

Een symfonie orkest bij ons in de wijk

U hebt haar vast wel eens door de wijk zien fietsen. Violkoffer op de rug. Muziekstandaard op de bagagedrager. Op weg naar haar passie, muziek maken. Iedere vrijdagavond oefent ze mee met het **Regionaal Symfonieorkest**. Van half 8 tot 10 hier in de Ruwaard, in Den Bongerd in de Staringstraat om precies te zijn. Voor deze aflevering vragen we **Theodora Verploegen** om te vertellen over haar passie in de wijk.



‘Tja, ik vind het heerlijk om samen met anderen muziek te maken. En meespelen in een symfonie orkest is echt fantastisch. Ik zit dan met mijn viool echt midden in de muziek. Soms spelen we een muziekstuk dat ik al jaren ken van een cd of van de radio. Maar op het moment dat je zelf meespeelt, ervaar je de muziek van binnenuit. Je hoort, ziet en voelt hoe de melodie door het orkest gaat, en het is spannend om die melodie zelf ook weer over te nemen. Dat gaat nooit precies hetzelfde. Dat maakt het iedere keer anders.

Niet alleen voor de muziek

Hoe druk het ook is op het werk, of thuis, ik zorg altijd dat ik op vrijdagavond op de repetitie ben! Ik ga trouwens niet alleen om muziek te maken, hoor. Ik vind het ook gezellig om iedereen weer te zien. Na afloop praten we wat na en soms drinken we een glaasje. Je hoort dan de mooiste verhalen, want de leden van het orkest komen overal vandaan. Het is een heel gemengd gezelschap. Docent, loodgieter, rechter, huisvrouw, advocaat. Gepensioneerd of nog op school. En allemaal met dezelfde passie: muziek!

Iedereen helpt een handje mee om alles klaar te zetten, koffie te maken, posters op te hangen of concerten te regelen. Want zo'n groot orkest vraagt heel veel regelwerk.

Ook kinderen spelen mee

Dit jaar doen ook veel kinderen met ons orkest mee. De bedoeling is dat er straks een apart jeugdorkest ontstaat. We beginnen daarom nu iets vroeger met de repetities dan anders.

Liefde op het eerste gezicht

Ik ben zelf ook al jong begonnen met vioolspelen. Ik was 10 jaar toen ik mijn eerste lessen kreeg. Ik had toen een kleine viool te leen van een oom. Die was een keer bij ons op bezoek en hij liet ons die viool zien. Die viool en ik, dat was liefde op het eerste gezicht. Zodra ik uit school kwam, ging ik oefenen. Ik deelde een kamer met mijn jongste zusje. Die vond dat lang niet altijd leuk als ik weer aan het vioolspelen was. Na een paar jaar was ik te groot geworden voor die viool. Ik kreeg een eigen viool. Die heb ik nu nog! Helaas heb ik tegenwoordig niet iedere dag tijd meer om te oefenen.

Lees verder op pagina 2

Verstand van Lekker Vlees!



GÉRARD PETERS, keurslager

Sterrebos 3, w.c. De Ruwert
5344 AL Oss
Tel. 0412-622691
www.peters.keurslager.nl

Zenuwen voor het concert

We geven een paar keer per jaar een concert.



Soms in de Jozefkerk in Oss, maar ook iets verder zoals in Rosmalen, of in Heeswijk. We spelen dan werken van bekende klassieke componisten, maar ook musicals en filmmuziek. Onze vaste dirigent is Jacco Nefs. Hij schrijft ook arrangementen voor ons orkest. Op de repetities vlak voor zo'n concert loopt iedereen te stressen. Ik ook. Ik ben altijd bang dat ik eruit raak. En dat ik niet meer in kan vallen. Helaas, dat hoort erbij! En gelukkig gaat het meestal goed!

Doe mee!

Het is een groot orkest, maar **er kunnen nog steeds mensen bij**. Ik zou zeggen: **kom maar eens langs op onze oefenavond. En doe mee!** Bijna iedere vrijdagavond oefenen we, van 19.30 tot 22.00 uur in het gebouw van het Hooghuis Lyceum, Den Bongerd, aan de Staringstraat 4 in Oss.

De jeugdrepetitie begint altijd om 18.45 uur.'



Nutsschool Hertogin Johanna, locatie Poolster behaalt: Brabants Verkeersveiligheids Label !

De verkeerswerkgroep van de Nutsschool Hertogin Johanna, locatie Poolster (<http://www.nhj-c.nl/>) is trots op het opnieuw binnenslepen van het BVL, oftewel het **Brabants Verkeersveiligheids Label**.

Sinds een jaar is de verkeerswerkgroep op de school weer nieuw leven ingeblazen, dit was ook hard nodig om het label BVL te behouden. In 2009 verhuisde de school van de Coornhertstraat naar de Staringstraat in Oss. Daarna waren er een tijdje nauwelijks verkeersouders meer betrokken bij de verkeerswerkgroep.

In 2012 werd er weer gestart met 4 nieuwe verkeersouders. "We willen graag aan iedereen laten zien dat we een prima school zijn, waar ook een goede verkeerswerkgroep bij hoort!" aldus de enthousiaste verkeersouders van de school.

"Op 8 november hebben bijna alle leerlingen mee gedaan aan een fietscontrole; de fietsen van de kinderen van groep 4 t/m 8 zijn gecheckt op een aantal belangrijke punten zoals verlichting en overige punten, geadviseerd door de ANWB.

Ook gaan we verder in overleg met de gemeente om een aantal verbeterpunten in de schoolomgeving te laten uitvoeren."

Het BVL is een provinciaal project met als doel om Noord-Brabant de meest verkeersveilige provincie te maken. **Voor basisscholen is het Label een bewijs dat verkeersveiligheid structureel deel uitmaakt van het schoolbeleid.** De leerlingen krijgen verkeerslessen en er zijn verkeersprojecten met praktische oefeningen. Verder is er aandacht voor de schoolomgeving en zijn de wegen er naartoe zo verkeersveilig mogelijk. Daarnaast zijn (verkeers) ouders of -verzorgers betrokken bij verkeerseducatie.

Wij stellen graag met u de leukste en lekkerste kerstpakketten samen.

Maak tijdig een afspraak om iets bijzonders te kiezen via bonfromage.ton@live.nl

Bon Fromage
Kaasspecialzaak

*t Dorp 69 in Heesch
T. 0412 - 453759 en
bij de bakkers Lamers
in de Heihoek in Oss



Voor meer informatie
www.bonfromage.nl



HOI Het Osse Inloophuis

Organiseert weer een middag voor allen, die – tussen de feestdagen – behoefte hebben aan gezelligheid, een gesprekje of zo maar een ontmoeting.

Wij zorgen voor een hapje, een drankje en een muzikale intermezzo door Picolomioss. Hierna soep en een broodje.

Wanneer: zondag 29 december 2013

Locatie: De Pinksterterp (achterzijde Protestantse Paaskerk) Weth. Van Eschstraat 165 Oss.

Tijd: van 15.00 tot 19.00 uur.

Toegang is gratis

Een vrijwillige bijdrage – indien mogelijk – is welkom.

Iedereen die komen wil is van harte welkom !!!

**Informatie en contact: inloophuisoss@live.nl
of Bert Jansen Venneboer tel. 073 6894788**

WAT NOU ALBERT CUYP?

BIJ HET KRINGLOOP BEDRIJF IS HET AVONTUURLIJK WINKELEN, TEGEN DE SCHERPSTE PRIJZEN: KLEDING, BOEKEN, MEUBELS, SPEELGOED, ELEKTRONICA, CURIOSA ENZOVOORT!



Kringloop bedrijf Oss
brengt mensen in beeld

Maaskade 32 Oss www.kringloopbedrijfoss.nl

“ Er zit muziek in de componistenbuurt! “

“Wagenaar-,Verdi-, Vivaldi- en Van Anrooijstraat”

Er wordt hard gewerkt aan de plannen voor de buurt.

De laatste paar maanden is er verschillende keren contact met bewoners geweest over de plannen voor de componistenbuurt. Niet alleen bereidt BrabantWonen een renovatie van veel huurwoningen voor, maar ook de omgeving (de groenstrook en de hofjes) wordt aangepakt door de gemeente. Samen met Vivaan en de Wijkraad Ruwaard zijn de partijen in gesprek gegaan met bewoners om te horen wat er volgens de bewoners verbeterd moet worden in buurt, zodat hier met meer plezier gewoond kan worden. Tijdens de huisbezoeken en de Droomavonden in juli en het Hofjesfestival in september hebben we veel informatie van de bewoners gekregen. Achter de schermen zijn we druk bezig om te kijken welke wensen we kunnen realiseren en maken we hiervoor plannen.



Renovatie

Begin december zijn er bewonersavonden geweest voor de bewoners van de huurwoningen van BrabantWonen. BrabantWonen heeft er de keuzemogelijkheden voor de werkzaamheden van de buitenzijde van de woningen gepresenteerd. Daarnaast ging de woningcorporatie met haar huurders in gesprek om te ontdekken welke wensen zij allemaal hebben voor de binnenzijde van de woningen. Enkele zaken zijn standaard, zoals bepaalde isolatiemaatregelen, of het opknappen van verouderde keukens en badkamers. Niets hiervan is verplicht, bewoners kiezen zelf of zij deze werkzaamheden willen laten uitvoeren.

Maar daarnaast wilde BrabantWonen weten welke werkzaamheden haar bewoners nog meer uitgevoerd zouden willen zien. Met die informatie gaat BrabantWonen nu samen met de aannemer aan de slag, om te bekijken wat er allemaal mogelijk is en welke financiële consequenties dit heeft voor de bewoners. Zodra ze hier meer duidelijkheid over hebben, presenteert BrabantWonen de keuzemogelijkheden en de financiële consequenties daarvan, waarna de bewoners kiezen welke werkzaamheden zij laten uitvoeren binnen. Buiten zijn er enkele werkzaamheden die hoe dan ook uitgevoerd worden, maar ook hierin kunnen bewoners een deel bepalen.

Ook de eigenaren van een koopwoning in de componistenbuurt werden uitgenodigd voor een speciale avond. BrabantWonen biedt hen de kans om op de werkzaamheden van de renovatie ‘mee te liften’. Wellicht hebben deze huiseigenaren ook wensen voor hun woning, is de gedachte. BrabantWonen biedt aan om samen met de aannemer te kijken of er een betaalbare oplossing bestaat voor die wensen, waarna ze in de vaart van de renovatie uitgevoerd kunnen worden.

Bomen

Tijdens de huisbezoeken en de Droomavonden, hoorden we veel klachten over bomen die overlast veroorzaken. Inmiddels is er een kapvergunning aangevraagd, met uitzondering van de twee notenbomen.

Als er geen bezwaren worden ingediend tegen deze aanvraag, worden de bomen in het vroege voorjaar 2014 gekapt. Na de renovatie komen er kleinere bomen terug in het hofje. Ook kijken we dan naar de mogelijkheden om groen en kleur aan te brengen, waarbij bewoners vervolgens zelf verantwoordelijk zijn voor onderhoud.

Overige plannen

Andere zaken waar we momenteel mee bezig zijn, zijn de volgende:

- Een ‘opschoondag’ waarbij we dan o.a. de brandgang schoonmaken, de perkjes/trottoir aan de voorzijde en wat verder nog noodzakelijk blijkt.
- We kijken naar mogelijkheden om op een eenvoudige manier met kleur wat speelgelegenheid in te richten in combinatie met enkele extra parkeerplaatsen. Ook hierbij willen we met bewoners samenwerken.
- We onderzoeken of de vuilcontainers anders kunnen worden aangeboden zodat ze zo min mogelijk overlast/irritatie veroorzaken. Een ondergrondse container aan de doorgaande weg behoort daarbij tot de mogelijkheden.
- Brandgangverlichting is een mogelijkheid die bewoners zelf op dienen te pakken. De gemeente is bereid tot het gezamenlijk inkopen van verlichting en het gezamenlijk aanbrengen. Vervolgens zijn de bewoner (s) wel zelf verantwoordelijk voor de (zeer geringe) stroomkosten van dit soort verlichting op de achterkant van uw schuur/berging.
- We geven enkele bewoners een sleutel en maken hen verantwoordelijk voor toegang tot het park. Daardoor ontstaat de mogelijkheid om bij verbouwing/opruimen met een auto (en aanhanger) achterom te kunnen. Uiteraard zijn hier enkele regels aan verbonden. Zo is het niet toegestaan om zwaar verkeer achterom te laten rijden door het park voor een verbouwing.

Begin 2014 hoort u meer van ons over de bovengenoemde plannen. We hopen dat u deze plannen samen met ons wilt aanpakken.



PRAKTIJK DE RUWAARD



Schaepmanlaan 61

5344 BB OSS

Tel. 0412-631345

info@praktijkderuwaard.nl

www.praktijkderuwaard.nl

Fysiotherapie

ManueleTherapie

Medische Fitness

Autobedr. VAN BERKOM

Orlando di Lassostraat 8- 5344 AC Oss.

T: 0412- 622212. E-mail: berkomp-oss@online.nl

Heeft  voor de klanten.

- * Voor alle merken auto's.
- * Gespecialiseerd in Toyota/ Japanse auto's.
- * APK keuringen.
- * Schaderegelingen.
- * Ruitreparatie.

De relaxspecialist van Oss heeft weer de nieuwste trends in relaxfauteuils binnen!!!!



Ook met Draaivoet en Sta-op functie !!

Bezoek onze vernieuwde website www.relaxspecialist.nl

U vindt ons in de Ruwaard langs de spoorlijn, Willaertstraat 24, 5344 AB Oss 0412-625292

Activiteiten in de Ruwaard 2013-2014



Wijkstichting Rucree organiseert en/of ondersteunt in 2014 o.a. onderstaande activiteiten.

- 13 april 2014 Paaseieren zoeken
 - 21 en 22 juni 2014 Midzomerfeestijn
- De data van onze andere activiteiten zoals de fietstocht / buitenspeeldag etc. zullen z.s.m. bekend gemaakt worden.

Wilt u uw straat of wijk leefbaarder maken?

Kom dan in actie en meld u aan als vrijwilliger voor een van deze activiteiten.

Voor meer info mail naar secretarisrucree@gmail.com



Heeft diverse zalen voor vergaderingen, cursussen, lezingen of dergelijke en in de biljartzaal staan vijf kleine en twee grote wilhelmina wedstrijdbiljarttafels.

Voor informatie en openingstijden zie onze website.

Stichting Wijkcentrum Ruwaard
Sterrebos 35 5344 AN Oss
Telefoon: 0412-647900
beheer@deniënhof.nl
www.deniënhof.nl



De feestdagen en het nieuwe jaar staan voor de deur ...

Voor en tijdens de Kerstdagen zijn er vele leuke activiteiten in de Spil van Sterrebos. De Kerstmarkt en het ontsteken van de kerstverlichting in de wijk op vrijdag 13 december is, als u dit leest, waarschijnlijk al voorbij, maar op de sfeervolle muziekavond van 17 december (aanvang 19.30 uur) met **Ine van Huet** bent u ook van harte welkom! Tijdens de traditionele **Kerst-BingoMiddag** op donderdag 19 december om 14.30 uur kunt u nog een gokje wagen om een goed gevulde boodschappentas te winnen. De voorbereiding van de Kerstdiners zijn inmiddels in volle gang en dit beloven sfeervolle, culinaire en gezellige momenten van deze dagen te worden.

Daarnaast wil ik nog even de aandacht vestigen op het volgende:

- De **keuken van Sterrebos** is op dinsdag- en donderdagavond tussen 17.00-18.00 uur ook geopend en het is echt de moeite waard om eens een keer te komen eten. Er is naast een dagmenu een kleine à la carte.
- De **thuiszorg van BrabantZorg**; vanuit hun uitvalsbasis in uw eigen wijk de Ruwaard kunnen zij u ondersteuning geven om comfortabel en zelfstandig te blijven wonen. Dat varieert van praktische zaken zoals hulp bij wassen en aankleden tot en met gespecialiseerde verzorging en verpleging. Deze Thuiszorg kan worden ingericht zoals u dat wilt. Zo kunt u met een vertrouwd gevoel thuis blijven wonen. Zelfstandig en verzorgd!
- De **reizen en dagtochten** die BrabantZorg organiseert voor 2014 zijn bijna bekend en op 17 januari is er om 14.00 uur een informatiemiddag in de Spil.

In 2014 is in Sterrebos weer van alles te beleven en te doen. Dit varieert van leuke **creatieve workshops** tot verschillende soorten van **bewegingsactiviteiten** en nog veel meer!

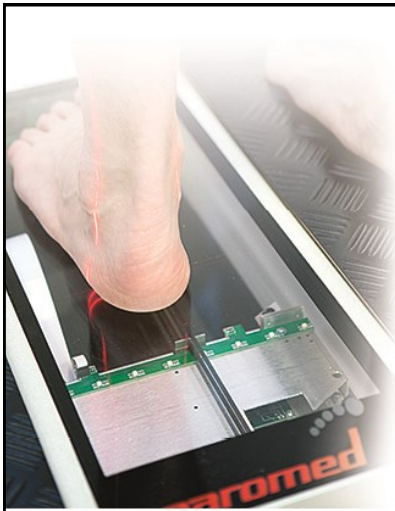


Ik hoop tot ziens in

2014

Heeft u interesse of wilt u meer informatie?

Neem dan contact op met Sonja Haven, Sterrebos tel. 66 80 00 of sonja.haven@brabantzorg.eu of kijk even op www.activiteitendeontmoeting.nl



**OPTIMAAL VOETENWERK MIDDELS
3D CAD-CAM TECHNIEK SINDS 2002**

KNAP VOETENWERK! BIJ DEZE 3D PODOTHERAPEUTEN

Zere voeten weten sinds jaren al de weg naar de podotherapeuten Jaap den Doop en Martin Konings in de praktijk van dokter van Holten in Oss te vinden. 3D Voetcentrum Nederland (3D-VCN) staat namelijk bekend om hun 3 dimensionale voetscans, waarmee zelfs de meest lastige voetvorm een perfect aangemeten correctiezoel krijgt!

Podotherapeut Jaap: "Als iemands voet verkeerd staat, kan dat een scheefstand van heel het lichaam tot gevolg hebben. Je kunt je voorstellen dat dit bijvoorbeeld ook rug- of knieklachten kan opleveren. Door goed te kijken naar iemands manier van lopen én door goed te luisteren naar onze patiënten, zijn we in staat om allerlei voetgerelateerde klachten op te lossen."

3D CAD-CAM apparatuur

Collega Martin vertelt verder: "Het meest trots zijn we op de 3D CAD-CAM apparatuur die we hier hebben staan. Veel podotherapeuten werken nog steeds tweedimensionaal, dus met gips- of inktafdrukken van de voet. Wij hebben de ontwikkeling van de allernieuwste 3D scanapparatuur altijd op de voet gevolgd en werken er al sinds het allereerste begin mee. We kunnen er de drukverdeling, breedte, lengte én hoogte van voeten exact mee in kaart brengen om zo zeer nauwkeurige correctieve zolen te fabriceren."

Geen ouderwetse steunzolen

Veel mensen denken dat voetspieren lui worden door het dragen van steunzooltjes. Het tegendeel is waar bij de zolen van 3D-VCN. Jaap legt uit: "Door de zoolcorrectie dwingen we de voet als het ware in een betere stand, waardoor spieren aan het werk moeten. Wij maken hier geen ouderwetse steunzolen, maar podotherapeutische correctiezolen. Die maken we hier zelf helemaal op maat en in elk gewenst materiaal. Ook kunnen we de zooltjes heel dun maken, mist de benodigde corrigerende elementen het toe laten, zodat ze in elke schoen passen."

Voor de sportieveling

De gediplomeerde podotherapeuten zien ook veel sporters met blessures zoals hielspoor, shin splints alsmede achillespeesklachten in hun praktijk. Vaak kan de oorzaak van dit soort klachten verholpen worden met de juiste podotherapeutische zool. Bij 3D-VCN kunnen ze op de sport specifiek afgestemde zolen maken, uiteenlopend van surfzooltjes, voetbalzooltjes, noem maar op. "We gaan daar heel ver in, zodat mensen weer pijnvrij kunnen sporten."

Kindervoetjes

Ook kinderen zijn gebaat bij een bezoekje aan de podotherapeut. Struikelt uw kind vaak of ziet u doorgezakte voetjes, maak dan zonder verwijzing een afspraak bij 3D-VCN. Per slot van rekening verdienen juist kindervoetjes de beste behandeling!



**VOETKLACHTEN, BRANDERIGE VOETZOLEN, VERMOEIDE BENEN OF KNIE- & RUGKLACHTEN?
LAAT UW VOETEN EENS CONTROLEREN MET DE NIEUWSTE 3 DIMENSIONALE SCANAPPARATUUR!
BIJ DE PODOTHERAPEUTEN VAN 3D-VCN ZIJN UW VOETEN IN GOEDE HANDEN.
ELKE WERKDAG TELEFONISCH BEREIKBAAR VAN VAN 8:00-17:30.**

Vergoeding bij aanvullende zorgverzekering en dus niet ten koste van uw eigen risico.
3D Voetcentrum Nederland - Podotherapie den Doop & Konings is gevestigd bij huisarts Holten in de Ruwaard te Oss.

3D VOETCENTRUM NEDERLAND - PODOTHERAPIE DEN DOOP & KONINGS
Bilderdijkstraat 2 (bij huisarts Holten), 5344 TT Oss (in wijk de Ruwaard)
(0412) 623 625



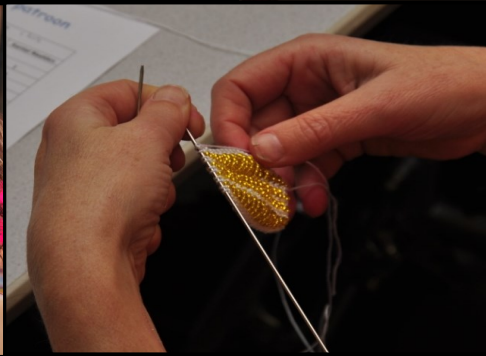
VANAF HEDEN DIRECTE TOEGANG PODOTHERAPIE
WWW.3D-VCN.NL

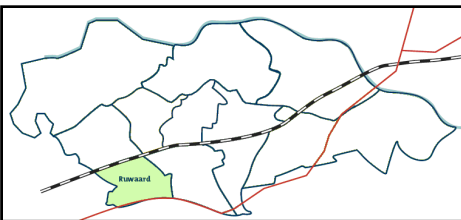
Lid van de Nederlandse Vereniging van
Podotherapeuten



Rucrea
Workshopdag
23-11-2013

**Voor herhaling
 vatbaar !!**





**Uit de
Wijkraad-
Ruwaard
van
25 november 2013**

- **Elianne Boerboom** vertelt over de veiling die zij met een aantal andere leerlingen heeft gehouden in Vivaldi op 8 november t.b.v. **bijna-thuishuis de Oase**. Er zijn 126 kavels geveild met een opbrengst van 31.000,- euro. De leerlingen hadden zelf hapjes gemaakt voor de gasten van de veiling. De wijkraad had hiervoor geld beschikbaar gesteld voor de ingrediënten. **Chapeau voor het initiatief van deze leerlingen.**

- **Janet Govers** meldt dat op 9 december de **kerstbomen** weer geplaatst worden in de **Dichtersbuurt**. Op 13 december worden deze feestelijk ontstoken. Vanaf 18.15 uur start de rondgang door de wijk vanaf het Sterrebos. Tevens is er in het Sterrebos een **kerstmarkt die avond**.

- De **aanleg van individuele verwarming** in de flats van Anna van Schuurmanstraat nadert zijn voltooiing. Op 12 december hoopt men hiermee klaar te zijn. Elk appartement heeft dan zelf een ketel.

- Bert Vos heeft gesproken met **bewoners van Gezellehof**. Zij willen proberen een **burgerwacht** op te zetten i.s.m. de bewoners Staringstraat. Dit omdat er de laatste tijd weer veel vernielingen zijn. Gezien de hoge leeftijd van bewoners Gezellehof kan **dit plan alleen doorgaan als er voldoende animo vanuit de Staringstraat is om hieraan deel te nemen**. Men wil in kleine groepjes 's avonds gaan patrouilleren door de straten.

- **Hoogvlieger van de maand november** is **Willy Valkenburg** geworden. Rien van Boxtel geeft aan dat er nog nieuwe kandidaten kunnen worden voorgedragen aan Ad van Workum van Brabant Wonen.

- Paul van Boxtel meldt dat de **workshopdag van 23 november een groot succes is geweest**. Er hebben ong. 130 personen deelgenomen aan een workshop. De lunch was deze keer verzorgd door het Hooghuis. Deze was heel goed. Al met al een geslaagde dag, ondanks dat er een paar workshops niet doorgingen i.v.m. geringe belangstelling.

- In januari komen ontwerpers met een **plan voor de inrichting van de groenstrook tussen Wagenaarstraat en Verdijkstraat**. Voor de reorganisatie van de hofjes in Wagenaarstraat en Verdijkstraat is de 1e stap gezet. De kapvergunning voor een aantal bomen is aangevraagd.

- Aan het eind van de vergadering hebben we afscheid genomen van **Tonn Broeksteeg**. Hij stopt met zijn activiteiten voor de wijkraad.



Rien van Boxtel bedankt hem voor zijn jarenlange inzet. Tonn ontvangt een cadeau en bos bloemen.

Ook van de gemeente ontvangt Tonn een cadeautje uit handen van wethouder Hendrik Hoeksema.

SPORT TOT 1 FEBRUARI

GRATIS*

✓ PUUR HEEFT GEEN VERPLICHTE JAARCONTRACTEN

✓ BIJ PUUR KAN JE AL ONBEPERKT SPORTEN VANAF 11 EURO PER MAAND

PUUR
FITNESS

PUUR Fitness | Euterpelaan 19 | 5344 CA Oss | Tel. 0412-64 65 99
info@puur-fitness-oss.nl | www.puur-fitness-oss.nl



*vraag naar onze voorwaarden

**Last van somberheid
in de winter?**

In de wintertijd kan men sneller of langduriger last hebben van somberheid, stress of depressie. Herkent u dit en wilt u minder last ervan ervaren? Door Mindfulness (aandachtstraining) leert u anders naar gedachten en gewoontes te kijken. Door deze training te volgen, kunt u leren meer in het hier en nu te zijn, gedachten vrij te maken, beter met emoties om te gaan, beter te ontspannen en ademen, naar uw gevoel te luisteren en stress of geïmpieker te reduceren.

Beweeg en Leef, centrum voor beweging, leefstijl en coaching, biedt naast beweging (Nordic Walking, Yoga (ook in de Ruwaard), Zumba Gold, Sportgroepen 50+) basiscursussen in Mindfulness. Deze worden begeleid door een gecertificeerde trainer. Vanaf februari 2014 start weer een nieuwe cursusgroep. Heeft u last van een opgejaagd of onrustig gevoel, vaatproblemen of een te hoge bloeddruk? Wilt u beter slapen, zich beter kunnen concentreren of meer in balans komen?

Bel of mail dan eens voor meer informatie:
06-41126286 of info@beweegenleef.nl.

Op zondagochtend 12 januari 2014 vindt er een Mindfulness workshop plaats waarin ook uitleg over de basiscursus. U kunt zich nog opgeven. Alle informatie over onze cursussen, prijzen en leslocaties in de gemeente Oss is te vinden op www.beweegenleef.nl.

Ruwaardbewoners bedankt !

**Zonnebloem-Ruwaard
Sinterklaasactie
groot succes**





Wijkagent
Mark Hoffman



Wijkagent
Martin Kuijs



Criminelen maken gebruik van babbeltrucs

Het gevaar van de Rappe Babbelaar

Bijna elke week verschijnt er wel een bericht in de krant van criminelen die met een smoesje een huis weten binnen te komen. Ze doen zich voor als medewerker van een energiebedrijf, zorginstantie of pakketdienst. Eenmaal binnen speuren ze de kamers af en nemen mee wat ze te pakken kunnen krijgen. Meestal is dat geld, een portemonnee of sieraden.

De wijkagenten Hoffman en Kuijs hebben tijdens hun loopbaan al veel smoesjes voorbij horen komen. Ze sommen zo een aantal gevallen uit hun praktijk op:

- Een keurig echtpaar wil kennismaken omdat ze zogenaamd nieuw zijn in de buurt.
- In een ander geval kwam een man, in het uniform van een postbedrijf een pakketje afleveren. Terwijl het slachtoffer wordt afgeleid, doorzoekt een handlanger de woning.
- In een ander geval werd een oudere dame overvallen en van haar pinpas beroofd door iemand die deed alsof hij van de thuiszorg was.

Volgens wijkagent Martin Kuijs kunnen oplichters en overvallers geloofwaardig overkomen, zien er vaak keurig en betrouwbaar uit en zijn erg gehaaid.

“Veel mensen vinden het onbeleefd om iemand voor de dichte deur te laten staan. Criminelen weten dat. **Ze kiezen vaak senioren als slachtoffer, maar eigenlijk kan iedereen slachtoffer worden van een babbeltruc.** Dat kan zijn bij de voordeur of de pinautomaat.

Daders stellen zich bijvoorbeeld voor als;

- bankmedewerker
- meteropnemer
- collectant
- of zelfs als rechercheur

Gebruik een kierstandhouder!

Geef onbekenden aan de deur geen kans om met een smoes of met geweld binnen te komen. “Zorg dat je ziet wie voor de deur staat. Daarom is een kierstandhouder, de stevige variant van een deurketting, een goede oplossing”, vertelt wijkagent Hoffman. “Een kierstandhouder zorgt dat de deur maar een paar centimeter open kan. Dat is voldoende om een collectant geld te geven of een enveloppe aan te nemen. Zo kunnen bezoekers beleefd en zorgeloos te woord worden gestaan.”



Tips van uw wijkagenten Hoffman en Kuijs

- Maak met uzelf de afspraak dat u **niet zomaar de deur opendoet voor onbekenden**. Kijk door het raam, deurspion of gebruik de intercom.
- **Vraag wie de persoon is en wat deze komt doen.**
- Vraag **bij twijfel om legitimatie**, ook als hij zegt namens de gemeente, een bedrijf of instelling te komen.
- Of **bel ter controle naar het betreffende bedrijf of instantie**.
- Medewerkers van een bank, verzekeringsmaatschappij of de thuiszorg **komen nooit onaangekondigd bij u aan de deur**. Zij maken altijd vooraf een afspraak en vinden het geen enkel probleem als u om legitimatie vraagt.
- **Geef nooit uw pincode af**. Ook niet aan medewerkers van de bank of politie.
- Aan onverwacht bezoek (bijvoorbeeld een elektriciteitsbedrijf) **kunt u ook vragen om op een ander tijdstip terug te komen als er meer mensen thuis zijn**.
- **Plaats een kierstandhouder op de deur.**



Politiekeurmerk Veilig Wonen

Criminelen kunnen op verschillende manieren uw huis proberen binnen te komen.

Met het Politiekeurmerk Veilig Wonen (PKVW) kunt u de kans op een babbeltruc, inbraak of woningoverval verkleinen.

Een van de eisen van het keurmerk is dat bewoners altijd kunnen zien wie er voor de deur staat. Bijvoorbeeld door:

- glas naast de deur
- een deurspion
- een kierstandhouder
- goede (openbare) verlichting
- goed groenbeheer

dat in het Politiekeurmerk Veilig Wonen is vastgelegd zorgen ervoor dat er zicht is vanaf de straat en vanuit andere woningen op uw voordeur.

Kijk voor meer informatie op www.politiekeurmerk.nl. Op deze website staan nog meer tips om te voorkomen dat u slachtoffer wordt van een babbeltruc of andere vormen van criminaliteit.

Kans op inbraak kan afnemen tot wel 90%

De kans op een geslaagde inbraak in uw woning kan flink afnemen. Gecombineerd met het juiste bewonersgedrag zelfs wel tot 90 procent, zo gaf wijkagent Kuijs aan.

Goed gebruik preventieve maatregelen

Het installeren van preventieve maatregelen is één, goed gebruik ervan minstens zo belangrijk.

Meer informatie

Op de site van het PKVW staan preventieve maatregelen die u tegen woninginbraak kunt nemen:

www.politiekeurmerk.nl/preventietips.

Naast deze maatregelen is het natuurlijk van belang dat uw woning aan een aantal veiligheidseisen voldoet.

[Het Politiekeurmerk Veilig Wonen helpt u hierbij.](#)



Openbare vergadering Voor in de agenda

Wijkraad-Ruwaard

maandag 20 januari & 17 februari 2014

Wijkstichting Rucrea

dinsdag 28 januari 2014

Beiden in D'n Iemhof aanvang 19.30 uur

U bent van harte welkom

Wilt u inbrekers echt buiten houden !!!



Slotenmakerij & Mechanische Beveiliging.

Mobiel: 06-54233459 info@slotenmakerij.nl

Gecertificeerd bedrijf VEB-TBMB

www.slotenmakerij.nl

Onderscheiding voor Bon Fromage: 'Gecertificeerde Foodspecialiteitenwinkel'



OSS - Op 12 november 2013 is het certificaat uitgereikt aan Bon Fromage Oss van de heer T. Bens. "Wij hebben bewezen dat wij aan de kwaliteitseisen voldoen die gesteld worden door de Stichting Kaas- en Delicatessenwinkels Nederland. Daar zijn wij bijzonder trots op." aldus de trotse eigenaar.

De Stichting Kaas- en Delicatessenwinkels Nederland (KDWN) is een initiatief van het Vakcentrum branche Kaas en Delicatessen, de brancheorganisatie voor zelfstandige detaillisten in de foodsector en de fastmoving consumer goods. Met het opstellen van een transparante self-audit checklist stelt de stichting KDWN ondernemers in staat om de kwaliteit van de bedrijfsvoering te verbeteren. Op het moment dat de ondernemer aan de gestelde eisen voldoet kan hij zich aanmelden om in aanmerking te komen voor een certificaat. De door de ondernemer ingevulde lijst wordt door een onafhankelijke controleur in de betrokken winkel gecheckt en pas na zijn goedkeuring wordt overgegaan tot certificering.

In Nederland zijn ongeveer 900 foodspeciaalzaken (kaas-, noten-, en delicatessenwinkels), die zich met hun assortiment en kwaliteit richten op de consument die (kwaliteits-)bewust inkoop. "Met de breedte en de diepte van het assortiment, deskundig en betrokken personeel, hoogstaande kwaliteit van de producten en goede product- en klantenkennis onderscheiden wij ons als foodspeciaalzaak van andere aanbieders richting consument. Dit betekent wel dat wij ons moeten blijven scholen en verbeteren om de consument op de juiste manier te kunnen helpen bij het aankoopproces", aldus de heer T. Bens.

Met het certificaat bewijst de ondernemer te voldoen aan de eisen die een consument mag stellen aan een foodspecialiteitenwinkel op het gebied van hygiëne, inrichting, wettelijke normen, productkennis, assortiment, gastvriendelijkheid en uitstraling.

"Met dit certificaat bewijs ik dat ik aan alle eisen voor het vakmanschap voldoe en dat ik me met mijn medewerkers continu inspan om mijn klanten op de juiste manier te helpen bij hun aankopen."





Hoogvlieger voor Willie van Valkenburg

Willie van Valkenburg heeft de Hoogvlieger van de Ruwaard mogen ontvangen. Tijdens de vergadering van de werkgroep Dichtersbuurt kreeg hij de Hoogvlieger uitgereikt.

Van Valkenburg kreeg de waardering door zijn verschillende activiteiten. Zo gaat hij onder andere elke maand zwerfvuil prikken, is hij actief tijdens het midzomerfestijn, is jarenlang de Kerstman in zijn buurt, is de Paashaas tijdens Pasen en is hij actief bij een wielclub, carnavalsclub en Landschapsbeheer Oss. Om hem voor dit alles te bedanken kreeg hij het beeldje van de luchtballon en een cheque om in juni 2014 tijdens het midzomerfestijn een ballonvlucht te maken.



Stichting Vrienden van Hunedoara

Verkoop oliebollen t.b.v. jongerenwerkvakantie 2014 naar Hunedoara in Roemenië

Stichting Vrienden van Hunedoara organiseert in de herfstvakantie 2014 weer een jongerenwerkvakantie naar Hunedoara in Roemenië. Om deze reis betaalbaar te houden worden verschillende acties georganiseerd. **In de hal van de Paaskerk en de receptie van de St Josefkerk vindt u bestelformulieren voor oliebollen.** De opbrengst hiervan gaat volledig naar deze jongerenreis. Ook kunt u op genoemde plaatsen informatie vinden over de andere activiteiten.

Kijk een op www.vriendenvanhunedoara.nl
of mail werkvakantie2014@gmail.com

Cafetaria de Carroussel

Di. 24 Kerstavond GEOPEND van 16.30 tot 19.30 uur
Eerste en Tweede Kerstdag GESLOTEN

Di. 31 Oudejaarsavond GEOPEND van 16.30 tot 19.30 uur
Wo. 1 Jan. Nieuwjaarsdag GEOPEND v.a. 16.30 uur



*Wij wensen u
Fijne Feestdagen*

Verdistraat 91 Oss

Frituurverantwoord
sinds 2003



Bezoek ook onze website www.rucreea.nl

De redactie ontvangt, ook voor deze uitgave, erg veel artikelen. Dat zijn we heel blij mee. Helaas konden we niet alles plaatsen.

Op onze website www.rucreea.nl treft u de artikelen die niet of niet helemaal in deze Rucreant zijn geplaatst. De digitale Rucreant omvat 23 pagina's.

Kunstenaars exposeren bij Ruw'art

Werkgroep Ruw'art en de kunstenaars van de Kunstfabriek hebben elkaar gevonden in de passie voor het beleven van kunst. De kunstfabriek is een atelier van Stichting Dichterbij, waar kunstenaars met een verstandelijke beperking gestimuleerd worden om hun creatieve talenten verder te ontwikkelen.

In de maand december is bij Ruw'art een kleurrijke expositie te zien van kunstenaars van de Kunstfabriek. Er worden schilderijen met olieverf en acryl, tekeningen en verschillende objecten van papier-maché gepresenteerd. **De expositie is te bekijken iedere vrijdag van 11.00 tot 18.00 uur en iedere zaterdag van 11.00 tot 16 uur in winkelcentrum De Ruwert.** Meer informatie via telefoonnummer **(0412) 69 28 11** of kunstabriekoss@dichterbij.nl

WENST U OOK BUURTPREVENTIE?

Vanuit de Gezellehof zijn er signalen en feiten dat er, met name in de weekenden, regelmatig vernielingen zijn die veroorzaakt worden door (nog) onbekende passanten. Uiteraard wil men deze ontwikkeling tegengaan en vandaar het idee om te komen tot buurtpreventie. Wijkagenten en wijkraad Ruwaard hebben aangegeven hierin, binnen hun mogelijkheden, te ondersteunen en juichen zo'n initiatief zeker toe. **We zoeken nu nog bewoners uit omliggende straten (o.a. Staringstraat) die samen met ons een team zouden willen vormen om overlast, waaronder vernielingen aan auto's en woningen ,tegen te gaan.** Voor aanmeldingen of informatie kunt u contact opnemen met bert.vos@vivaan.nl of **06-14342912**

Project over “beweging” van start op De Elzenhoek



Hét NME-project over beweging: ‘Lopen, springen, zwemmen, vliegen én duiken’ is van start gegaan. Door bewegingen van dieren na te doen, dieren vast te houden en van dichtbij te bekijken en vooral door zelf te ervaren, komen kinderen van groep 3 en 4 van het basisonderwijs alles te weten over de bijzondere manieren waarop dieren bewegen. Het project loopt tot en met 31 januari 2014.



Spannend én leuk

Hoe voelt het om een slak over je hand te laten lopen? Waarom kan een kalkoen wel vliegen maar een struisvogel niet? Bestaan er dieren die net als wij kunnen hinkelen? Kunnen dieren met zwemvliezen hard lopen? En kan een wandelende tak eigenlijk ook vliegen?

Aan de hand van leuke en soms spannende opdrachten ontdekken kinderen van groep 3 en 4 het antwoord op deze en nog veel meer vragen tijdens het project ‘Lopen, springen, zwemmen, vliegen én duiken’. Zo laten de kinderen een schildpad sporen maken in het zand, bekijken ze een regenworm van heel dichtbij onder een loep en laten ze een wandelende tak over hun hand kriebelen. Ook mogen de kinderen proberen of ze net zo goed kunnen vliegen als een vogel, komen ze erachter dat ze met zwemvliezen niet zo heel hard kunnen rennen en wandelen ze met geitje Emma door de stal.

Blotenvoetenpad

Het blotenvoetenpad blijft één van de meest spannende onderdelen van het project. Geblinddoekt en op blote voeten lopen de kinderen héél voorzichtig voetje voor voetje over het pad.

Zonder te kijken, proberen ze te voelen waar ze overheen lopen en dat is soms best een beetje eng. Is het zand, stro, bladeren of misschien wel.....

1700 leerlingen bewegen mee

Aan het project ‘Lopen, springen, zwemmen, vliegen én duiken’ doen in totaal zo’n 1700 leerlingen mee van basisscholen in Oss en omgeving.

Tot en met 31 januari 2014 worden op het NME-centrum dagelijks 2 groepen ontvangen, behalve op woensdag- en vrijdagmiddag.

WINKELCENTRUM
de RUWERT

Elke vrijdag koopavond tot 21.00 uur
GRATIS PARKEREN

WWW.DERUWERT.NL

Wijkraad-Ruwaard & Wijkstichting Rucrea **& Redactie Rucreant**

wensen

Alle Ruwaardbewoners



Fijne Feestdagen
&
Alle goeds voor 2014



wijkpunt
Oss
Ruwaard

Vraag & Aanbod Ruwaardbewoners november 2013

*Professionals die betrokken zijn bij bewoners uit de Ruwaard zien en spreken elkaar in het Wijkpunt Ruwaard ze kennen allemaal bewoners die of hun talenten in willen zetten of van een ander een talent zouden kunnen gebruiken omdat ze dan geholpen zijn. We willen dit graag onder de aandacht van bewoners brengen omdat we op deze manier een groter bereik hebben en daarmee een grotere kans dat er iets gedaan kan worden met vraag of aanbod. **Kijk of je iemand kan helpen of wellicht zelf geholpen kan worden.***

Aarzel in dat geval niet en neem contact op met:

Bert Vos, sociaal werker Vivaan bert.vos@vivaan.nl mobiel 06-14342912

| Vraag | Aanbod |
|--|---|
| Vraag: alleenstaande vrouw (32) met verstandelijke beperking (IQ 65)moeder van een kindje (1,5) zoekt maatje/gezelschap om 1x14 dagen spelletje mee te doen. Zelf in bezit van rijbewijs en auto. | Aanbod: word je PC steeds trager en het lukt je niet om zelf schoon te maken? reinstall is dan de enige optie! Een bewoner uit de Ruwaard heeft alle mogelijkheden en is, tegen een kleine met elkaar overeen te komen vergoeding, bereid je PC geheel op te schonen waarbij ook het herplaatsen van (gewenste) software is inbegrepen. |
| Vraag: trainingshuis voor moeder en kind zoekt vrijwillige flexibele oppas voor kinderen in de leeftijd van 0-4 jaar | Aanbod: vrouw begin 60 met fysieke handicap biedt, ivm haar ruime ervaring, administratieve ondersteuning aan; bedoeld voor één op één zodat er ook sprake is van sociaal contact (administratief vrijwilligster) |
| Vraag: oudere man met visusproblematiek en beperkt in mobiliteit zoekt tandem(te leen) met bijpassend maatje om af en toe een rondje wil maken | Aanbod: accordeonspeler die zijn diensten gratis aanbiedt voor activiteit of feest in de wijk (dankzij deze rubriek al meerdere opdrachten binnen) |
| | Aanbod: Wekelijkse dinsdaglunch van 12.00 – 13.30 uur ter bevordering van sociale contacten door leuke gesprekken met elkaar . Locatie Wijkpunt Ruwaard (momenteel wekelijks 6 mannen aanwezig en wordt als uitermate positief ervaren) |
| | Aanbod: MBO-er maken van professionele Animatiefilmpjes |
| | Aanbod: elke woensdagochtend een crea/knutselochtend in de Iemhof voor de liefhebbers (enkel materiaalkosten) verzorgd door actieve bewoners uit de wijk. |
| | Aanbod: 52-jarige man wil tuintjes onderhouden van ouderen die hiertoe zelf niet meer in staat zijn. |

Vraag & aanbod kan succesvol zijn door uw reacties

Er is opnieuw goed gereageerd op vraag en aanbod en heeft geleid tot succesvolle contacten en uitwisselingen. De tabel slinkt en er mogen nieuwe reacties komen. We hopen dat u als bewoner ook het initiatief durft te nemen als u zelf een vraag of aanbod in gedachten heeft. Twijfel dan niet en neem contact op met Bert Vos, sociaal werker Vivaan bert.vos@vivaan.nl mobiel 06-14342912. **Uw vraag en/of aanbod** wordt dan ook geplaatst in de volgende Rucreant. Mooi toch dat we zo eenvoudig, waar het kan, met gesloten portemonnee gebruik kunnen en willen maken van elkaars talent.

Kerstmarkt in Sterrebos



Op vrijdag 13 december vindt de jaarlijkse kerstmarkt van Sterrebos plaats. Van 16.00-20.00 uur is iedereen welkom om te genieten van heerlijke erwtensoep, glühwein en chocolademelk. De ontmoetingsruimte van Sterrebos 'De Spil' wordt in kerstsfeer aangekleed met kraampjes waar bezoekers van alles kunnen kopen voor de naderende Kerst. Ook kan er een gokje gewaagd worden bij het **enveloppenspel** en **Rad van Avontuur**. Tijdens deze markt loopt de Kerstman samen met de buurtbewoners en de kinderen in een **lampionnenoptocht** en onder muzikale begeleiding de wijk de Ruwaard in. Daar wordt gezamenlijk de kerstverlichting van de wijk ontstoken.

Dit sfeervolle evenement is gratis toegankelijk. Sterrebos, Sterrebos 62, in Oss



“Samen op zoek naar mogelijkheden om MEE te doen”

Het wijkteam Ruwaard is een team van verschillende beroepskrachten, die met elkaar samen werken vanuit het Wijkpunt Ruwaard in de Sterrebosflat. Het elkaar kennen en gekend worden zorgen ervoor dat alle professionals weten wat ze van elkaar kunnen verwachten. Het betekent ook dat ze elkaar kunnen inspireren bij de uitvoering van hun werk en dat komt de wijkbewoners ten goede. Ook de wijkbewoners willen graag weten wat er zoal in de wijk speelt en welke organisaties zich daar mee bezig houden.

“Samen op zoek naar mogelijkheden om MEE te doen”

MEE is een organisatie die mensen met een beperking ondersteunt bij het zo zelfstandig mogelijk meedoen in de samenleving. Het gaat dan om mensen met een lichamelijke, zintuiglijke of verstandelijke beperking, een chronische ziekte, niet aangeboren hersenletsel of autisme. MEE is er ook voor de mensen om hen heen. Het zelfstandig en onafhankelijk meedoen in de samenleving is door die beperkingen soms moeilijk.

In het Wijkpunt in de Sterrebos vertelt **Anja van Kuppeveld**

(50), consulente van MEE, enthousiast over haar werk. MEE is landelijk georganiseerd. Oss en Omstreken is één van de subregio's die vallen onder het regiokantoor MEE Noordoost Brabant in Uden.



Bij elke vraag aan MEE kijkt een consulent samen met de cliënt wat er gedaan moet worden voor een goede oplossing. Soms is er snel een advies te geven, soms gaat één van de 19 regioconsulenten op huisbezoek of begeleidt de cliënt naar een afspraak met een instelling. De consulenten hebben veel kennis en ervaring op het gebied van leven met een beperking. Daarnaast weet de één bijvoorbeeld meer van regelgeving en geldzaken, de ander weer meer van opvoeding en onderwijs of van werken. Anja heeft veel werkervaring op het gebied van wonen voor jongeren met een lichamelijke beperking en jongeren met autisme.

MEE is geen afkorting, maar staat voor meedoen, meedenken, meezoeken, meelachen en een enkel keertje ook meehuilen. Dat zijn de zaken waar ook Anja voor gaat. Iets te kunnen betekenen voor andere mensen, met name de kwetsbaren, dat geeft haar veel voldoening. Graag zou zij willen zien dat er meer vertrouwen bij de mensen is. Vertrouwen in de instanties of instellingen, waarmee haar cliënten te

maken hebben. Maar ook andersom: van de instanties in de mensen die hulp nodig hebben. **“Elkaar kunnen vertrouwen is heel belangrijk voor iedereen in de samenleving”.** Dit is een oprechte hartenkreet van Anja van Kuppeveld.

MEE is een onafhankelijke organisatie. Iedereen met een beperking of chronische ziekte kan met zijn of haar vraag bij MEE terecht. Daar zijn geen kosten aan verbonden en is geen verwijzing voor nodig.

Soms zijn zaken snel op te lossen, soms is langdurig contact nodig. Het uitgangspunt is en blijft dat men zelf leert de problemen op te lossen, waardoor iemand sterker en zelfstandiger wordt. Daarnaast is het belangrijk te kijken of het netwerk van de mensen, hun familie, vrienden en bekenden, hulp en ondersteuning kan bieden. Hulp vragen is niet altijd gemakkelijk, maar mensen, die hulp vragen staan wél een stuk sterker in het leven.

In het **Wijkpunt Sterrebos in de Ruwaard** kan Anja contacten leggen met de collega-professionals van andere instellingen. Het is goed dat zij leren er rekening mee te houden dat er mensen met een beperking in de wijk wonen. Ook kan zij hen wijzen op wat MEE te bieden heeft. Anja zelf hoort in het Wijkpunt over mogelijkheden in de wijk of over activiteiten, die er plaats vinden. Zij kan er dan voor zorgen dat cliënten van MEE daar gebruik van gaan maken of aan mee doen. Dat verbetert weer hun kwaliteit van leven en hun netwerk. Kortom: samen op zoek naar mogelijkheden om mee te doen.

Meer informatie over MEE is te vinden op de website www.mee-nob.nl. Telefonisch is MEE te bereiken op het kantoor in Uden : **0413-334733**. Anja van Kuppeveld is ook op dat telefoonnummer te bereiken. MEE is ook aanwezig op het Zorgplein in het gemeentehuis in Oss en heeft een afsprakenkantoor in Oss.



Cursussen in beweging en ontspanning
Oss: Ruwaard/Ussen Ook voor 50+ Gratis proefles

HATHA YOGA - SPORTGROEPEN - ZUMBA GOLD
MINDFULNESS: basiscursus, vervolggroepen, workshops

www.beweegenleef.nl
06-41126286 - info@beweegenleef.nl

Jeugd Disco**in De Deel****zaterdag 14 december****Kerst Disco**

Alweer de laatste disco van 2013.... en het wordt weer super gezellig ! We doen weer leuke spelletjes zoals stoelendans en stop-dans en er is deze avond gelegenheid om een kerststukje te maken. We verkopen fris, chips, snacks en snoep voor kleine prijsjes.

Ben jij tussen de 6 en 12 jaar, kom dan gezellig naar onze disco in **De Deel aan de Treubstraat** in Oss.

De avond begint om 19:00 uur en eindigt om 22:00 uur, dan kan papa of mama jou, binnen, weer ophalen. Het zelf gemaakte kerststukje mag je uiteraard mee naar huis nemen!!

Opnieuw NK succes voor Van Buel Sports!

Afgelopen zaterdag is Duane van Helvoirt van Van Buel Sports uit Oss Open Nederlands Kampioen Brazilian Jiu Jitsu geworden. Zilver was er voor Tim Beuger en brons voor Paul Wijgengangs. De judoka's grepen op zondag maar liefst **10 ereplaatsen** in Beek en Donk.

Goud was er voor Jesse van Buel uit Heesch, Kay van Nuland uit Oss en debutant in de -66 Ziggy Horsten. Zilver was er voor Max Henkelman, Daisy Bens, Senna van de Veerdonk, Raoul van Balen, Sam Grimmelikhuizen en Rowan van Leur. Tot slot was er brons voor Sophie Spijkers.

**BLINK ZOEKT VRIJWILLIGERS**

Blink zoekt in Regio Oss nieuwe, inspirerende vrijwilligers. Betrokken en betrouwbare mensen die een deel van hun tijd willen schenken aan een hulpvrager.

vrijwilligers voor mensen met een beperking en hun mantelzorgers



Het kan hierbij gaan om kinderen en volwassenen met een lichamelijke of verstandelijke beperking, chronische ziekte, ADHD of autisme én hun mantelzorgers. Blink biedt vrijwilligers intensieve ondersteuning, speciale scholing en zoekt samen met de vrijwilliger naar de juiste combinatie.

Jory vijf jaar vrijwilliger

Het was Jory's ideaal om maatje te worden van een jong iemand. Nu is ze vijf jaar actief als vrijwilliger van Judith (1987). Jory (1984) is nog steeds enthousiast over de passende match. 'De eerste ontmoeting met hulpvrager Judith was bijzonder. Ze bleek me te kennen van de naschoolse opvang jaren geleden. Daar liep ik toen stage. Van meet af aan waren we blij met elkaar. Haar vader was bij de kennismaking en ook dat klikte. De volgende dag belde ik direct naar Blink om te zeggen dat ik het deed.' (Uit: nieuwsbrief oktober 2013).

**Vacatures**

Op de website www.blinkuit.nl staan alle vacatures, gerubriceerd per regio. Ook zijn alle nieuwsbrieven er te downloaden. Vacatures zijn tevens te vinden op: www.schitterendemensen.nl van Mezzo, de landelijke organisatie voor mantelzorg.

Verhalen

Blink werkt aan een nieuwe site waar de kleurrijke ervaringsverhalen centraal staan.

Ook krijgen Facebook en Twitter (@blinkuit) hier een plaats.

Voor vragen of voor directe aanmelding: info@blinkuit.nl

**Albert Heijn**

**Sterrebos 2, Oss
Winkelcentrum
"de Ruwert"**

Maandag t/m woensdag en zaterdag
geopend van 8.00 tot 20.00 uur

Op donderdag en vrijdag tot 21.00 uur

Iedere zondag van 12:00 tot 18:00 uur

Uw supermarkt in de buurt

Voor betrouwbare hulp in de huishouding!!!

**Zorg
Buro Voorwaarts**

Bent u in bezit van WMO via PGB en zoekt u een betrouwbare hulp in de huishouding ? Dan bent u bij Zorg Buro Voorwaarts aan het juiste adres. Wij bieden betrouwbare gemotiveerde en vakkundige hulp in het huishouden. Na aanmelding heeft u maximaal binnen 1 week een vaste hulp.

- * Ons uurtarief ligt tussen de € 18,00 en € 21,50 per uur.
- * Wij berekenen geen inschrijf/ of bemiddelingskosten.
- * U betaalt uitsluitend voor ieder gewerkt uur.
- * U krijgt een vaste hulp, die op een vaste dag en tijd wekelijks langs komt.
- * De hulp is onderdeel van een netwerk van vakbekwame medewerkers.
- * Wij bieden, indien mogelijk, vervanging als uw hulp ziek of met vakantie is.
- * De huishoudelijke hulp is verzekerd tegen eventuele schades.
- * **Wij pakken op wat andere laten liggen.**

**Voor inlichtingen kunt u bellen naar:
Zorgburo Voorwaarts
tel: 0412-627928**

Dromer kijkt naar vernieuwde Elzenhoekvijver

Op het fraaie nieuwe ontmoetingsplein aan het water bij speeltuin "Elckerlyc" in de Ruwaard kijkt nu alweer elf maanden lang "De Dromer" uit over de hernieuwde Elzenhoekvijver.

Het grote, felblauw gekleurde fantasiedier, gemaakt van kunststof, dat een groene "Denkwolk" boven zijn kop heeft, werd ontworpen door de kunstenaars Tilly Buy en Gerard Groenewoud.

Tussen het beeld en de vijver zijn door de kunstenaars twee lange en zeer fraaie zitbanken gerealiseerd met daarop de woorden "Waken" en "Dromen" in de talen van vrijwel alle nationaliteiten die in de wijk de Ruwaard wonen.

Het dier ziet, daar aan het eind van de mooie en aparte, 95 meter lange loopbrug, het inmiddels met een duurzaamheidsprijs bekroonde gebouwencomplex van kinderboerderij de Elzenhoek an-

nex NME-centrum (dat op 12 oktober vorig jaar geopend werd) opdoemen.

(DR uit Landschapsbeheer Oss)



DK

ALTIJD GOEDKOOP TANKEN

SHOP VOORDEEL

VOOR ELK TYPE AUTO DE BESTE:

- MOTOROLIE
- RUITENSPROEIERVLOEISTOF
- KOELVLOEISTOF

UITGEBREID ASSORTIMENT ZOMER EN WINTER ARTIKELEN

| | |
|---------------|--------------|
| - BLOEMEN | - ANTRACIET |
| - HAARDHOUT | - BRIKETTEN |
| - HOUTPELLETS | - STROOIZOUT |

10 LTR GETANKT? WASSEN V.A. €1

Hollandse gebakkraam "de Ruwert".

Sinds jaren uw vertrouwde adres voor overheerlijke olieballen

kortingsbon

geldig tot zaterdag 28 dec:

| | |
|----------------|----------------|
| Oliebollen | 13 voor € 6,- |
| Krentenbollen | 11 voor € 6,- |
| Gevulde bollen | 5 voor € 6,- |
| Appelbeignets | 10 voor € 10,- |



Geopend tot en met 31 december 2013
Oudjaarsdag geopend 7:00–19:00 uur

| | | |
|----------------|----------------|--------------------|
| Oliebollen | 13 voor € 7,- | |
| Krentenbollen | 11 voor € 7,- | |
| Gevulde bollen | 5 voor € 7,- | of € 1,60 per stuk |
| Appelbeignets | 11 voor € 12,- | of € 1,20 per stuk |

Halloweentocht voor S.V. Ruwaard jeugd

Op zaterdag 2 november vond er een topevenement plaats bij voetbalvereniging S.V. Ruwaard. De jeugd afdeling werd in de kantine verwacht vanaf de eerste donkere uren en kwam terecht in een heuse griezelgrot. Overal hingen spinnenwebben, doodskoppen en andere enge dingen.



De kabouters en 'jonge' jeugd liepen rond het sportpark een griezeltocht en werden onderweg vele malen opgeschrikt door vreemde, duistere figuren. Na afloop was er bloedsoep en moddersap aangevuld met saucijzenhanden en afgehakte handen-ranja. Maar de dappere jeugdleden lieten zich niet kennen en aten en dronken alles lekker op. Vanaf 20.00u was het de beurt aan de D en C jeugd. Zij gingen in groepen de Geffense-bossen in met alleen een kaarsje en elkaar brrrr. Al snel werden de eerste ijskoude gillen gehoord aan de rand van de Geffense Plas. Een angstaanjagende duiker kwam vanuit het niets het 'land' op en liet de jeugd lekker schrikken. Vele posten later, vele schrikmomenten later en proefjes (met maden) later, arriveerden ze gelukkig allemaal weer in de warme kantine. Om de buikjes te vullen en gezellig na te kletsen. Wij bedanken alle medewerkers van dit evenement. Uit alle hoeken van de vereniging werd hulp aangeboden. Ouders van jeugdleden, leden uit seniorenteams en het damesteam, een bijdrage van soep en knaks van de selectie enz. Ook de posten in het bos werden door fanatieke SV Ruwaard leden / vrienden bemand. Zij waren prachtig eng uitgedost door het professionele schminkteam. Zie voor meer foto's onze website www.svruwaard.nl of in ons bulletin. Wij danken speciaal de sponsors UNOX, De Bakkers Lamers en Dekro, voor de heerlijke soep en knakworstjes, saucijzenbroodjes en warme chocomelk.

Coaches en Trainers SV Ruwaard nieuwe jassen.

Bij S.V. Ruwaard hecht men grote waarde aan de inzet van de vele vrijwilligers die de club rijk is. Dit gebeurt elk seizoen met het vrijwilligersfeest waarbij deze harde werkers in het zonnetje worden gezet en daarbij een hapje en drankje krijgen aangeboden. Maar pas geleden hebben de coaches en trainers van zowel de senioren- als juniorenafdeling een heerlijk zittende shell-jack ontvangen. Zo staan zij er netjes op langs de lijn en kunnen zij nog beter hun enthousiasme op de (jeugd)-leden overbrengen. Onze dank gaat uit naar de sponsors Partyservice van Beek en Jo Spierings schoenen- en sportmode te Geffen, die dit mogelijk hebben gemaakt. Ook is een gedeelte van de actie Midzomerfeestijn (2010) in de Jacks 'gestoken'.





Martial Arts

Sportcentrum Tapia
Troelstrastraat 15, 5344GK Oss
Telefoon: 0412-640744

Topsporter of recreant? Bij Sportoentrum Tapia vindt u het juiste aanbod van Judo, Taekwondo, Fitness, MMA, BJJ, Hapkido, Aikido, Boksen, Pencak Silat en Grappling.

Voor alle vechtsporten geldt dat u gratis 2 proeflessen mag volgen.

www.sportcentrum-tapia.nl

LIEDERENTAFEL

Op **donderdag 12 december as.** wordt in D'n Iemhof in Oss weer een liederentafel gehouden. Het Iemhof Combo en de beide zangeressen presenteren weer een avondvullend programma met een keur van liedjes van vroeger en nu.

De avond begint om 20.00 uur, de zaal is open vanaf 19.30 uur en de toegang is gratis. **Dus graag tot :**

12 december in de grote zaal van D'n Iemhof!

We zien u ook graag weer in het nieuwe jaar
en wel op 9 januari 2014



Meer dan u denkt.

In de wereld van drukwerk valt veel te ontdekken. Formaat, vorm, kleur, afwerking, de mogelijkheden zijn bijna eindeloos. Met drukwerk kan meer dan u denkt. Ontdek het met Wihabo.



drukkerij **wihabo** WIJ REGELEN HET VOOR U.

Heesterseweg 13, Geffen • T 073 534 07 00
't Dorp 21, Heesch • T 0412 457 522
www.wihabo.nl

Colofon

De Rucreant is een gratis uitgave van wijkstichting Rucrea in samenwerking met Wijkraad Ruwaard voor de Ruwaardbewoners en verschijnt maandelijks m.u.v. juli en augustus in. Oplage van 6400.

| | | |
|---------------------|--|--|
| DB-Rucrea | Peter Krop Paul van Boxtel 635453 Kees van Vliet | voorzitterrucrea@gmail.com secretarisrucrea@gmail.com penningmeesterrucrea@gmail.com |
| Wijkraad | Diana van der Steen | wijkraadruwaard@gmail.com |
| Webbeheerder | Chris v.d. Berkmortel | www.rucrea.nl |

Rucreant Redactie

| | | |
|---------------------|---|--|
| Drukwerk | Rinus de Jong 646081 Simone Jacobs 617177 | rucreant@gmail.com |
| Advertenties | Drukkerij Wihabo Geffen 073-5340700 Rinus de Jong 646081 | rucreant@gmail.com |
| Bezorging | Diana van der Steen 0649905520 | diana.van.der.steen@live.com |

Redactionele richtlijnen:

Berichten van lezers, instellingen, verenigingen die betrekking hebben op of van belang zijn voor De Ruwaard en zijn bewoners, zijn welkom. De redactie behoudt zich wel het recht voor om ingezonden berichten te redigeren en eventueel in te korten.

