



Zie pagina 6

**RUWAARD
SCHOON**



pagina 4 en 5

**ONTWERPWEDSTRIJD
RUWAARD 60 JAAR**

pagina 8

**VRIENDEN VAN
SLOWCARE**

pagina 9

T-HUIZ

pagina 10

“Een beetje meebewegen geeft minder stress ...”

Herken je dat? Vasthouden aan je eigen gelijk? In het begin geeft dit een voldaan gevoel. Maar dan gaat het knagen. En knagen kost energie. Was het dit wel waard? Helpt het niet veel meer om van begin af aan meerdere kanten van dezelfde medaille te onderzoeken? Dat geeft ruimte aan de ander en vaak leidt dat tot een voor beide kanten beter besluit. En energie wordt op die manier positief ingezet. En vertaal dit eens naar de wijk. Elk probleem, maar ook elke oplossing voelt voor iedereen anders. Ideale oplossingen bestaan niet. Altijd zal er sprake zijn van “het best haalbare”. De flexwoningen komen er. Voor heel veel mensen zal dit een fijn vooruitzicht zijn: eindelijk een eigen plekje! En voor sommige mensen zal dit een beetje pijn doen. Maar ook hier is er, door met elkaar in gesprek te gaan, een voor de meeste mensen aanvaardbare oplossing gevonden.

Peter Krop

wij(k) de ruwaard

Dansavond
Voor volwassenen

4 maart en **3 juni**

Aanvang 19.00u
Tot 23.00u

Entree €2,50 p.p

Wijkhuis de Haard
Brederostraat 46

 **wij(k) de ruwaard**

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, Jacqueline van Dalen

Medewerkers:

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

@ rucreant@gmail.com

Advertenties

Kees van Vliet

@ advertenties.rucrea@gmail.com

Opmaak & vormgeving

Adri de Ruijter

@ rucreant.opmaak@gmail.com

Bezorgcoördinator

Marij van Woensel

@ wmrucreeant@gmail.com

06 - 8335 9992

Webbeheer

Fred van Tongeren

Adri de Ruijter

Erica Goedegebuure

@ webmaster.wijkderuwaard@gmail.com

Social media

Lin Mok

@ socials.wijkderuwaard@gmail.com

Wijkstichting Rucrea

Peter Krop

@ voorzitterrucrea@gmail.com

Kees van Vliet (wnd)

@ secretarisrucrea@gmail.com

Kees van Vliet

@ penningmeesterucrea@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

Wijkagenten Ruwaard

Niels de Lange, Sandra de Veer

@ niels.de.lange@politie.nl

@ sandra.de.veer@politie.nl

@ wijkagenten_ruwaard

Handhaving

Tibet Öztürk

@ t.ozturk@oss.nl

Wijkteam Ruwaard

Aanmelden 14 0412 (keuze 1)

@ ossteamc@ons-welzijn.nl

VOLGENDE KOPIJ INLEVERDATUM
VRIJDAG 10 maart 2023 (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

ONS blij hoekje



Voor de kerstvakantie is er weer een KIES-groep afgerond. KIES staat voor Kinderen In Een Scheiding. En tijdens deze groep hebben 8 kinderen meegedaan in de leeftijd van 8 t/m 12 jaar. Het is een lotgenotengroep voor kinderen, van wie hun ouders gescheiden zijn. Geen therapie of behandeling, maar echt de steun vinden bij leeftijdsgenootjes die ook gescheiden ouders hebben en daar samen over praten, lezen, tekenen, schrijven en vooral... spelletjes doen! Dat is iets waar alle kinderen van genieten. De start is altijd spannend voor iedereen, maar na 8 bijeenkomsten valt het afscheid nemen ook niet mee. Iedereen heeft voor zijn deelname een oorkonde verdiend en deze groep heeft KIES een gemiddeld cijfer van 9,2 gegeven! Wij zijn blij en trots!



Hartjesroute Ruwaard

Het was prachtig weer op Valentijnsdag. Klokslag 13.30 uur vertrok er een klein groepje wandelaars op weg naar de Hartjesroute Ruwaard. Een grote tros met ballonnen in de vorm van een hartje danste vrolijk mee. De Hartjesroute is jaren geleden geopend en was toe aan een opknappbeurt. De officiële heropening van de Hartjesroute vindt later dit voorjaar plaats.

Met ingang van dinsdag 28 februari kan iedereen die dat wil aansluiten bij de wekelijkse wandeling over de Hartjesroute. De wandeling begint om 13.00 uur vanuit de huiskamer in wijkhuis de Haard.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen:

@ tomlinsens@sport-expertise-centrum.nl

0412-782727

Franca van Rosmalen

Wat is de gratis Rucreant u waard?

Met bijgaande QR-code kunt u eenvoudig een eenmalige bijdrage storten. U kunt een bijdrage ook overmaken op NL05 RABO 0140406786 t.n.v. wijkstichting Rucrea, onder vermelding van "bijdrage Rucreant".



Stichting Rouwcafé Oss biedt een plek om stil te staan bij het verlies van een dierbare, samen met anderen. Heeft u behoefte aan een kopje koffie en een fijn gesprek? Van harte welkom! Professionele vrijwilligers en ervaringsdeskundigen staan voor u klaar om met u te praten of een activiteit te ondernemen. Niets moet. Deelname is geheel vrijblijvend en gratis (consumpties voor eigen rekening). Ook is het mogelijk om samen met iemand langs te komen.

- Woensdagochtend 1 en 15 maart
 - 10.00 - 11.30 uur
 - Talentcentrum, Linkensweg 1B in Oss
 - Woensdagavond 8 en 22 maart
 - 20.00 - 21.30 uur
 - Ini Mini, Houtstraat 3 in Oss
 - Zondag 5 maart: Samen Zijn
 - 14.00 uur verzamelen op de hoek van de Koornstraat en de Singel 40-45. Daarna om 14.30 uur samen de stad in om iets te drinken.
- Jong Ontmoet is voor jongeren van 16 tot 30 jaar die een dierbare verloren hebben.
Kijk op de website voor data!
Alleen voor Jong Ontmoet is aanmelding nodig via
 info@rouwcafe-oss.nl

Uitgebreide informatie op:
 www.rouwcafe-oss.nl

We begroeten je heel graag.

Vrijwilligers Rouwcafé Oss



Wijkstichting Rucrea zoekt een bestuurslid/penningmeester

Het bestuurslid dat wij zoeken is volwaardig lid van het bestuur en denkt mee in alle zaken die in een wijkstichting langs kunnen komen. De vrijkomende functie is die van penningmeester.

Na 15 jaar wil Kees van Vliet stoppen als penningmeester. Niet omdat het niet leuk is, maar het is niet goed om lang op een en dezelfde positie te blijven.

Daarnaast brengt een nieuw bestuurslid nieuwe frisse ideeën mee.

Kees blijft wel bestuurslid en kan daarmee zorgen voor een goede inwerkperiode.

Van een nieuwe penningmeester verwachten we dat hij of zij een financiële achtergrond heeft. Het goede initiatief of plan is leidend voor ons als bestuur, de financiën zijn een middel om dit uit te kunnen voeren. Op basis van een gezamenlijk uitgezet beleid worden, op voorstel van de penningmeester, de middelen ingezet. De administratie daarvan is niet moeilijk. Deze wordt bijgehouden in Excel.

Meer informatie bij
 penningmeesterrucrea@gmail.com



Nogal wat instanties gebruiken een verkeerde term voor ons prachtige wijkhuis.
Het moet zijn: wijkhuis en NIET wijkcentrum!
Dus: Wijkhuis de Haard

Nieuw lid gezocht voor Wijkraad Ruwaard



Er komt voor de komende 3½ jaar een plaats vrij voor een nieuw wijkraadslid. Ik ga namelijk de Wijkraad Ruwaard verlaten. Ik vind dit heel jammer, omdat ik wel het idee heb dat er nog heel veel nuttig werk te doen is. De slogan 'de wijkraad verbindt' dekt de lading.

Samen met wijkbewoners denken we na over de ontwikkeling, de leefbaarheid en de veiligheid in de Ruwaard. De wijkraad brengt hierover gevraagd of ongevraagd advies uit aan het college van de gemeente Oss.

Natuurlijk kost dit best wel veel tijd. Voor mij was dit niet te combineren met een voltijd baan en een gezin. Baan en gezin staan voorop, waardoor te weinig tijd overbleef voor de wijkraad.

Natuurlijk blijf ik wel zijdelings betrokken bij wijkgebonden activiteiten.

Wijkraad Ruwaard succes!
Jan van Houwelingen



Als je interesse hebt om zitting te nemen in de wijkraad, neem dan voor 15 maart contact op met het secretariaat van de wijkraad. We plannen dan een gesprekje voor een nadere kennismaking met elkaar.

@ wijkraadruwaard@gmail.com

Jan bedankt voor jouw inzet! We wensen je alle goeds zowel in je werk als privé!

Fysiotherapie FysiOss

Manueel therapie	Elastische kousen
Dry-needling	Podologie
Mckenzie	Claudicatio
Oedeemtherapie	Voetfysiotherapie



Ruwaard schoon!

In 2023 willen we op verschillende manieren aandacht schenken aan het onderwerp 'Ruwaard schoon!' Samen met de gemeente nemen en ondersteunen wijkstichting Rucra en de wijkraad Ruwaard initiatieven die bijdragen aan een schone Ruwaard. Deze keer besteden we aandacht aan Ferd en Mieke.

Veel wijkbewoners zien ze regelmatig zwerfafval opruimen: Ferd en Mieke van der Aa.

Ze wilden eigenlijk liever geen interview, want in de belangstelling staan is niet hun ding. Maar aandacht vragen voor een schone Ruwaard vinden ze wel heel belangrijk. De familie van der Aa woont graag in Oss maar vindt dat het er wel veel beter uit zou kunnen zien. Volgens Ferd blinkt Oss uit in smerigheid wat zwerfvuil betreft. Hij is al in 2008 begonnen met het opruimen van zwerfafval in zijn buurt. Als zoon van een boswachter is Ferd opgegroeid met liefde en eerbied voor de natuur. "Ik kan niet tegen een vieze en vuile omgeving!" Maar het is om meer redenen belangrijk om zwerfafval tegen te gaan. "Vogels zien plastic als voedsel. Steeds meer vogels gaan eraan dood." Mieke vult aan: "Het afval komt in het riool en moet daar met veel moeite en geld weer uit verwijderd worden. Dat kost de samenleving heel veel geld! En als het in het gras blijft liggen, wordt het mee vermalen als compost. En gooien we vervuilde compost op onze tuintjes."

Al met al geen vrolijk verhaal. Toch is Mieke optimistisch: "Ik hoop dat als mensen ons zien ruimen, dat ze denken: de volgende keer neem ik mijn eigen rommel mee naar huis en gooi het daar in de prullenbak! Of dat ze denken: als ik toch ga wandelen kan ik eigenlijk net zo goed wat zwerfafval opruimen!"

Ferd en Mieke lopen een paar keer per week een ronde in hun wijk. Frank van der Wiel ruimt inmiddels ook fanatiek zwerfafval op. Ze zijn gelukkig niet de enigen. Samen met heel veel andere vrijwilligers dragen zij bij aan een schone Ruwaard.

Franca van Rosmalen



In het openbaar wijkoverleg van maandag 27 februari wordt aandacht geschonken aan "Ruwaard schoon". Zie hiernaast.

Uitnodiging



Openbaar Wijkoverleg Ruwaard
maandag 27 februari in de Haard

Thema: Ruwaard Schoon

'Hoe zorgen we samen voor een schone wijk?'



30 DAGEN GEZONDER

1 t/m 30 maart 2023

Welke uitdaging
ga jij aan?

Agenda Openbaar wijkoverleg

- 19.00 Inloop en ontvangst met koffie en thee
- 19.30 Mededelingen en vragen
Mogelijkheid tot inspreken
- 20.00 Zwerfafval en afvalscheiding
*Presentatie door Nynke Stein, medewerker educatie
en voorlichting afval van de gemeente Oss*
- 21.00 Voorstellen Werkgroep Ruwaard Schoon i.o.
Wie zijn we, wat zijn onze ideeën en wie sluit aan?
- 21.30 Sluiting en gelegenheid tot napraten met een drankje

Doe mee!

Over wat gezond is kunnen we heel lang praten. Maar over wat voor jou gezonder is, hoef je vast niet lang na te denken. Dat weet je wel.

Maar... weten is nog geen doen. Door een maand lang een gezonde uitdaging vol te houden, wordt het makkelijker dat ook in de toekomst te blijven doen. Dat blijkt ook uit onderzoek. Daarom helpen we jou om samen met heel veel anderen in de hele maand maart in actie te komen voor jouw gezondheid. Dat is veel leuker en het werkt echt. Ga bijvoorbeeld 30 dagen op tijd naar bed, niet snoepen, of meer de natuur in. Jij kiest wat goed bij jou past!

Vorig jaar waren er bijna 9000 aanmeldingen. Bijna iedereen lukte het om vol te houden! Doe jij ook mee? Schrijf je in op

www.30dagengezonder.nl

BrabantZorg Reizen ..

... organiseert al bijna 30 jaar dagtochten en vakanties voor zelfstandige en hulpbehoevende senioren, senioren met geheugenproblemen en hun mantelzorgers. Ook in 2023 worden er weer dagtochten en reizen gemaakt naar vertrouwde bestemmingen in Nederland. Alle mogelijkheden staan in de nieuwe brochure van BrabantZorg Reizen die onlangs is verschenen. Dit jaar worden vier vakantiereizen georganiseerd. Bijv. naar Texel, België, Lunteren of Lage Mierde. Verder tien dagtochten voor senioren (een dagje Den Bosch, minicruise, spoorwegmuseum of dieren-tuin). Voor een onbezorgde vakantie of dagtocht houden we rekening met iemands eventuele beperkingen en geheugenproblemen. Er zijn altijd professionele begeleiders en vrijwilligers van Brabant Wonen bij. Meer informatie:

www.brabantzorg.eu/reizen

0412-622678.

U kunt hier ook de papieren brochure opvragen.



Wijkhuis de Haard, Brederostraat
Parkeren aan de achterzijde van het
wijkhuis op het parkeerterrein
bij de Sterrebosflat. U kunt via de
achteringang naar binnen.

Houdt u rekening met de wegafsluiting
op de Paganistraat!

Tip

Mieke en Ferd vinden regelmatig zakken vol luiers en incontinentiemateriaal in de bermen. Bij het Duurzaamheidsplein Oss kun je gratis luierszakken ophalen. Bij veel kinderdagverblijven, peuterspeelzalen en basisscholen staan speciale containers voor luiers en incontinentiemateriaal.



Zelf opruimen?



De gemeente stelt alle materialen die u nodig heeft voor het opruimen van zwerfafval gratis ter beschikking. Denk hierbij aan:

- * zwerfafvalzakken van Nederland Schoon
- * afvalknipper
- * zakhouder
- * handschoenen
- * hesje

U kunt deze afhalen bij ir. Diddewerf aan de Singel 1940-1945 nr. 300 en naar verwachting binnenkort ook in Wijkhuis de Haard.

Renovatie gevelplaten

in het Woud is gestart. **Oproep aan Woningeigenaren**

Brabant Wonen is kort geleden gestart met het vervangen van de gevelplaten aan de huurwoningen in de wijk het Woud. Bij sommige huizen in deze omgeving van de Hertewissel zijn de laatste tijd gevaarlijke situaties ontstaan door het afbrokkelen van stukken betonplaat. De gehele voor- en achtergevel van de woning wordt nu vervangen.

Brabant Wonen heeft alle bewoners die de laatste jaren hun woning gekocht hebben recent een brief gestuurd. Hierin wordt uitgelegd dat ook woning-eigenaren eventueel mee kunnen doen met de renovatie van hun woning. Jammer genoeg heeft dit veel onrust teweeg gebracht onder de betreffende bewoners. Velen voelen zich overvallen door de wijze waarop Brabant Wonen eenzijdig de voorwaarden heeft bepaald waarop mensen kunnen meedoen. Als eenling mist men ook de deskundigheid bij het beoordelen of vervanging echt nodig is en men voelt zich alleen staan bij alle vragen die er zijn.

Dat moet beter. Daarom roepen beide onderstaande woningeigenaren uit het Woud u op om gezamenlijk meer duidelijkheid te krijgen en ook samen stappen te zetten naar gemeente en Brabant Wonen. Er wordt door hen een bijeenkomst belegd om met elkaar te bekijken wat er te doen valt.

Wilt u meedoen, lever dan op een kort briefje uw naam en telefoonnummer in op een van onderstaande adressen:

W. van Vught, Vossehol 55

R. Schuurmans, Vossehol 22



Flexwoningen

Bergsche Hoevepad



De bouw van de tijdelijke huurappartementen aan het Bergsche Hoevepad gaat beginnen. BrabantWonen start in april met de voorbereidingen op het terrein. Na de zomer worden de woningen geplaatst.

De 72 flexwoningen komen op een voormalig voetbalveld van S.V. Ruwaard. De woningen worden kant-en-klaar op het veld geplaatst en blijven hier maximaal 15 jaar staan. Dit is één van de manieren om het grote tekort aan betaalbare huurwoningen in Oss op te lossen.

Een groep buurtbewoners dacht mee over de inrichting van het terrein. Er komen 3 woongebouwen, met daartussen looppaden, bankjes en wadi's voor waterberging. Het bestaande groen blijft behouden en een zandwal zorgt voor een natuurlijke afscheiding. Elk appartement heeft een woonkamer, open keuken, badkamer en één of twee slaapkamers. De appartementen op de begane grond hebben een kleine, afgescheiden buitenruimte.

Naast de gebouwen komt een gezamenlijke fietsenstalling. Voor elk appartement is een parkeerplaats beschikbaar. Je bereikt het terrein vanaf de inrit van de voetbalclub. Om het verkeer op natuurlijke wijze door de wijk te leiden wordt er een flauwe bocht in de weg gemaakt.

De appartementen zijn bedoeld voor een- en tweepersoonshuishoudens. We verwachten in december 2023 de nieuwe buurtbewoners te kunnen verwelkomen.

Meer informatie:

 www.brabantwonen.nl/flexwoningenruwaard

Het kraakt en het piept

We hebben een prachtige enthousiaste groep mensen die maandelijks voor jou het nieuws van de wijk verzorgt. Met de Rucreant, diverse socials en www.wijkderuwaard.nl

We hebben de taken mooi verdeeld. Maar wat blijkt? Sommige radertjes in deze machine zijn heel kwetsbaar. Graag willen we deze versterken. Iets voor jou?

We zijn dringend op zoek naar: iemand die maandelijks mee wil werken aan de verwerking van alle binnengekomen kopij. Kennis van de wijk en wat er zoal gebeurt is handig. En iemand die mee kan helpen bij vormgeving van de Rucreant. Ervaring met het programma Publisher is een pré.

Vind jij het leuk jouw energie hier in te stoppen? Meld je dan aan en sluit je aan bij de redactie. Mail naar:

@ rucreant@gmail.com

Peter Krop

wij(k) de ruwaard



Wie geeft de paashaas body?



Op zondag 2 april organiseert Rucrea paaseieren zoeken. Hiervoor zijn we op zoek naar iemand, man of vrouw, die de paashaas body wil geven. Ook andere hulp is welkom.

Voor meer informatie, stuur een mail naar

@ activiteit.rucrea@gmail.com

Adverteren in de Rucreant?

Kijk op onze website voor de mogelijkheden



Er kan zoveel meer dan je denkt

Ik spreek Jolande Reinders en Ria Evers.

Jolande en Ria zijn trouwe vrijwilligers bij de Zonnebloem afdeling Ruwaard. Jolande zit in de activiteitencommissie en Ria coördineert het gastenbezoek. Naast deze taken bezoeken zij ieder regelmatig hun vijf gasten van de Zonnebloem. Ze maken een praatje, drinken een kopje koffie of maken een wandeling of een uitstapje naar bijvoorbeeld het Bomenpark. Mensen met een fysieke beperking, die zich eenzaam voelen en graag in contact komen met anderen, kunnen gast worden van de Zonnebloem. Als gast kun je deelnemen aan allerlei activiteiten zoals kienen, sjoelen of een zangmiddag. Of een film bekijken onder het genot van een kopje koffie en iets lekkers erbij. De activiteitencommissie van Jolande probeert elke 8 weken een gezellige middag te organiseren. De activiteiten zijn in het clubgebouw van SV Ruwaard. De middag kost € 5. Jolande en Ria vertellen vol enthousiasme dat het hen veel voldoening geeft iets te kunnen doen voor de medemens. Het is zo geweldig als je ziet hoe de mensen genieten van jouw persoonlijke aandacht. Een of twee keer per jaar organiseert de Zonnebloem Ruwaard samen met de Zonnebloem uit de regio een grotere activiteit om onkosten te delen. Bijvoorbeeld theaterbezoek Lievekamp of een filmmiddag in de bioscoop.



Heeft u interesse, tijd en ruimte om vrijwilliger te worden? Dan kunt u informatie opvragen via de mail. Een voorwaarde is dat u eigen vervoer heeft, enigszins digitaal vaardig bent en vooral begaan bent met uw medemens.

Gasten mogen zich ook aanmelden via de mail.

Na ontvangst van de mail wordt er contact met u opgenomen.

@ zonnebloemruwaard@gmail.com

Jacqueline van Dalen

Ontwerpwedstrijd



Wie ontwerpt een beeldmerk voor het feestjaar "60 jaar Ruwaard"? Natuurlijk moet het beeldmerk verfrissend en duidelijk zijn. We willen in het ontwerp minimaal deze drie elementen zien:

- * diamant
- * 60 jaar
- * Ruwaard

Voor de winnaar wacht een leuk prijsje. En natuurlijk de eeuwige roem.

Jouw schetsontwerp kunnen we samen verder uitwerken. En het zal een feestjaar lang bij alle activiteiten gebruikt worden.

Stuur je ontwerp naar

@ ruwaard60jaar@gmail.com

Werkgroep 60 jaar Ruwaard

Wijkhuis de Haard

Steeds meer mensen weten hun weg naar Wijkhuis de Haard te vinden.

Voor een spelletje, een leuke vereniging, een balletje stoten op het biljart of een lekker bakje koffie. Of thee, warme chocomel of frisdrank. Of voor een lekkere tosti of een ander broodje.

Ook wordt er regelmatig een rommelmarkt georganiseerd.

En wat te denken van de "Saaie zondag"?

De ideale plek om elkaar te ontmoeten.

Kortom, echt een wijkhuis voor iedereen in de Ruwaard.

Kom eens langs om de sfeer te ervaren, onze gezellige gastvrouwen en -heren te ontmoeten of een praatje met anderen te maken.

Onze vrijwilligers staan graag voor u klaar. 's Morgens kost de koffie en thee tussen 10.00 en 12.00 uur maar 50 cent.

Zien we u snel een keer?



8 maart 19.00u - 21.30u

Alleen voor vrouwen

Wijkhuis de Haard - de Tuinzaal
Brederoestraat 46 - Oss

dansen
muziek
praten
lachen

ONS
WELZIJN

Spellenavond



De spellenavond in Wijkhuis de Haard is ondertussen op zowel de eerste als de derde woensdagavond van de maand. Er zijn altijd mensen aanwezig en er is een WhatsApp groep voor onderling contact.

Spellen worden altijd uitgelegd, dus iedereen kan aanschuiven. Er worden sowieso spellen meegebracht door de vaste mensen en als je zelf een spel in de kast hebt liggen dan kun je dat natuurlijk ook meenemen. De starttijd is half acht en we spelen tot ongeveer tien uur. Er is een regeling, mocht een spel uitlopen.

De volgende twee keren zijn woensdag 1 maart en woensdag 15 maart.

Cursus hardlopen

Op donderdag 30 maart start bij AV Oss '78 de hardloopcursus Run to the Start. Deze cursus bereidt je in drie maanden voor op jouw deelname aan de 5 kilometer, de 10 kilometer of de halve marathon van De Maasdijk op 17 juni.

Info en aanmelden

De groepstraining vindt plaats op donderdag van 19.00 tot 20.15 uur op de atletiekbaan van AV Oss '78 op Sportpark de Rusheuvel in Oss. Deelname aan de cursus Run to the Start kost € 59,-. Aanmelden kan per mail. Vermeld hierbij je naam, woonplaats, telefoonnummer en geboortjaar. Voor meer informatie kun je contact opnemen met Ruud Scholte.

📞 06 - 37301202.

@ RTTS@avoss78.nl



Net dat beetje extra voor Het Elzeneindhuis slowcare

Je kent ongetwijfeld SlowCare wel. Je hebt ons gezien in de wijk, als we lege flessen ophalen of op het SlowCare-pad wandelen. Of je hebt al eens meegeholpen om ons mooie initiatief te ondersteunen.


SlowCare zorgt heel goed voor zijn deelnemers, de meest kwetsbare mensen in onze maatschappij. Hoe goed we het ook voor elkaar hebben, toch staat ook deze zorg onder druk. Zoals iedereen hebben wij last van de hoge energieprijzen, de inflatie en de gevolgen van de oorlog in de Oekraïne. Daarbovenop komen de bezuinigingen die ons worden opgelegd vanuit het zorgkantoor.

Wij staan voor onze principes en willen blijven doorgaan met het geven van echte aandacht, het laten beleven van de eigen omgeving, het contact met de buurt en de buitenwereld. Daar maken wij ons hard voor.

Wij hebben een nieuwe stichting opgericht om dit te realiseren. Sonja Bracke, Carel de Vink en Kees van Vliet, vormen het bestuur van stichting Vrienden van Slowcare. Sonja Bracke, voorzitter, is moeder van Nina, bewoonster, Carel de Vink, secretaris, is de vader van Daan, die dagbesteding bezoekt en Kees van Vliet, penningmeester, is buurman/vrijwilliger bij Slowcare.

Ons doel is die dingen te realiseren die niet door de reguliere zorg worden bekostigd. Net dat beetje extra. Dat kan bijvoorbeeld een activiteit zijn, een hulpmiddel of een speeltoestel.

Je kunt zelf ook meehelpen, door vriend van SlowCare te worden (dit kan al van € 25,00 per jaar) of een eenmalige donatie te doen. We hebben een eigen website waar je meer informatie kunt vinden:

 www.vriendenvanslowcare.nl
We zijn ook aanwezig op social media
- Facebook, Instagram, LinkedIn -
en vinden het leuk als je ons volgt.






alzheimer Oss café **Wat is dementie?**

De eerstvolgende bijeenkomst van het Alzheimer Café is op maandag 13 maart. Deze avond legt geriatr Mascha Kuijpers uit wanneer er precies sprake is van dementie? Ze vertelt over de oorzaken en over wat er aan te doen is. Ze zal ook ingaan op vragen uit de zaal. Als klinisch geriatr in ziekenhuis Bernhoven is Mascha Kuijpers nauw betrokken geweest bij het opzetten van het klinisch geriatrisch dagcentrum en de valpoli-kliniek in Bernhoven.

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

Aanmelding is niet nodig, deelname is gratis.

 Ontmoetingscentrum "Meteoor", Oude Litherweg
 maandag 13 maart
 19.00 tot 21.30 uur






Liederentafel **9 maart**

Na een spetterende liederentafel in februari zijn we al druk aan het repeteren voor die van maart. We proberen elke maand weer een mooi programma samen te stellen, zodat het voor iedereen leuk, gezellig, mooi, prachtig, kortom een avondje uit is!

Iedereen die nog nooit bij de liederentafel is geweest nodig ik van harte uit om ons te bezoeken. We zingen allerlei liedjes. Liedjes van vroeger, die vaak heel mooi of vrolijk zijn, want we zoeken de leukste uit! Maar ook liedjes van nu. Dat kan in het Nederlands zijn maar soms ook in het Engels, Duits of zelf Frans. Tegen iedereen die denkt: "De liederentafel is een oubollig gebeuren", zeg ik: "Kom dan maar eens luisteren. En uiteraard ook meezingen. Dan merkt u dat dat niet zo is!"

Houdt u van zingen? Of soms gewoon luisteren naar muziek? Dan verwelkomen we u van harte.

 9 maart
 Wijkhuis de Haard
 19.00 uur is de zaal open en aanvang 19.30 uur.

T-HUIZ


adviezen om langer zelfstandig te blijven wonen

Bernadette Joris van BrabantZorg en Alice Liedenbaum, vrijwilliger bij Alzheimer Nederland, zijn beiden betrokken bij T-Huiz. Dat is een modelwoning op Kroezel 8 in de Osse wijk Ussen. Helemaal gericht op zelfstandig kunnen blijven wonen wanneer hulp of ondersteuning wenselijk is. Bernadette liet me allerlei hulpmiddelen en technische snufjes zien, waardoor het mogelijk is om langer zelfstandig thuis te kunnen blijven wonen. En een Compaan, dat is een digitaal hulpmiddel waarmee je op een eenvoudige manier in contact kunt blijven met je familie en vrienden. Maar ook met de hulpverleners ook als die wat verder weg wonen. Kortom: langer thuis kunt blijven wonen!

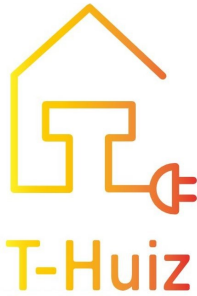
T-Huiz is een initiatief van BrabantWonen, Brabantzorg en het Koning Willem I College. T-Huiz verkoopt zelf niks, maakt geen reclame, maar wil mensen graag bewust maken. Bewust maken van de mogelijkheden die er zijn als je thuis wilt blijven wonen maar dat wat minder makkelijk gaat. Wilt u dat zelf zien en beleven maak dan gerust een afspraak voor een bezoek. Alice heeft me door middel van een Virtual Reality-bril laten ervaren hoe de belevingswereld van iemand met dementie eruit ziet. Met hulp van twee controllers kun je dagelijkse handelingen verrichten die soms wat lastiger zijn als je dementie hebt. Bijvoorbeeld de boodschappen in de koelkast leggen. Voor het ervaren met de VR-bril wordt er een afspraak gemaakt bij T-Huiz. Dit is mogelijk op iedere eerste woensdag van de maand en duurt een uur waarin ook ruimte is voor een nagesprek.

Er is veel meer over te vertellen, maar u kunt beter een afspraak maken, zodat u het zelf kunt ervaren.

-  T-Huiz Oss, Kroezel 8, Oss,
-  beheerder@t-huiz.nl
-  www.t-huis.nl
-  088 281 6000

En voor het ervaren van de VR-bril:
 info@dementievriendelijkbernheze.nl

Annie van den Bosch



EHBO cursus



EHBO BergOss wil graag weer een opleidingsgroep starten in het voorjaar van 2023. De eerste aanmeldingen zijn er al, maar helaas nog te weinig om dit kostendekkend te kunnen doen.

De opleidingslessen worden in principe in Berghem verzorgd, de maandelijkse herhalingslessen in Wijkhuis de Haard.

Onkosten voor de opleiding inclusief 1x praktijkexamen bedragen 150 euro. Mogelijk kun je vanuit je aanvullende zorgverzekering (kijk onder kopje preventie) hier een tegemoetkoming voor ontvangen.

Heb je interesse, meld je dan aan via

 ehbobergoss@gmail.com

Bij minimaal 5 aanmeldingen zal er een algemene voorlichtingsavond gepland worden, waarin dan ook de lesavonden/lestijden in overleg met de deelnemers zal worden besproken.

Cursus 'Leer werken met DigiD en de Elektronische overheid'

De cursus is voor mensen die willen leren hoe ze via internet gebruik kunnen maken van alle diensten van de overheid. De overheid vraagt tegenwoordig naar je DigiD: je DIGitale IDentiteit. Dit is een digitale toegangscode voor overheidsdiensten. DigiD is bijvoorbeeld nodig bij het aanvragen van huurtoeslag, een uitkering of het doorgeven van een verhuizing.

Lees verder op:

 www.wijkderuwaard.nl/nieuwsartikel/587/



Carbonpeeling/huidverjonging

TANJA'S SALON

Tollensstraat 76, Oss
 06 52323914 - Alleen op afspraak


www.tanjasalon.nl

V Update activiteit voor slechthorenden

Een mevrouw uit de wijk is op zoek naar mensen die net als zij slecht horen. Veel gesprekken gaan langs haar heen en ze geeft aan contacten te missen. Zij kent ook gebarentaal. Als je dit leest en je dit herkent en ook behoefte hebt aan contact met gelijkgestemden, laat me dit dan weten. Dan kunnen we dit regelen middels een activiteit, koffiemoment, of anders, net waar behoefte aan is. Op dit moment is er een andere bewoner die zich ook gemeld heeft, maar we zijn op zoek naar meer bewoners die hier behoefte aan hebben. Dus meld je aan zodat we een groepje kunnen starten!

Voor info en contact:
bart.hoes@ons-welzijn.nl



Kijk ook op:  voormekaaronswelzijn.nl

V Vrijwilliger inloopspreekuur

Heb jij een rekenknobbel? Ben jij goed in financiën en/of administratie? Wij zoeken mensen die mee helpen op onze inloopsprekuren op maandagochtend en dinsdagmiddag. Er is altijd een professionaal aanwezig en je wordt getraind.

Voor info en contact:
robert.jans@ons-welzijn.nl

A Knutselactiviteit

Een aantal bewoners komen op donderdagavond om 19.30 uur samen in Wijkhuis de Haard en knutselen dan. Je kunt aansluiten als je dat leuk vindt.

Voor info en contact:
julie.goosen@ons-welzijn.nl
06-30398974

V Gastvrouw of gastheer

In Wijkhuis de Haard zijn elke week op maandag- en woensdagochtend en dinsdagmiddag inloopsprekuren. Inwoners kunnen daar terecht met vragen over financiën, of over wonen, zorg, welzijn en dagbesteding.

Met name voor de ochtenden zoeken we nog een gastvrouw en gastheer. Vier mensen gaan vanaf 13 februari aan de slag, maar dit groepje mag groter. Heb je interesse, mail of bel.

Voor info en contact:
julie.goosen@ons-welzijn.nl
06-30398974

V Ridders gevraagd

Twee dames (70+) zoeken twee maatjes om te rikken in het wijkhuis. Tijd en dag in overleg.

Voor info en contact:
julie.goosen@ons-welzijn.nl

Informatie-avond buitenspeeldag




Op 14 juni worden in heel Nederland straten afgesloten voor het verkeer. Kinderen krijgen een echte speelstraat. Deze dag is ook een actiedag voor veilig en kindvriendelijk verkeer! De landelijke Buitenspeeldag wordt in de gemeente Oss georganiseerd door vele straatcomités in samenwerking met de wijkstichtingen/dorpsraden, de gemeente Oss en ONS welzijn. ONS welzijn helpt mee met de aanvraag van de vergunning en geeft advies.

Organiseer jij met je buurt de Buitenspeeldag?

Kom dan naar de INFORMATIE-AVOND

 Woensdag 1 maart


 19.30 uur tot uiterlijk 21.30 uur

 Ontmoetingscentrum De Metoor, Oude Litherweg

Er is voldoende gratis parkeergelegenheid

Aanmelden voor de bijeenkomst:

buitenspeeldagoss@ons-welzijn.nl

 06 13 96 73 10

 088 374 2525 contactpersonen Stijn Borghs & Loes van Eldijk

Nieuws op website www.wijkderuwaard.nl

Als er veel nieuws is verdwijnt dat snel naar een volgende "pagina". Schrijf je daarom in voor de nieuwsbrief van deze website. Je ontvangt dan elke maandagochtend een nieuwsbrief per mail. Met daarin al het recente nieuws en de agenda van die week.

Scan de QR-code en meld je aan



AGENDA februari/maart 2023

- 25 feb** JWR jeugddisco – Wijkhuis de Haard
26 feb "Weg met de saae zondag" – Wijkhuis de Haard
27 feb Wijkoverleg thema "Ruwaard schoon" – .. de Haard
1 mrt Informatiebijeenkomst Buitenspeeldag - de Meteor
4 mrt Dansavond volwassenen – Wijkhuis de Haard
5 mrt Rommelmarkt – Wijkhuis de Haard
7 mrt "Soepje eten met elkaar" – Wijkhuis de Haard
8 mrt Vrouwendag – Wijkhuis de Haard
9 mrt Liederentafel – Wijkhuis de Haard
11 mrt Sluitingsdatum kopij Rucreant
12 mrt "Weg met de saae zondag" – Wijkhuis de Haard
13 mrt Alzheimer Café – de Meteor
18 mrt JWR jeugddisco – Wijkhuis de Haard
21 mrt "Soepje eten met elkaar" – Wijkhuis de Haard
31 mrt "Smaken verschillen" Marokkaans – Wijkhuis de Haard

Vaste activiteiten

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: Julie Goosen 06 – 30398974

"We Matter" voor jonge mantelzorgers

De bijeenkomsten zijn elke eerste maandag van de maand. Voor kinderen t/m 12 jaar zijn de bijeenkomsten van 16.00-17.00 uur. Voor de jongeren vanaf 14 jaar zijn de bijeenkomsten van 18.30-20.30 uur. De bijeenkomsten zijn in Jongeren centrum 't Honk. Deelname is gratis.

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 agenda, laat het ons weten via rucreant@gmail.com



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

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

ONTVANG 15% KORTING! ACTIECODE: RUCREA21

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

VERRASSEND VERTROUWD



WINKELCENTRUM
DE RUWERT

In de oriëntatie werkplaats aan de Rossinistraat 44 is o.a. het HerPaleis en de Fietsenwerkplaats gevestigd. Kijk voor de openingstijden op de site en loop gerust eens binnen.



Voor info: Sonja Haven tel. 06-10649710



AEON Fysiotherapie

- Fysiotherapie
- Ontspanning
- Acupressuur
- Oedeemtherapie

Opaalweg 94, 5345 SB Oss
T: 0412-760410
E: aeonfysio@gmail.com
I: www.aeonfysio.com

