotiveerd, reageer dan ook. We willen ook kansen bieden en stimuleren medewerkers en vrijwilligers zich verder ontwikkelen. Daarbij willen we je ook ondersteunen. We kunnen vragen om referenties. Deze benaderen we natuurlijk pas na je toestemming.

Over je salaris maken we samen afspraken. Daarbij volgen we de CAO voor de horeca.

Stuur een mail met een korte motivering en een actueel cv naar voorzitter@wijkhuisdehaard.nl

Op een bankje

Zomaar op een bankje zittend
Zomaar kijkend om me heen
Zomaar stilletjes genietend
Zomaar ik en mij alleen

Zomaar dit mooi plekje treffend
Zomaar heerlijk in de wind
Zomaar starend in de verte
Zomaar lachend om een kind

Zomaar rustig ademhalend
Zomaar neuriënd een lied
Zomaar mijn gedachten waiënd
Zomaar even helemaal niets

Hier is plek voor iedereen.

Je staat er in weer en in wind.
Bent er voor iedereen die voorbijkomt. Een goede vriend.
Ze hebben het vertrouwen dat jij hen zal dragen.
Al genietend van de omgeving delen zij hun verhalen.
Toch hebben zij nimmer in de gaten dat jij er daar helemaal alleen voor staat.



zondag 2 oktober
10u - 16u

**Sportkleding
ruilen/weggeven**

kinderen en volwassenen

Passen je sportkleden niet meer
of heb je andere nodig?
Geef ze weg, kom ruilen of
kom kijken voor nieuwe
Wijkhuis de Haard

11:00 - 16:00

ZONDAG 2 OKTOBER

MIJN WIJK EN IK

KOM, VRAAG, BELEEF

Energiebesparen? Wat kun je doen?

Woon je fijn? Wat kan er beter?

Is je wijk veilig? Ken je je buren?

Waar kun je naartoe als je hulp nodig hebt?

Wil je meer buurtactiviteiten/sporten? Wat is er te doen?

Het wijkteam, buurtpreventie, de politie, de brandweer, gemeente Oss, wijkstichting, zorgorganisaties, wijkraad en vele andere denken met je mee



wij(k) de ruwaard
BREDEROSTRAAT 46 OSS

Voor kinderen:
politielab
stormbaan
graffiti
bokstraining

Buurtbemiddeling

Een burencnflict kan erg ingrijpend zijn voor de betrokkenen. Als buurtbemiddelaar kun je een groot verschil maken. Al is het maar dat je partijen een luisterend oor kunt bieden. Het mooiste is natuurlijk dat burenen elkaar na de bemiddeling beter begrijpen en op een prettige manier met elkaar verder kunnen. De conflicten als geluidsoverlast, tuinonderhoud, dierenoverlast of conflicten rondom de erfafscheiding. Ieder verhaal is anders. Als bemiddelaar krijg je vooraf een interessante en uitgebreide training. Bemiddelaars gaan altijd met z'n tweeën op pad, zodat ze elkaar kunnen aanvullen en ondersteunen waar nodig.

Interesse?

Neem dan contact op met Coördinator Buurtbemiddeling Ageet Reith van ONS welzijn. Uiteraard kun je ook contact opnemen voor een vrijblijvend gesprek.

@ buurtbemiddelingoss@ons-welzijn.nl

MIJN WIJK EN IK

KOM EN DOE MEE!

Inschrijven Try-out Sports

Op maandag 19 september start de inschrijfperiode voor Try-out Sports. Vanaf 12.00 uur 's middags kunnen alle basisscholieren uit de gemeente Oss zich aanmelden voor één of meerdere cursussen bij sportaanbieders. De kinderen hebben op school al uitleg gekregen over het cursusaanbod van Try-out Sports. Dit jaar kunnen de kinderen kiezen uit ongeveer 140 cursussen die gedurende het jaar plaatsvinden bij verschillende sportverenigingen. Een cursus bestaat uit minimaal 4 lessen en kost slechts €10,- per deelnemer.

Inschrijven kan via
<http://bit.ly/2Lu0FJn>



en nog veel meer!
**KOM SAMEN MET
JE VRIENDEN /
OUDERS**

We Matter

Ben jij een jonge mantelzorger? Dan ben je van harte welkom bij We Matter. We Matter is een initiatief van ONS welzijn voor jonge mantelzorgers. Zij organiseren bijeenkomsten met leuke activiteiten. Denk aan koken, schilderen, spelletjes, high tea of gewoon even kletsen! Als je wilt praten over jouw thuissituatie kan dat ook, maar het hoeft niet! Niks moet en alles mag. Als je hulp nodig hebt, dan doen ze hun best om je te helpen. Meedoen is gratis. Interesse? Neem contact op met ONS welzijn. Bel of mail:

☎ 088 374 25 25

@ wematter@ons-welzijn.nl

Wil jij ook kunnen helpen?

Om op de juiste wijze Eerste Hulp te kunnen verlenen hebben we onze EHBO-Basisopleiding: Je wordt opgeleid aan de hand van het Oranje Kruis Boekje over hoe je eerste hulp kunt bieden aan een volwassene, maar ook aan kinderen! Vooral praktisch, maar ook de theoretische achtergrond en kennis van het menselijke lichaam. Ook reanimatie en bediening AED. De opleiding wordt afgesloten met een examen, waarna je je, als je slaagt, Eerste Hulpverlener mag noemen. Dit diploma is twee jaar geldig. Door het volgen van herhalingsavonden blijft je diploma geldig. Je mag vanaf je 12e jaar al een EHBO opleiding volgen.

Ben je geïnteresseerd of wil je meer informatie? Neem dan contact met ons op via

@ ehbobergoss@gmail.com

☎ 06-20738031.

Bij minimaal 5 deelnemers starten we half september weer een opleiding, waarbij, in overleg, de lesmomenten worden bepaald. Leslocatie is in Berghem.



Zaterdag 2 juli nam scoutinggroep Dorus Rijkers hun nieuwste zeilboot in gebruik, die kort daarvoor na een grote sponsoractie was aangeschaft. Bij de feestelijke doop kreeg de nieuwe boot de naam Flamingo.

De Dorus Rijkersgroep is de enige waterscoutinggroep in Oss. De jeugdleden varen daarbij in speciaal voor scouting ontwikkelde stalen boten, de Lelievletten.

Elke week oefenen ze vanuit de jachthaven van watersportvereniging de Maaskant in Lithoijen. In de scoutinggroep wordt geleerd om samen te werken en respect te hebben voor elkaar.

De jongste leden komen wekelijks bij elkaar op het clubhuis Triton aan het Bergsche Hoevepad in de Ruwaard. Vanaf 7 jaar kun je al lid worden.

Waterscoutinggroep Dorus Rijkers bestaat al 76 jaar en heeft een vaste groep vrijwilligers. De meesten zijn er als klein kind ooit bijgekomen en door de hechte vriendschappen blijft een groot deel ook doorgroeien om uiteindelijk zelf leiding worden binnen de groep.

Benieuwd geworden naar deze vereniging? Je bent altijd welkom om te komen kijken of scouting iets voor je is.



Voor meer informatie:

🌐 www.dorusrijkersgroep.nl

📘 www.facebook.com/DorusRijkersgroep

Rugklachten als gevolg van beenlengteverschil?

De meerwaarde van de podotherapeut bij rugklachten wordt veelal onderschat. Meermalen per week zien wij mensen die al dachten uitgedokterd te zijn na bezoeken aan diverse andere specialisten. Wat kan de podotherapeut dan precies betekenen?

Voorals het om terugkerende heupen/of rugklachten gaat die toenemen tijdens het staan of lopen, kan een bezoek aan de podotherapeut erg waardevol zijn. De podotherapeut moet altijd verder kijken dan alleen de voeten want de voeten zijn de basis die het hele lichaam

moet dragen. De voeten beïnvloeden dan ook altijd alles wat op hen rust. Denk niet alleen aan de enkels en knieën maar uiteraard ook aan de heupen en de rug. Bij een beenlengteverschil kan er sprake zijn van een structureel verschil dan wel een functioneel verschil. Bij een structureel beenlengteverschil is het ene onderen/of bovenbeen letterlijk korter dan het andere. Bij een functioneel beenlengteverschil is er sprake van een standafwijking. Deze afwijking kan veroorzaakt worden in de stand van de voeten. Niet alles kan weggenomen worden vanuit de voeten. Slijtage zal niet kunnen worden

weggenomen maar bij een betere belasting kunnen pijnklachten wel degelijk afnemen.

De oorzaak wegnemen heeft altijd de voorkeur boven symptoombestrijding en zal de terugkomst van klachten structureel en veelal blijvend aanpakken. Een bezoek bij de podotherapeut kan in ieder geval van veel betekenis zijn om de mogelijke voet gerelateerde rugklachten op te sporen en aan te pakken.

Team 3D-VCN



Optimaal voetenwerk middels 3D CAD-CAM techniek sinds 2002

Het team van 3D Voetcentrum Nederland - Oss/Berghem vindt dat nog weinig mensen zich bewust zijn van wat de (sport)podotherapeut kan doen om de oorzaak van voetgerelateerde lichamelijke klachten weg te nemen. Via een maandelijkse column willen we een kijkje in onze wereld geven.



www.3d-vcn.nl
 📘 @3DVCN



Smaken verschillen?

Proef hoe de andere keuken kookt

Uit eten in je eigen wijk

Bijvoorbeeld Syrisch, Indisch, Turks, Pools, Marokkaans, Oekraïens

30 september - Syrisch
28 oktober - Turks
25 november - Indisch
 om 18:00u €7,50



Opgeven voor maandag:
 Aan de bar wijkhuis de Haard
 of per mail bij Ron.
 rcretier@wijkhuisdehaard.nl
 Brederostraat 46 Oss



Kern met pit

Van beweegroute en buurtmoestuin, tot repaircafé en speeltuin. Al 45 jaar ondersteunt Kern met Pit mensen met dromen voor hun buurt met gratis kennis, advies en een groot netwerk. Is het idee binnen een jaar uitgevoerd? Dan krijgen de buurtbewoners 1000 euro voor hun initiatief én maken ze kans op de Gouden Pit ter waarde van 3000 euro. De Heksje Route in de Ruwaard was de winnaar van 2021!

De inschrijving voor Kern met Pit 2023 is nu geopend! Heb jij ook een goed idee? Kan jouw buurt wel wat pit gebruiken? Dan is het tijd voor actie! Het aanmelden van projecten kan tot 31 oktober via de website.

Meer informatie?

- 📞 06 - 14437867 (Margje van Spaendonck)
- 📞 06 -15459819 (Arianne Aanstoot)
- 🌐 kmp@knhm.nl
- 🌐 www.kernmetpit.nl



Spelletjes, leermateriaal, puzzels, lego, playmobil, fietsjes, skelters, we hebben het allemaal.

Kom vrijblijvend eens langs om een kijkje te nemen. Iedereen die lid wordt krijgt in de maand september of oktober €7,50 korting op ons toch al lage abonnementskosten van €27,50.

Hoe werkt het:

- Neem je ID mee voor controle van adres/naam.
 - Je betaalt contant voor een jaarabonnement, €20.
 - Je mag meteen 3 stuks speelgoed uitzoeken,
 - 3 weken later breng je dit terug, wij kijken dit na
 - en je zoekt weer 3 leuke nieuwe dingen uit.
- Zo heb je telkens uitdagend en afwisselend speelgoed in huis.

De actie geldt tot 31 oktober 2022.

Let op: U kunt bij ons niet pinnen

Openingstijden:

Elke dinsdagavond 18:00-20:00

Elke woensdagmiddag 14:00-16:00

In de oneven weken ook op dinsdag 10:00-11:00
 (13 sept, 27 sept, 11 okt)

- 📍 Palestrinastraat 6
- 📍 speel-o-theek oss

Boef in de wijk zoek je mee?

Op donderdag 29 september wordt het evenement "boef in de wijk" gehouden. De deelnemers maken hierbij allerlei verdachte situaties mee. Voor de lopers van de Buurtpreventie is dit een training om goed op te letten tijdens het lopen. Ook deelnemers van de WhatsAppgroepen doen mee. Ook aan hen wordt gevraagd om dingen die niet in de haak zijn te melden. Heeft u interesse in de Buurtpreventie maar weet u niet goed of het iets voor u is? Meld u dan aan voor dit



De activiteit begint om 18.30 uur.

Voor info :

@ buurtpreventie.ruwaard@gmail.com



De digitale wijkagent schrijft:

Vandaag kaap ik de column van jullie reguliere wijkagenten. Ik ben Gies Coppens, de digitale wijkagent van politie Maasland. Mijn taak is het veilig houden van de "digitale wijk" van ons teamgebied. Zo houd ik me bezig met onderzoek naar sexting, internetoplichting en klassieke criminaliteit met een digitaal component.

Ik wil in deze column aandacht geven aan veel voorkomende digitale criminaliteit. U hebt inmiddels vast gehoord van bankhelpdeskfraude. Een vorm van oplichting, waarbij een niets vermoedende burger ervan overtuigd raakt dat hij met een bankmedewerker spreekt en vervolgens de medewerker zijn pc laat overnemen om allerlei handelingen te verrichten op zijn bankrekening.

De criminelen bellen u op met het telefoonnummer van de bank. Via een technische truc kunnen zij doen alsof ze vanaf het kantoor van de bank bellen. Vervolgens verzinnen ze een smoes, waarmee ze u bang maken, bijvoorbeeld door u te vertellen dat op dat moment grote bedragen van uw rekening naar het buitenland worden overgemaakt. Zo winnen ze uw vertrouwen, waarna ze uw rekening leegroven.

Vaak ligt phishing (nep e-mails) ten grondslag aan deze vormen van criminaliteit. Ontvangt u een bericht van uw bank, de overheid, een koeriersdienst of een andere partij die een actie van u verlangt, zoals het inloggen op een pagina of het afstaan van gegevens? Controleer dan eerst de afzender. Daarnaast kunt u ook kijken naar de aanhef. Staat er iets algemeen als "Beste abonnee" of "Beste klant" in plaats van uw naam? Dan is het raadzaam om extra alert te zijn. Mocht u twijfelen aan de echtheid van een bericht of telefoontje, of bent u onverhoopt toch in een van de slinkse trucs van een crimineel getrapt? Bel dan meteen met uw bank en de politie!

Gies Coppens
Digitaal Wijkagent politie Maasland

Buurt BBQ De Kas



Op 27 augustus hadden de bewoners van De Kas, in de wijk De Kwekerij, hun eerste buurt BBQ. Na een peiling om te weten of er wel voldoende belangstelling voor zou bestaan ging een werkgroep aan de slag. Een buurtbewoner bleek een enthousiast BBQ-er te zijn en hij nam het bak- en braadwerk voor zijn rekening. De benodigde tenten, tafels, banken en veel andere zaken konden gratis van de Wijkraad geleend worden. Dat zit allemaal in de aanhang die speciaal voor buurtevenementen beschikbaar is. Dat bespaart veel werk. De Buurt BBQ zelf was een groot succes. Een leuke gelegenheid om met anderen kennis te maken. Zeker voor herhaling vatbaar.

Guus de Jong

Fysiotherapie FysiOss

Manueel therapie
Dry-needling
Mckenzie
Oedeemtherapie

Elastische kousen
Podologie
Claudicatio
Voetfysiotherapie



van Anrooijstraat 15c
Leeuwerikstraat 25a
Oss 0412-623673
www.fysioss.nl



WINKELCENTRUM
DE RUWERT

AJOSS helpt jongeren met geldproblemen

Iedereen kan geldproblemen krijgen. Ben jij tussen de 18 en 27 jaar? Wil jij van je geldzorgen af en werken aan een mooie toekomst? Kom dan in actie, neem contact op met AJOSS.

Mail of app

@ ajoss@oss.nl

06 -12679045

Word jij een Junior Energiecoach?

Weet waar je energie kunt besparen! Doe mee aan leerzame challenges, puzzels, experimenten en winacties en word een echte Junior Energiecoach! Welke apparaten slurpen de meeste stroom? En hoeveel lampen branden er in huis? Het komt allemaal langs bij Junior Energiecoach. Gemeente Oss zoekt 50 gezinnen die gratis mee willen doen aan het spel Junior Energiecoach. Woon je samen met jouw gezin in de gemeente Oss? Word dan in vijf weken tijd een echte Junior Energiecoach.

Met een foto-tool uw WOZ-waarde bepalen

Elk jaar bepaalt de Belasting-samenwerking Oss-Brabant (BSOB) voor uw gemeente de WOZ-waarde van uw woning. De informatie waarover zij beschikt is niet altijd volledig. Heeft u bijvoorbeeld een nieuwe badkamer of keuken? Of is er achterstallig onderhoud? Dit kunt u nu zelf makkelijk doorgeven met de foto-tool. Zo zorgt u ervoor dat de informatie volledig, juist en actueel is. Hierdoor kan BSOB een goede WOZ-waarde bepalen. Meer informatie over de foto-tool? Bekijk dan

www.bs-ob.nl/nieuwsartikel/bsob-introduceert-foto-tool-om-de-woz-waarde-te-bepalen.

Energietoeslag voor lage inkomens

Huishoudens met een laag inkomen kunnen een energietoeslag van € 800,00 krijgen in 2022. Hiermee kunnen zij een deel van de energiekosten betalen. Daarbovenop komt een verhoging met € 500,-. De gemeente betaalt deze toeslag naar verwachting half oktober uit. Inwoners die eerder € 800,- kregen, krijgen de extra € 500,- automatisch overgemaakt op hun rekening.

Wat moet u doen om de energietoeslag aan te vragen? Kijk op:

www.oss.nl/energietoeslag

Vroegsignalering

Hulp bij betalingsachterstand vragen? Hoe eerder, hoe beter! Kijk op

www.oss.nl/vroegsignalering

Voor meer informatie over al deze gemeentelijke informatie kunt u contact opnemen met de gemeente Oss: digitaalloket@oss.nl 14 0412 / 0412-629 911

Nieuws vanuit de Ruwaard (Ministershof)

Wij kijken, net als iedereen, terug op een hele warme droge zomer. We hebben veel activiteiten buiten kunnen doen. Een heerlijke zomerweek gehad met allerlei activiteiten: DJ José, een zomerbingo, een beweegmiddag (helaas regende het toen), sjoelen en een optreden van Heidi. We hebben ook nog bezoek gehad van de kermis wethouder, kermisbeer en clown. Zij brachten lekkere taarten mee. Kortom het was een zomer die we niet snel vergeten! Ook is er volop gefietst met de duofiets!

Langzaam gaan we terug naar de orde van de dag, we hebben nog een minimarktje en als het kan nog een keer buiten muziek met onze eigen DJ José.



"Ogen en oren van de wijk"

Sinds oktober 2018 zien we in de Ruwaard regelmatig vrijwilligers van buurtpreventie. Herkenbaar aan hun gele jas of hes. In alle buurten van de Ruwaard zijn op het moment loopgroepen actief. Vandaag ben ik in gesprek met Nicky Snoek en Marian Bekkers.

interview



interview

Beiden zijn coördinator van een van de loopgroepen. De vrijwilligers lopen regelmatig in de wijk en altijd met iemand samen. Wanneer zij iets verdachts of opvallends signaleren in de wijk nemen zij contact op met de politie of zij vragen de medevrijwilligers extra alert te zijn bij bepaalde zaken.

Wijkbewoners kunnen ook zelf contact opnemen met buurtpreventie. Zij kunnen iets bespreken of melden. Het komt ook wel voor dat buurtpreventie een hulpverleningsinstantie inschakelt bij schrijnende situaties. Zo zijn de buurtpreventie vrijwilligers "de ogen en de oren van de wijk".

Buurtpreventie ondersteunt de wijkagenten en wil samen met de wijkbewoners verantwoordelijk zijn voor de veiligheid in de wijk.

Mocht u interesse hebben om vrijwilliger te worden of wilt u zich aanmelden voor één van de WhatsApp groepen dan kunt u zich aanmelden via een aanmeldformulier. Dat is te vinden op de website van de Ruwaard:

www.wijkderuwaard.nl

Hier kunt u bij "Onze wijk" en "Veiligheid" meer informatie vinden. (Scan de QR-code)

Er zijn nog vrijwilligers welkom.



Jacqueline van Dalen



Rabo ClubSupport

Goed voor jouw club & geweldig voor de buurt

HOUDT UW STEM IN DE RUWAARD

Rabobank heeft geen aandeelhouders, maar leden. En in plaats van dividend te betalen aan aandeelhouders, investeren zij een deel van de winst in de maatschappij. Onder meer door clubs en verenigingen financieel te steunen

Leden kunnen van 5 september tot 27 september stemmen op hun favoriete vereniging of stichting.

Elke stem telt! Hoe meer stemmen, hoe meer geld.

€€€€€



De vrijwilligers van Zonnebloem Ruwaard, willen een gezellige lunch organiseren met zang en spel. Gasten met een lichamelijke beperking worden, voor zover nodig, begeleid en voor vervoer wordt gezorgd.

Dit alles onder de slogan:

ER KAN ZOVEEL MEER DAN JE DENKT!

€€€€€

Stichting Slowcarepad heeft als doel het bevorderen van het ontmoeten tussen de bewoners in de omgeving van het Slowcarepad onderling en met de bewoners van het Elzeneindhuis.

Het ontmoeten wordt bevorderd door gezamenlijk activiteiten met de bewoners en het creëren en onderhouden van ontmoetingsplekken en speeltoestellen. Uw steun zal worden gebruikt voor verder aankleden van de speeltoestellen en verfraaiing van het pad met bloemen en planten.

€€€€€



JONGEREN WERK RUWAARD

JWR Jongerenwerk Ruwaard bestaat dit jaar 25 jaar. Dit jubileum wordt groots gevierd met een feestavond, spelletjes en veel meer. Dit is een feest voor alle jongeren, zij hebben uw steun hard nodig, om deelname voor iedereen mogelijk te maken.

€€€€€



Een multiculturele groep die verbindt met verhalen en zingen. Zij vraagt uw stem om dit mooie project financieel mogelijk te blijven maken voor iedereen.

V Saai Zondag horeca-vrijwilligers

Ontmoeten zonder moeten, spel en gezelligheid, elke 3de zondag van de maand in Wijkhuis de Haard. Kom erbij in ons gezellig vrijwilligersteam! Ervaring is niet noodzakelijk.

Van 13.30 tot 16.00 uur

Meer info en contact:

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Sportkleding voor ruilbeurs

Op 2 oktober wordt er tijdens het initiatief 'mijn wijk en ik' en ruilbeurs georganiseerd voor sportkleding. Heb je nog sportkleding die je niet gebruikt? Geef het af bij wijkhuis de Haard!

Meer info en contact:

@ e.j.kuyvenhoven@gmail.com

V Rummikub

Wie heeft er zin om 's middags mee te doen met Rummikub? We starten om 13.30 uur in Wijkhuis de Haard. Bakkie koffie of kopje thee erbij en spelen maar!

Meer info en contact:

@ julie.goosen@ons-welzijn.nl

06 - 30398974

V Collectanten Alzheimer Nederland

De collecteweek is van 6 tot en met 12 november 2022. Wil jij bijdragen aan een toekomst zonder dementie en ook nog eens lekker in beweging blijven? Loop dan mee tijdens de jaarlijkse collecte! Het kost maar een paar uurtjes. Je bepaalt zelf hoeveel je wil lopen.

Meld je aan:

@ cahvanvliet@gmail.com of:

www.alzheimer-nederland.nl/collecte/collectant-woorden-h

V Administratieve vrijwilliger

1 x per maand samen post bekijken, opnemen en ondersteunen met afhandelen. Het is voor een wijkbewoner, een man van 77, met een klein netwerk. Woonachtig in Sterrebosflat.

Meer info en contact:

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Maatje gezocht

Een dame van 92 jaar, die zich eenzaam voelt, zoekt een gezellige en initiatiefrijke vrijwilligster om mee te kletsen/koffie drinken. Dit zou haar weer meer vreugde in het leven brengen.

Meer info en contact:

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Overbelaste mantelzorger zoekt vrijwilliger

Om 1 x per week boodschappen te doen voor een lieve dame met beginnende dementie. De mantelzorgers zijn overbelast.

Meer info en contact:

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Schoonmaak(st)er gezocht

Een dame van 82 zoekt hulp in de huishouding. Ze heeft zelf nog maar 20% zicht, moeite met mobiliteit. Voor 2 uur per week. Prijs/tijd in overleg.

Meer info en contact:

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Gratis fiets gezocht

Fiets gezocht (gratis) voor ouder persoon die via ergotherapie fietslessen heeft gehad om zo mobiel te zijn in de buurt.

Meer info en contact:

@ ilja.vandenboogaard@ons-welzijn.nl

A Creatieve activiteit

In Wijkhuis de Haard is elke dinsdagochtend een club met mensen die handwerken, breien en haken. Zij zoeken mensen erbij, zodat de groep wat groter wordt. Hoe meer, hoe gezelliger. Wil je meedoen? Laat het me weten via mail of telefoon.

Meer info en contact:

@ julie.goosen@ons-welzijn.nl

06 - 30398974

A Gymclub dames 55+

Voor de damesgymgroep 55+ is nog plaats op de maandagavond van 19-20 uur en van 20-21 uur. In de gymzaal van school De Sonnewijzer, Staringstraat 4, Oss.

Meer info en contact:

06 - 10824378 Carla Loderus

0412 - 634554 Clazien van Leur

A Gratis af te halen legpuzzels van 1000 stukjes

Meer info en contact:

@ dassenjuul@gmail.com

A SV Ruwaard - dames

Wil je graag sporten en ben je een vrouw tussen de 16 en 45 jaar, die woonachtig is in de regio Oss? Dan staan de dames van "Sport Vereniging Ruwaard" en hun nieuwe begeleiding klaar voor jou, om je mee te nemen op hun sportieve reis! Wij kunnen namelijk nog een paar fijne leden gebruiken voor ons damsteam. Wij trainen iedere dinsdag van 19:00 tot 20:30 en spelen tijdens het seizoen op zondagen onze wedstrijden.

Meer info en contact:

06-33628500 Maik Beikes

@ ledenadministratie@svruwaard.nl

AGENDA sept/okt/nov 2022

- 29 sep** "Boef in de wijk" – hele wijk
30 sep "Smaken verschillen: Syrisch" – Wijkhuis de Haard
2 okt "Mijn wijk en ik" – rondom Wijkhuis de Haard
4 okt Café Brein – de Meteor
4 okt "Soepje eten met elkaar" – Wijkhuis de Haard
7 okt Sluitingsdatum kopij Rucreant
10 okt Alzheimercafé – de Meteor
15 okt JWR jeugddisco – Wijkhuis de Haard
16 okt "Weg met de saae zondag" – Wijkhuis de Haard
18 okt "Soepje eten met elkaar" – Wijkhuis de Haard
28 okt "Smaken verschillen: Turks" – Wijkhuis de Haard
31 okt Internetcriminaliteit en babbeltucs – de Haard
5 nov "Reuring in de Ruwaard"- Wijkhuis de Haard

Vaste activiteiten

Buurtsport

Dinsdag 15.00 16.00 uur Groenstrook Verdistraat/
Wagenaarstraat
Woensdag 12.00 13.00 uur Schoolplein basisschool de Blinkerd

Knutselen voor kinderen

Elke woensdagmiddag van 2 tot half 4 knutselen. Er is altijd voldoende begeleiding aanwezig. Voor kinderen van 4 tot 12. Wil je meer erover weten? Bel me dan:
06 - 30398974 - Julie Goosen

Van een aantal van deze activiteiten vindt u info in deze Rucreant of in de agenda op website www.wijkderuwaard.nl

wij(k) de ruwaard

Deze wijkagenda wordt samengesteld op basis van de gegevens die wij als redactie binnenkrijgen. Als u een activiteit geplaatst wilt hebben in deze



**Rijdt u weinig?
Tank E5 EURO 98**

Servicestation de Kock B.V. | Hescheweg 223 te Oss

ONTVANG 15% KORTING! ACTIECODE: RUCREA23

KAARTJE *Geluk*.NL
Voor al je Geluksmomenten

Heesterseweg 13, 5386 KT Geffen | 073 534 07 18 | info@kaartjegeluk.nl
KAARTJEGELUK IS DE PERSOONLIJKE ONLINE KAARTJESWINKEL VAN wihabo.nl



Brabant
Personenschade
Letsel advies

✓ Verkeersongevallen
(ook bij eigen schuld)

✓ Arbeidsongevallen

✓ Valpartijen in
publieke ruimte

✓ Second opinion

✓ Misdrijf

Heeft u letselschade opgelopen?
Letselschade: wat nu?

Van ongeval naar schadevergoeding

BEL ONS!

GRATIS EN VRIJBLIJVEND ADVIES

085-130 00 56

Landweerstraat-Zuid 140 | 5349 AK Oss | www.brabantpersonenschade.nl



Pedicure - Wenkbrauwen

TANJA'S SALON

Tollensstraat 76, Oss

06 52323914 - Alleen op afspraak

www.tanjasalon.nl



AEON Fysiotherapie

- Fysiotherapie
- Ontspanning
- Acupressuur
- Oedeemtherapie

Opaalweg 94, 5345 SB Oss

T: 0412-760410

E: aeonfysio@gmail.com

I: www.aeonfysio.com

