



**PAASEIEREN
ZOEKEN**

pagina

**20 JAAR DISCO
DE DEEL**

pagina

**BEWEGEN &
GEZONDHEID**

pagina

**ADVERTEREN
MIDZOMER**

pagina

‘Een nieuwe lente ...’

De krokussen schieten de grond uit. Het wordt lente! De natuur ontwaakt.

Parallel hieraan ontwaakt de wijk. Er komt energie vrij, wensen komen in vervulling. Dit is o.a. te zien in de volle agenda op de achterzijde en aan de nieuwe jonge loten die uitkomen in Ons Huis van de Wijk. En ook in het ontwikkelproces van de Nieuwe lemhof worden forse stappen gezet.

Dit gaat allemaal niet vanzelf. De inzet van heel veel mensen in de wijk, voor én achter de schermen, laat de wijk tot bloei komen. De krokussen zijn binnenkort weer uitgebloeid, een aantal groepen heeft meer doorzettingsvermogen. We vieren dit jaar een tienjarig, een twintigjarig, een veertigjarig en een vijftigjarig jubileum. Vier de lente, vier de wijk!

wij(k) de ruwaard



Bezorgers Rucreant gezocht

De bezorging van de wijkkrant gebeurt geheel door vrijwilligers, ruim zestig mensen zijn hierbij betrokken. De Rucreant verschijnt maandelijks, van september t/m juni.

Het “hoofd bezorging” is de spin in het web van ruim zestig vrijwilligers. Op korte termijn is hij op zoek naar:

- Wijkcoördinatoren: de wijkcoördinator heeft een eigen wijk, hij/zij verdeelt de kranten over zes of zeven vrijwilligers.
- Bezorgers: de bezorger krijgt de Rucreant van zijn/haar wijkcoördinator (ongeveer 100 kranten per bezorger).

Er zijn geregeld vacatures. Vind je het leuk om hieraan mee te werken? Neem contact op met:
@ secretarisrucrea@gmail.com

Colofon

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

Rucreant Redactie

Eindredactie: Simone Jacobs en Peter Krop

Medewerkers/ correspondenten: Betsy Strooper, Jan Boon, Cisca Severijns, Fred van Tongeren, Jeffrey de Man

@rucreant@gmail.com

Opmaak & vormgeving

Mark van der Wal

@mark@creativekingdom.nl

Advertenties

Paul van Boxtel

@rucreant@gmail.com

0412 - 63 54 53

Bezorgcoördinator

Ton Bax

@tonentoos@home.nl

0412 - 64 21 10

Da Costastraat 45

Webbeheerder Sjaak Clappers

@webmaster.rucrea@gmail.com

Social media

Danique Jordaan

@socialmedia.rucrea@gmail.com

DB-Rucrea

Peter Krop

@voorzitterrucrea@gmail.com

Paul van Boxtel

@secretarisrucrea@gmail.com

Kees van Vliet

@penningmeesterrucrea@gmail.com

Wijkraad

Elly Slegtenhorst

@wijkraadruwaard@gmail.com

**VOLGENDE KOPIJ INLEVERDATUM
VRIJDAG 7 APRIL 2017 (12:00 UUR)**

Redactionele richtlijnen: 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 behoudt zich het recht artikelen en beeldmateriaal aan te passen/in te korten. Aangeleverde artikelen zijn bij plaatsing eigendom van de Rucreant.



Like, volg en reageer:
www.facebook.com/rucreant



Voortgang nieuwe “d’n Iemhof”

In de vorige uitgave van deze Rucreant hebt u kunnen lezen wat de inzet is van Rucrea en haar partners voor het “plan van eisen” voor een nieuw ontmoetingscentrum, in de plaats van de huidige “d’n Iemhof”: ‘Een open centrum, waar iedereen zich thuis kan voelen, ook zelf het initiatief kan nemen. Een ruimte die uitnodigt tot ontmoeten en die prikkelt om dit te blijven doen.’

In Ons Huis van de Wijk wordt inmiddels druk geëxperimenteerd met bovenstaande werkwijze, en met succes! Het lijkt er op dat deze nieuwe werkwijze model gaat staan voor de programmering van het nieuwe ontmoetingscentrum. Dat heeft consequenties voor de indeling en de ruimtes. De ruimten en de inrichting zijn slechts een middel, het gaat uiteindelijk om de mensen die er gebruik van gaan maken. Alleen dan wordt het een huis van de wijk.

Er worden deze maand flinke stappen gezet in de werkgroep, eind van deze maand is het plan van eisen in grote lijnen klaar. Daarna moet er getekend en gerekend worden. En zullen er zeker nog wensen bijgesteld moeten worden. Het blijft geven en nemen, samen en in overleg zoeken we naar het maximaal haalbare.

Met zijn allen willen we graag snel duidelijkheid voor de wijk en de gebruikers, helaas moeten achter de schermen nu eenmaal eerst een aantal stappen gezet worden. In de volgende Rucreant zal zeker een tipje van de sluier opgelicht worden.

Rucrea werkt in dit proces nauw samen met de Wijkraad Ruwaard, het stichtingsbestuur van d’n Iemhof en initiatiefnemers van Ons Huis van de Wijk. Reken er op dat we elkaar scherp houden!

wij(k) de ruwaard



Dromen en wensen

Ieder mens, ook iemand met hersenletsel, heeft dromen en wensen om invulling te geven aan zijn of haar leven.



Café Brein staat het hele jaar in het teken van het verkrijgen en behouden van (zelf)regie. De avonden in maart vormen de start. De bijeenkomsten gaan over het in gang zetten van of het uitvoeren van de wensen en/of dromen die jij hebt. Dat doen we samen, ieder vanuit de eigen kracht en mogelijkheden, maar ook vanuit behaalde successen. Café Brein is een trefpunt voor mensen met een niet-aangeboren hersenletsel. In Café Brein worden wisselende onderwerpen besproken in een gezellige ontspannen sfeer. Een plek waar je niet steeds hoeft uit te leggen wat er aan de hand is. Vrijwilligers organiseren Café Brein samen met diverse organisaties. Deelname is gratis en aanmelden is niet nodig.

-  Buurthuis De Kortfoort, Floraliastraat 93, Oss
-  Donderdag 23 maart 19.30 – 21.30 uur (19.00 uur zaal open).
-  www.nahnobrabant.nl



De passie van Johann Sebastian Bach

Op zaterdag 18 maart organiseert Karmelkring Oss een lezing over de Matthäus-Passion. De heer Ad de Keyzer, medewerker van het Titus Brandsma Instituut, zal deze bijeenkomst leiden. Hij zal duidelijk maken hoe Bach de klassieke leeswijze van het Evangelie van Mattheus in muziek heeft weten om te zetten. Het beluisteren van fragmenten uit deel 1 en 2 van de Matthäus-Passion zullen zijn lezing ondersteunen. Lunchpakket meebrengen; voor koffie/thee, soep wordt gezorgd; eigen bijdrage € 5,-. Opgeven via intekenlijst in hal van de kerk.

-  Jozefkerk Oude Molenstraat 8, Oss
-  10.00 uur tot 15.30 uur (Inloop vanaf 9.30 uur)

Praktijk de Ruwaard

- Fysiotherapie
- Manuele therapie
- Aan huis behandeling
- Medische fitness



Schaepmanlaan 61
5344 BB Oss
Tel. 0412 631345
www.praktijkderuwaard.nl
info@praktijkderuwaard.nl

Alzheimer Café Oss-Maasland

APRIL 10 Ik ben niet kwijt'



Het Alzheimer Café is bedoeld voor mensen met dementie, hun partners, hun kinderen, vrijwilligers, hulpverleners en andere belangstellenden. Zij kunnen elkaar hier ontmoeten, ervaringen uitwisselen en vragen stellen. Elke tweede maandag van de maand staat een thema centraal.

Het thema voor maandag 10 april: het boek 'Ik ben niet kwijt'. Sjef van Bommel, schrijver van dit boek, houdt een inleiding over zijn ervaringen als mantelzorgverzorger van zijn door dementie getroffen partner, zoals het steeds weer opnieuw moeten aanpassen aan veranderingen, het belang van inschakelen in de zorg van familie en vrienden, zelf de motor moeten zijn en de regie houden. Hij zal zijn verhaal verlevendigen met beelden.

Het thema voor maandag 8 mei:
"Opa of oma heeft dementie."




LET OP: NIEUWE LOKATIE!

Waar en hoe laat?

-  Ontmoetingscentrum Meteor
Oude Litherweg 20, Oss
-  Aanvang 19.30 uur, zaal open 19.00 uur



Voor meer informatie

-  (088) 374 25 25 / 06 - 3651 8920 (Eef Rubbens)
-  eef.rubbens@ons-welzijn.nl
-  www.alzheimer-nederland/oss-uden-veghe

In de cursus komen onderwerpen aan de orde als:

1. Wat is dementie, wat zijn oorzaken en symptomen?
2. Hoe ga je ermee om als de persoon met dementie gaat veranderen?
3. Wat zijn mogelijkheden voor mensen met dementie?
4. Hoe kan hij of zij zolang mogelijk actief blijven?
5. Waar kun je terecht voor zorg en hulp, thuis of bij een zorginstelling?
6. Hoe verwerk je verdriet en hoe zie je de toekomst?

Cursus 'Omgaan met dementie'

Op dinsdag 4 april start de cursus 'Omgaan met dementie' voor familieleden en mantelzorgers van mensen met (beginnende) dementie.

Er is gelegenheid voor contact, het uitwisselen van ervaringen en steun vinden bij elkaar. De cursus bestaat uit zes bijeenkomsten (middagcursus óf avondcursus), na een half jaar wordt een terugkombijeenkomst georganiseerd.

Cursusleiding

Eef Rubbens en Will van Huisseling van ONS welzijn, ook al jaren actief in het Alzheimer Café in Oss.

Cursus data

4, 11 en 18 april
9, 16, en 23 mei

-  Dinsdag 4 april 14.00 - 16.00 uur óf om 19.00 - 21.00 uur
-  Ontmoetingscentrum 'De Meteor' Oude Litherweg 20
-  0412 - 653 240 (Irene Windhorst)
-  irene.windhorst@ons-welzijn.nl

De kosten voor de cursus zijn € 30,-

(inclusief cursusmap en koffie)

In en om Sterrebos!

"Kooktalent"

Voor de kookclub ben ik op zoek naar een vrijwilliger die 2x per maand zelfstandig een kookclub kan begeleiden met ca. 6 deelnemers. Naast het delen van uw kooktalent regelt u de boodschappen en de bijbehorende financiën. De dag gaat in overleg en de tijd ligt tussen 16.30-20.30 uur.

Is uw interesse gewekt of wilt u wat meer informatie, dan kunt u met mij contact opnemen.

Jeu de Boules

De lente kondigt zich aan, dus de jeu de boules ballen zijn uit het vet gehaald. Op



dinsdag- en donderdagmiddag wordt er gezellig samen gebouled. De baan is toegankelijk voor iedereen en ook kinderen kunnen hier bijv. op woensdagmiddag een balletje komen gooien.

Aanrader voor Activiteiten:

24 maart
Pannenkoekochtend
Leerlingen van de Bongerd komen pannenkoeken bakken.
10.00 uur.

Leuke Workshops
Schilderen, Kaarten maken, sculpturen van papier mache, en dergelijke.

Voor verdere info:

Sonja Haven
tel. 66 80 00
sonja.haven@brabantzorg.eu



Midzomerfestijn

Het Ruwaard Midzomerfestijn is hét jaarlijkse feest van Ruwaardbewoners voor Ruwaardbewoners. Dit jaar organiseren we met veel plezier het festijn al voor de tiende keer.

Tijdens het Midzomerfestijn is het de bedoeling om alle bewoners van de Ruwaard, van jong tot oud en van alle achtergronden en culturen, samen te laten komen om elkaar te ontmoeten! Iedere maand wordt een onderdeel uitgelicht in de Rucreant. Soms zijn dat jaarlijks terugkerende dingen, deze keer is er ook aandacht voor het '10 jarig jubileum'! En al jaren onderdeel van ons evenement, is de hobby- en promotiemarkt. Actieve mensen en verenigingen uit de wijk laten hier zien wat hun hobby's of interesses zijn. Ook andere organisaties die in de wijk actief zijn kunnen zich hier presenteren. Deelname aan de markt kost slechts 10 euro. Er zijn nog enkele kramen beschikbaar. Deze markt is altijd heel erg gezellig en zeker een bezoekje waard. Zoals gebruikelijk zullen er ook tijdens de markt diverse demonstraties gegeven worden. Ook zal er weer een kinderrommelmarkt gehouden worden. Aanmelden voor beide onderdelen kan via ruwaardmidzomerfestijn@gmail.com

Tweede tipje van de sluier m.b.t. het 10 jarig jubileum. Op zaterdagavond hebben we een foute party met wederom een knallend einde. Volg het Midzomerfestijn ook via facebook! www.facebook.com/midzomerfestijn

Ondernemers in de Ruwaard, opgelet!

Bent u ondernemer in de Ruwaard of woont u als ondernemer in onze mooie wijk? Dan biedt Rucrea u de kans om uw bedrijf tijdens het Midzomerfestijn van 1 en 2 juli onder de aandacht te brengen van alle bezoekers. Een werkgroep organiseert dan voor de 10e keer het Ruwaard Midzomerfestijn. Een evenement voor alle ruim 14.000 bewoners van de Ruwaard. Voor € 105,00 plaatsen wij uw advertentie (10 x 3.5 cm) in onze flyer, een prominente plaats op de voorkant kost € 210,00 (slechts drie plaatsen beschikbaar!).

Deze flyer drukken wij in een oplage van 9.000 stuks en bezorgen wij huis aan huis in de gehele Ruwaard. Voor en tijdens het festijn ligt hij bovendien op een aantal uitgiftepunten in de wijk en o.a. bij de VVV. Door uw deelname maakt u dit feest mede mogelijk en u brengt uw bedrijf extra onder de aandacht. En als u andere mogelijkheden ziet om een bijdrage te leveren aan het Midzomerfestijn, neem met uw idee gerust contact op!

Voor informatie: Paul van Boxel
 @ secretarisrucrea@gmail.com
 ☎ 06-37037410





JWR de Deel Bestaat 20 jaar!!! En dat willen we vieren!!!

Wanneer: 8 april van 14:00 tot 19:00 uur

Voor wie: Alle kinderen van 5 t/m 12 jaar

Waar: Treubstraat 27, Oss

Kosten: € 2,- bij vooraf opgeven,
€3,50 op de dag zelf. Hiervoor krijgen ze
4 lekkernijen (oa. Zakje chips/snoepzak,
suikerspin, ijsje, friet met snack)
en onbeperkt ranja drinken.

Wil je buiten deze dingen nog iets anders?

Deze zijn te krijgen voor onze
vaste kleine prijsjes.





wij(k) de ruwaard

Toneelclub KBO Ruwaard

“Durf te spelen” voert dit jaar het
toneelstuk ‘Mirakels Mooi’ op.



In een dorpje vinden twee zwervers twee brieven. In de ene staat dat de nieuwe pastoor over twee weken komt en in de andere dat een gast komt logeren op het Hoge Huis. De zwervers geven zich uit voor deze personen. Er ontstaat argwaan en het komt tot een verrassende ontknoping. Kaarten: € 5,- (kop koffie of thee inbegrepen) aan de zaal en bij D. Kramer, Da Costastraat 9 of in de soos.

-  d'n Iemhof
-  Dinsdag 4 april 20.00 uur en
woensdag 5 april 14.00 uur

Toontje Lager

Elke week gezellig samen zingen.
Ons koortje heet ‘Toontje Lager’.

De gemiddelde leeftijd ligt rond de 70 jaar. We zingen allerlei soorten muziek, van oud tot (relatief) nieuw, van Bach tot ‘Brabant’ van Guus Meeuwis. Iedereen is van harte welkom om een paar keer mee te zingen. Kom binnenlopen of meld je aan.



-  Sterrebos (restaurant)
Donderdagmiddag 14.30 tot 16.00 uur.
-  0412 - 852 816 (Will de Vreede)

De Liederentafel

U kunt weer een spetterende editie meemaken van de liederentafel. Er wordt op een hele speciale manier stilgestaan bij het naderende paasfeest.

De zangeressen hebben iets hilarisch voor u in petto. Kom meezingen met de liedjes van vroeger en nu. Het geeft niks als het niet zuiver is. Het gaat om het plezier dat we samen hebben en de heerlijke herkenbaarheid van de liedjes. Iedereen is welkom en de toegang is geheel gratis..

Waar, wanneer en hoe laat?

-  D'n Iemhof, Sterrebos 35, 5344 AN Oss
-  13 april 2017, Aanvang 20.00 uur
Zaal open om 19.30 uur

Andre Rieu bezoekt Zonnebloem Ruwaard Was het maar waar!

Maar op 17 februari tijdens onze “Limburgse middag” in de kantine van de SV Ruwaard genoten onze gasten van een video-registratie van een optreden van André Rieu met zijn orkest. De opname vond plaats in de Efteling en was geheel in de sprookjessfeer. Uiteraard ontbraken de Limburgse vlaaien ook niet, met dank aan Bakkers Lamers.

De Zonnebloemafdeling Ruwaard is hard op zoek naar nieuwe vrijwilligers. Wij zoeken mensen die het leuk vinden om met iemand met een lichamelijke beperking (vanaf 18 jaar) op pad te gaan. Dit kan als één-op-één activiteit of in kleine groepjes. Bent u geïnteresseerd of heeft u vragen kunt u contact op nemen met Francien Bijl.

@ f.bijl-hooijmans@home.nl

Nominaties Brabantse Stijlprijs 2017

Twee projecten in de Ruwaard zijn genomineerd voor deze stijlprijs: het Elzenhoekpark en Landerij van Tosse. De jury koos ze uit 82 inzendingen van 45 Brabantse gemeenten. In maart bezoeken de juryleden alle 18 genomineerden. Daarna kan iedereen stemmen op de finalisten.

Elzenhoekpark

In het Elzenhoekpark liggen het Natuur- en Milieu Educatiecentrum, kinderboerderij De Elzenhoek en speeltuin Elckerlyc. Dit groene hart van de wijk Ruwaard is een paar jaar geleden helemaal vernieuwd: nieuwe gebouwen, wandelpaden, bruggen en een plein met een fraai kunstwerk. Jong en oud geniet van deze prachtig ontworpen ontmoetingsplek.

Landerij van Tosse

Landerij van Tosse is een aantrekkelijk voedsellandschap van ongeveer 70 hectare aan de zuidrand van Oss. Hier groeien oude en nieuwe gewassen tussen houtwallen, poelen en bloemrijke hooilanden en akkerranden. Enthousiaste vrijwilligers van de Stichting Landschapsbeheer Oss herstellen het kleinschalige landschap van vroeger. Mensen kunnen er ook werkervaring opdoen.

De Brabantse Stijlprijs is een initiatief van de provincie Noord-Brabant. Alle genomineerde projecten staan op www.debrabantsestijlprijs2017.nl

DeBroekriem

DeBroekriem is een organisatie van vrijwilligers die zonder financiële vergoeding tijdens kantooruren workshops en meetings verzorgt voor werkzoekenden. Aangestuurd door een kernteam in Utrecht brengen de medewerkers gastsprekers en deelnemers bij elkaar, om zo door een sterk netwerk weer betaald werk te vinden. Op de website is meer informatie te vinden over de organisatie en de werkwijze. Je kunt je aanmelden als deelnemer en je kunt je inschrijven voor de aangeboden workshops. Deelnemers aan de activiteiten van DeBroekriem kijken over de grenzen van hun eigen omgeving heen.

www.debroekriem.nl

PHONE  EXPERT

WINKELCENTRUM DE RUWERT
STERREBOS 18, OSS T 0412-486200
WWW.PHONEEXPERT.EU
CENTRUM KAATSHEUVEL
PEPERSTRAAT 6, T 0416-785465

ABONNEMENTEN

Verlengen? Simonly of een nieuw toestel?

Kom naar Phone Expert voor het beste aanbod!








VASTE TELEFONIE EN INTERNETABONNEMENTEN

MOBIELE EN VASTE TELEFOONS









REPARATIES

Reparaties van alle telefoons en tablets

ACCESSOIRES VOOR TELEFOONS


EN TABLETS


Paaseieren zoeken

bij Speeltuin Elckerlyc
Zondag 9 april
10:00 tot 11:00 uur

Gratis deelname voor de jeugd van alle basisscholen in de wijk. Voor kinderen van 3 tot 7 jaar.

Start: 10.00 uur in speeltuin de Elckerlyc. Einde: 11.00 uur

Kom op tijd, er zijn leuke prijsjes te winnen. Direct na het eieren zoeken gaan we voor wat lekkers naar kinderboerderij de Elzenhoek, daar krijg je nog een leuke verrassing!

Een activiteit van & mogelijk gemaakt door Wijkstichting Rucrea



wij(k) de ruwaard



Praten verbindt, de wijk zingt

De foto's van 2 maart spreken voor zich: "Praten verbindt". Het was een avond waarin Ruwaardbewoners elkaar hebben ontmoet. Iedereen heeft verteld waar en hoe lang ze in de Ruwaard wonen en wat ze daarvan vinden.

Grote pret op de momenten waarop de 'echte' Ossenaars bij elkaar moesten gaan staan of degenen die nieuwsgierig zijn of degenen die een hobby hadden. Kortom, het was een gezellige verbindende avond. De volgende bijeenkomsten van "Praten verbindt, onze wijk zingt" in Ons Huis van de Wijk zijn:

- Donderdagavond 30 maart 19.15 - 21.15 uur
- Vrijdagmorgen 31 maart 10.00 - 12.30 uur incl. lunch

Wilt u aanwezig zijn bij een van deze bijeenkomsten? U bent van harte welkom. Graag vooraf even aanmelden bij Alaide Helmijr. Voor deze activiteit zoeken we nog mannen en vrouwen uit de Ruwaard die met hun muziekinstrument willen meedoen. Aanmelden telefonisch of per email

☎ 0412 - 624 924 of 0412 - 488 627

@ pv.ruwaard@gmail.com



Vacature

Kinderdagverblijf de Ark is op zoek naar een leuke vlotte Pedagogisch Medewerker die ons team komt versterken.

www.kindercentrum-ark.nl

Ons Huis van de Wijk

De laatste nieuwtjes over het reilen en zeilen aan de Coornhertstraat 3! Woensdag 22 februari hebben we een presentatie gehouden voor "Oss Innoveert" in de Pauluskerk. We hebben een subsidie van de gemeente gekregen om onze activiteiten op te starten en de koffie e.d. te kunnen betalen. Deze subsidie moesten we "verdedigen" en dat hebben we gedaan met deze tekst:

- Ons Huis van de Wijk staat in de Ruwaard
- een warme plek in het groen
- bereikbaar voor alle bewoners van de Ruwaard
- die elkaar willen ontmoeten
- die van elkaar willen leren en genieten
- die een plek zoeken en vinden om te buurten
- om koffie te drinken
- om samen koken
- of gewoon om samen te komen
- voor mensen die een luisterend oor zoeken of willen geven
- een spelletje willen spelen
- eenzaamheid willen en kunnen ontvluchten
- En mensen die ideeën aandragen om de wijk nog meer "onze" wijk te maken

Kortom: een plek waar iedere bewoner van de Ruwaard welkom is, jong en oud, van alle culturen die onze wijk zo rijk maken.

En dan hebben we een oproep; op zaterdag 1 april (en dat is geen grapje) willen we werk gaan maken van de tuin. Deze moet worden ontdaan van al het blad, er moet worden gesnoeid (buxus), het terras moet met een hogedrukreiniger worden schoongemaakt. Dus zoeken we enthousiaste mensen die ons hiermee willen helpen. Uiteraard verzorgen we een lunch en staat de koffie altijd klaar.

Ondertussen bruist het in Ons Huis van de Wijk met activiteiten, zo was er o.a. een drukbezochte kledingruil op woensdag 1 maart, gaat de creativiteit-ochtend nu echt van start op donderdagmorgen en wordt er op donderdag 6 april een workshop paasstukjes maken gehouden. Ook kunnen we vertellen dat de boom (onthuld tijdens de afsluiting van 50-jaar Ruwaard) een plekje heeft gekregen in de huiskamer van Ons Huis van de Wijk.

Naar aanleiding van de oproep in de vorige Rucreant hebben we weer heel wat spullen gekregen. We zijn blij met de lockmachines en het gereedschap, daarvoor bedankt!

@ onshuisvandewijk@gmail.com

📞 0412 - 488 627



d'n IJemhof
 Sociaal Cultureel Centrum

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

Voor informatie en openingstijden zie onze website.

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



Heeft U trek in een heerlijke maaltijd?
Wij hebben weer voor U gekookt!



Winkelcentrum de Ruwert - Oss
tel. 0412-633004
www.facebook.com/SchoutenGroenteFruit

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 **drukkerijwihabo**

Autobedr. VAN BERKOM

Orlando di Lassostraat 8- 5344 AC Oss.
T: 0412- 622212. E-mail: berkom-oss@online.nl

Heeft  voor de klanten.

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



Hondentrimsalon
„Bella Perro”

 Jolanda Schoenmakers
Amelsestraat 32
5343 NA Oss
Tel. 0412 45 63 63
E-mail: hondentrimsalonBellaPerro@gmail.com
Website: www.BellaPerro.nl

Heb jij ook goede voornemens voor 2017?

Wil je ook graag iets betekenen voor een ander? Zorglocatie De Ruwaard is op zoek naar enthousiaste, betrokken vrijwilligers die wekelijks/maandelijks “aandacht” in de breedste zin van het woord willen geven aan onze cliënten.




BrabantZorg, met aandacht

Trek je stoute schoenen aan en bel of mail voor een kennismakingsgesprek met Francis van den Broek. Bel 0412-683683 of mail francis.vandenbroek@brabantzorg.eu

Geen kosten meer voor evenementenvergunning

Gemeente Oss schaft leges evenementenvergunning af. Vanaf 1 januari zijn er voor het aanvragen hiervan geen kosten meer verbonden. Hiermee wil de gemeente bereiken dat organisatoren altijd een vergunning aanvragen. Bij het behandelen van zo'n vergunning kijken de ambtenaren namelijk naar mogelijke risico's, waarborgen ze de veiligheid en geven ze omwonenden de gelegenheid om bezwaar te maken. Daarnaast wil de gemeente evenementen op deze manier ondersteunen. Nieuw digitaal aanvraagformulier. Organisatoren kunnen voortaan volledig digitaal een vergunning aanvragen. Het nieuwe formulier is uitgebreider dan het oude. Daarmee worden aanvullende vragen achteraf voorkomen en kan het proces sneller verlopen. De gebruiker kan het aanvraagformulier bewaren en het aanpassen en opnieuw indienen in de volgende jaren.

☎ 0412 - 62 97 06

@ communicatie@oss.nl

Wilt u langer zelfstandig blijven wonen?

De gemeente Oss vindt het belangrijk dat inwoners zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen. Een deel van de koopwoningen in gemeente Oss is daarvoor ongeschikt. Om daarvoor noodzakelijke aanpassingen uit te (laten) voeren, kunt u geld lenen via de Blijverslening.

🌐 www.svn.nl/particulieren/lening/blijverslening

Drie Osse projecten genomineerd voor de Brabantse Stijlprijs 2017

Voor de Stijlprijs 2017 gaat de provincie Noord-Brabant op zoek naar verborgen parels en verrassende plekken op onverwachte locaties in Brabant. Plekken die zijn geboren vanuit een

passie van mensen. De jury koos 18 genomineerden, uit 82 inzendingen van 45 Brabantse gemeenten. Het Elzenhoekpark, Landerij van Tosse en het Van Kleefbolwerck Ravenstein zijn de drie Osse genomineerden. In maart bezoeken de juryleden alle genomineerden. Daarna kan iedereen stemmen op de finalisten. Alle genomineerde projecten staan op

🌐 www.debrabantsestijlprijs2017.nl

Geef uw mantelzorg een cadeau!

Een mantelzorgert zorgt langdurig en onbetaald voor een naaste met een ziekte of beperking. Meestal is een mantelzorgert een familielid, vriend of kennis. Mantelzorg kan zijn: huishoudelijke hulp, toezicht en gezelschap, begeleiding bij het vervoer of de administratie. Maar er zijn ook mantelzorgers die helpen bij het douchen, aankleden en naar de wc gaan. U kunt u een mantelzorgcompliment (een cadeaubon van € 50,-), die u zelf aan uw mantelzorgert geeft, aanvragen bij de gemeente. Dit kan tot en met 31 december 2017.

🌐 www.oss.nl/mantelzorg

Landelijke Opschoondag op zaterdag 25 maart

Zwerfafval is een probleem, ook in de gemeente Oss. Dat ruimen we op 25 maart van 10.00 uur tot 12.00 uur op. Vorig jaar deden 550 deelnemers en schooljeugd mee en werd er zo'n 7800 kg zwerfafval opgeruimd. Meld je aan en help ons ook dit jaar weer mee! Liever alleen of met burens inzamelen? Dat kan ook! Afvalknipper en zakken nodig? Meld het via info.landschapsbeheer-oss.nl De spullen bezorgen wij bij je thuis. Ook maken we afspraken over het ophalen van het ingezamelde afval.

🌐 www.landschapsbeheer-oss.nl
☎ 06-3745 6820 (Tonnie van Hooff)

Diploma Schuldhulpmaatjes

Op 6 februari ontvingen tien nieuwe Schuldhulpmaatjes hun certificaat van wethouders Kees van Geffen (Oss) en Rein van Moorselaar (Bernheze). Na het volgen van een 3-daagse opleiding zijn deze nieuwe Schuldhulpmaatjes meteen 'aan het werk' gezet om de groeiende vraag naar hulp bij (dreigende) schulden aan te kunnen. Schuldhulpmaatje kan nog steeds nieuwe vrijwilligers gebruiken.

🌐 schuldhulpmaatje.nl/aanmelden

Nieuwe locaties voor drinkwater tappen gezocht

De gemeente Oss wil inwoners en gasten gratis drinkwater aanbieden. Er zijn nu drie tappunten, in Geffen op het dorpsplein, in Oss bij het speelterrein aan de Wagenaarstraat en het Cruijfcourt aan de Leeuwerikstraat. De gemeente vraagt aan inwoners en organisaties om na te denken over nieuwe locaties voor een drinkwater tappunt. De locatie moet logisch, goed bereikbaar en zichtbaar zijn. Daar waar veel voetgangers of fietsers langskomen heeft een tappunt meerwaarde. De gemeente ziet ook graag dat bewoners of bewonersgroepen in de buurt zich ontfermen over het watertappunt. Daardoor kan de omgeving schoon en verzorgd blijven. Geef daarom ook aan wie de nieuwe locatie in de gaten wil houden. Stuur het voorstel voor een nieuw watertappunt met motivatie uiterlijk eind maart naar: water@oss.nl. De gemeente kiest daarna de beste locaties en zorgt ervoor dat de nieuwe drinkwatertappunten deze zomer klaar zijn.





Boodschappen PlusBus / SAMEN-UITbus

Er kunnen allerlei redenen zijn waardoor u niet alléén boodschappen kunt doen. Of u wilt er gezellig eens uit. De BoodschappenPlusBus/SAMEN-UITbus biedt dan uitkomst.

Op een ochtend of middag halen we u thuis op en gaat u samen met enkele anderen boodschappen doen of een dagje uit. Met de bus kunt u niet alleen boodschappen doen, maar we organiseren ook iedere week uitstapjes. Ook voor die uitstapjes kunt u zich opgeven.

Voor wie? Voor mensen van 55 jaar en ouder en mensen met een beperking.

Waar? De BoodschappenPlusBus/SAMEN-UITbus rijdt in de gemeenten Oss, Bernheze, Uden en in (de voormalige gemeente) Veghel.

Kosten Het lidmaatschap kost € 12,50 per jaar.

U ontvangt dan maandelijks het programma en u kunt zich opgeven om mee te gaan met de bus. Een ochtend of middag boodschappen doen kost € 3,50. Consumpties en boodschappen zijn voor eigen rekening. De kosten van de uitstapjes staan steeds in het programma.

Kijk voor het programma op

 <https://goo.gl/cu0fcf>

Heel Oss Bakt zoekt deelnemers!

De activiteitenbegeleiding van zorglocatie de Ruwaard heeft 'Heel Oss Bakt' in het leven geroepen. Op 8 april kunnen vijftien hobbybakers hun zelfgebakken taart brengen. De taarten worden bekeken en geproefd! Uiterlijk, kleur, smaak, alles wordt meegewogen door de vakkundige juryleden en alle aanwezigen snoepen uiteraard mee.

Zorglocatie de Ruwaard heeft o.a. Francis Kuijk weten te strikken als jurylid. Francis behaalde de tweede plaats in het televisieprogramma 'Heel Holland Bakt'! Zij zal met twee andere juryleden de beste drie taarten kiezen. Natuurlijk gevolgd door een prijsuitreiking met een zéér fraaie eerste prijs. Uiteraard is iedereen van harte welkom om dit feest bij te wonen. Wilt u méédoen, schrijf u dan in en u krijgt zo spoedig mogelijk bericht met nadere gegevens.

Waar, wanneer:

Zorglocatie de Ruwaard, Ministershof 1, te Oss
zaal: Kolibri op zaterdagmiddag 8 april.

Inschrijving:

@ ferry.vanmelis@brabantzorg.eu o.v.v.

'Ik wil meedoen aan 'Heel Oss Bakt'. Graag naam, adres, woonplaats en telefoonnummer vermelden.

Buurttuin Ruwaard

In de Ruwaard is een buurttuin gerealiseerd op een stukje grond tussen de Brederodestraat en serviceflat Sterrebos. De tuin is aangesloten bij de "Stadseboeren" Oss. Zie deze tuin als een soort volks- of moestuin, maar dan gezamenlijk. Iedere gebruiker kan zelf groente en fruit planten, oogsten en eten.

Er staat ook een aantal bakken op hoogte. Naast groenten en kruiden die je kunt oogsten, zijn er ook

andere voordelen:

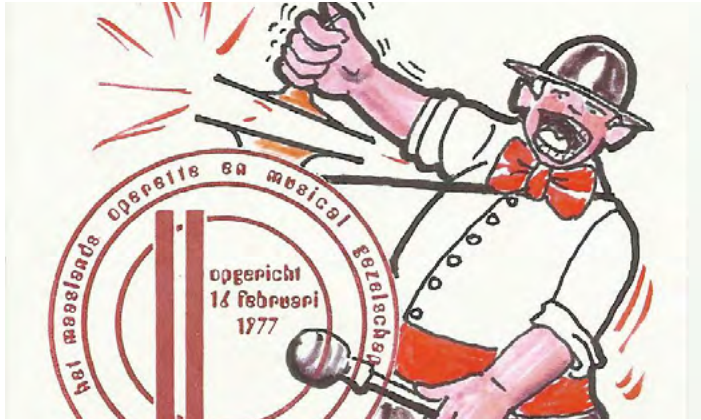
- We gebruiken geen gif en kunstmest;
- Buurttuinen verhogen het gevoel van gemeenschappelijk eigendom;
- Mensen komen met elkaar in contact en leren van elkaars gewoonten en manieren.

Aanmelden als tuinier?

@ sonja.haven@brabantzorg.eu

☎ 0412 - 668 000







Het Maaslands Operette en Musical Gezelschap 40 jaar

Het grootste deel van die 40 jaar thuis in d'n lemhof. We vieren dit bijzondere feit met de avondvullende voorstelling: Confetti& Zo!

Confetti: een aantal vrolijke werken, gespeeld en gezongen in vijf verschillende talen uit eerder opgevoerde operettes en na de pauze de eenakter 'De Zoo' vertaald in het Nederlands. We nodigen iedereen uit om te komen kijken en luisteren.

Waar, wanneer en hoe laat

-  Rabo zaal van De Lievekamp
-  25 maart om 20.15 uur,
26 maart om 14.30 uur



'Nieuwe leden'

Onze sportclub VVSSAnna zoekt nieuwe leden. Wij sporten elke dinsdagnamiddag en -avond in sporthal Ussenstelt.


Na een warming-up gaan we volleyballen. Onze leden hebben in het verleden een aandoening aan het hart gehad. Na een revalidatieperiode is gebleken dat deze sport uitermate geschikt is voor hartpatiënten.

We sporten altijd onder leiding van medisch ervaren begeleiders. Binnen onze vereniging wordt er in drie groepen op hun eigen niveau gespeeld. Behoort u tot de doelgroep en heeft u belangstelling, kom dan gerust eens langs op een dinsdagnamiddag aan de Looveltlaan in Oss.


 www.vvssanna.nl

Tablet-Nek


Een hoofd weegt gemiddeld 4 tot 6 kilo. Wanneer de nek meer gebogen is, neemt het gewicht op de nekspieren toe.



15°
12 kg




45°
22 kg



60°
27 kg

Kinderen spenderen steeds meer tijd op de tablet of smartphone. Hiermee stijgt ook het aantal nekklasten op jonge leeftijd.

De klachten aan nek, hoofd en rug ontstaan door een verkeerde houding. Het voorover buigen van het hoofd heeft namelijk een enorme impact op de nekspieren en daarnaast treedt er een vervorming (afvlakking) van de nekwerfels op.



**praktijk
de ruwaard**

Binnen de praktijk bieden wij een programma aan ter behandeling en preventie van deze klachten.

Neem gerust contact met ons op!





0412-631345

Praktijk de Ruwaard Oss - Tel: 0412-631345 - www.praktijkderuwaard.nl

Het Longfonds strijdt voor gezonde lucht en gezonde longen

In Ussen zijn twee lotgenoten contactgroepen voor longpatiënten en hun partners. De een doet wekelijks aan sportief bewegen om de energie op peil te houden, het gespreksgroepje ontmoet elkaar maandelijks. Een paar keer per jaar doen de groepen samen leuke dingen. Beide groepen willen groter worden en zien graag nieuwe leden. Dit om het beste uit jezelf te halen en om elkaar te versterken. Heb je organisatie talent? Help ons dan om dit soort dingen te blijven doen.

Voor meer informatie Sportieve groep

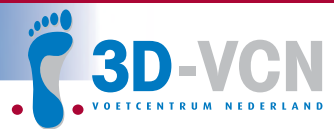
-  sportzaal tussen Kennedyschool en "Het Baken"
-  Donderdag avond
-  proelofs741@kpnmail.nl
-  0412-402074 (Wilma Roelofs na 17.00 uur)

Voor meer informatie Gespreksgroep

-  Wijkcentrum de Hille (Ussen)
-  Eerste dinsdag van de maand
-  jgovers@home.nl
-  0412-453847 (Jeanne Govers)
-  www.longfonds.nl



Zwangere vrouwenvoeten



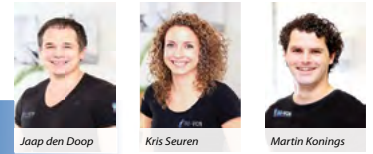
De zwangerschap wordt omschreven als een mooie maar minstens evenzo zware periode. De zwangerschap alleen brengt uiteraard lichamelijke ongemakken met zich mee, dit houdt echter niet altijd op na de bevalling.

Logischerwijs wordt het lichaam van de vrouw tijdens de zwangerschap zwaarder en worden de pezen en spieren flexi-

beler door de hormoonhuishouding wat ook nodig is om het wonder goed te laten gebeuren. Alleen al door deze twee factoren hebben de voeten het zwaar te verdragen. Het aanhouden van voetgerelateerde klachten wordt echter veelal pas merkbaar na de bevalling. Het is daarom van belang de voeten voor de zwangerschap maar met name na de zwangerschap te laten controleren. De voeten zijn de basis en door een

goede basis te hebben kunnen (onnodige) klachten worden voorkomen. Eveneens klachten in het bekken of de rug komen veel voor tijdens en na de zwangerschap en kunnen veelal vanuit een optimalere voetstand bestreden worden. Na negen maanden is het tijd om te gaan genieten van de kleine spruit, voetgerelateerde lichamelijke klachten zijn zaken waarvan je dan liever hebt dat zoiets zich niet uit.

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.

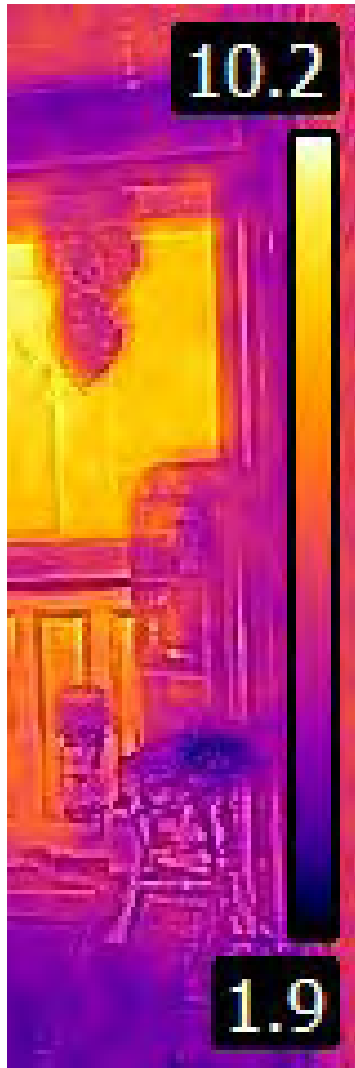


www.3d-vcn.nl

LET OP: LOCATIE OSS IS VERHUISD

3D Voetcentrum Nederland – Oss
Molenstraat 70 (GHC Lievekamp) | 5341 GE Oss
☎ 0412 - 623 625

3D Voetcentrum Nederland – Berghem
Burg. van Erpstraat 4 (GHC IMRO-sana) | 5351 AW Berghem
☎ 0412 - 623 625



Stoken voor de hele buurt of de warmte binnen houden?

Samen energie (en geld) besparen. Inwoners van het Schrijverskwartier hebben alweer een mooie nieuwe actie op stapel staan: isolatie. Woensdag 5 april vanaf 19.30 uur vertellen ze hier alles over tijdens een bijeenkomst in het Ons Huis van de Wijk (Coornhertstraat 3).

Ook andere belangstellenden zijn van harte welkom. Warmtebeelden maken lekken zichtbaar. Om erachter te komen hoe het met de isolatie van een woning gesteld is, konden inwoners de afgelopen weken een gratis warmtebeeld laten maken. De beelden geven een aardige indicatie van waar de isolatie beter kan. Een energieadviseur legt de beelden uit die in de buurt gemaakt zijn.

🌐 www.buurkracht.nl/schrijverskwartier
@ schrijverskwartier2015@gmail.com

Laatste Nieuws!

Schrijverskwartier en Potgieterstraat winnen extra prijzen gemeente Oss bij het Klimaatstraatfeest! Gemeente Oss is partner van het HIER Klimaatstraatfeest. Dit is een landelijke energiebesparingswedstrijd die loopt tot en met 31 maart 2017.

Het idee achter de competitie is simpel. Je verdient klimaatpunten door met zoveel mogelijk mensen energie te besparen. Dat kan bijvoorbeeld met je burens, maar ook met je sportclub, vereniging of familie. De groep die aan het einde van de competitie de meeste punten heeft gescoord wint een fantastisch feest, voor een budget tot wel € 5.000 voor de eerste prijs. Vorig jaar heeft de Energiecoöperatie Oss de landelijke wedstrijd gewonnen. De gemeente Oss is Gouden Ster Partner van het Klimaatstraatfeest. Kijk op de website www.klimaatstraatfeest.nl. Hier staan meer dan honderd energiebesparende acties om uit te voeren.

🌐 www.klimaatstraatfeest.nl

Tijd voor mensen!

Dat is waar het bij de medewerkers van Interzorg om draait. Ze zijn trots en enthousiast. Of het nu gaat om verpleegkundige zorg, persoonlijke verzorging, langdurige zorg, begeleiding of hulp bij het huishouden, onze zorgverleners behoren tot de beste op hun vakgebied.

**Kleine teams
Vaste gezichten
1 aanspreekpunt
1 telefoontje om de zorg te starten**

interzorg

Oss/Uden/Veghel 0412 651 428 www.interzorgthuiszorg.nl

AEON Fysiotherapie

- Fysiotherapie
- Ontspanning
- Acupressuur
- Oedeemtherapie

Wolfskool 23, 5345 MH Oss
T: 0412-760410
E: aeonfysio@gmail.com
I: www.aeonfysio.com

V Klokkenmaker

Een wijkbewoner is op zoek een hobby klokkenmaker die haar Westminsterklok schoon kan maken. bart.hoes@ons-welzijn.nl

V Nieuwe bestuursleden

Het Maasland Gilde is een vrijwilligersorganisatie die bemiddelt tussen mensen die hun kennis, kunde en ervaring willen delen. Personen die op zoek zijn naar informatie of advies worden door het Maasland Gilde bemiddeld. Het bestuur zoekt drie nieuwe bestuursleden: Een secretaris, een algemeen bestuurslid met als extra taak data verwerken en een algemeen bestuurslid met als extra taak begeleiden van de vrijwilligers.

maaslandgildeoss.nl
0412-647 140

V Vrijwilliger nagelverzorging gezocht

Zorglocatie de Ruwaard zoekt nagelverzorging-vrijwilligers voor de maandagmiddag van 13.30-16.00 uur. Info bij francis.vandenbroek@brabantzorg.eu

V Actieve bewoners in het Ons Huis van de Wijk

Vind je het leuk om wat voor je wijk te doen, om mensen te ontmoeten, gastheer of gastdame te zijn, met mensen in gesprek te gaan, leuke dingen te organiseren of

daarin mee te denken? Een aantal bewoners is al zeer actief in het huis van de wijk maar zij kunnen wel wat versterking gebruiken!

@ onshuisvandewijk@gmail.com
0412 - 488 627

V Hulp met klusjes

Een gezin uit de Ruwaard zoekt klusjesmensen die handig zijn met het ophangen van lampen, vervangen van lampen en het ophangen van rol gordijnen. Info en contact: Lynn van Hooff (Gespecialiseerde Thuisbegeleiding Pantein Team Oss), 0683796215,

@ ly.vanhooff@pantein.nl

A Volkstuinen

Heb je zin om je eigen groenten, fruit of bloemen te telen? Dat kan op meerdere plaatsen!

Kleinschalig volkstuin complex van 10 tuinen (op dit moment 2 tuinen van 100 m2 vrij). Info Tonny Oosterhuis-Kulk
@ tonny-kulk@home.nl

Tuinvereniging Kromstraat Zuid (aantal tuinen vrij van 100 – 150 m2) Info bij Koos de Groot:

@ j.l.m.degroot@home.nl
06-1206 0389

Tuinvereniging de Bus. Info bij Toon Willems:
06-2522 1940

A Ons Huis van de Wijk

Ben je op zoek naar een ruimte waar je leuke dingen kan organiseren of mensen kunt ontmoeten? Die is er in Ons Huis van de Wijk! Het gebouw is gelegen aan de Coornhertstraat 3. Heb je al een super leuk idee of wil je eerst wat meer informatie? Loop gewoon eens binnen of neem contact op!

@ onshuisvandewijk@gmail.com
0412-488627.

A (JOMO) Jonge moedergroep

De jonge moedergroep JOMO is wekelijks op woensdag om 14.00 uur in Ons Huis van de wijk Coornhertstraat 3. JOMO is bedoeld voor jonge (aanstaande) moeders tot rond de 25 jaar. De kinderen zijn ook welkom! Je leert hier andere jonge moeders kennen, je kan informatie uitwisselen en elkaar steunen.

@ inge.peters@ons-welzijn.nl
06 - 4099 1412

A Het Osse Inloophuis

Op donderdag 6 april wordt bij Het Osse Inloophuis in de Pinksterterp kaarten gemaakt. We zijn open van 9.30-12.00 uur. Iedereen is welkom.

A Leuke activiteiten op woensdagavond

Vier wijkbewoners (leeftijd van 28 tot 55 jaar) doen met elkaar op woensdagavond leuke activiteiten zoals: knutselen, koken, bakken, fietsen en wandelen. Ook organiseren ze uitstapjes. Ze gaan o.a. bowlen, midgetgolven of jeu de boules spelen. Wil je hieraan mee doen? Info en aanmelden via bart.hoes@ons-welzijn.nl

A Biljarten

Biljartvereniging De Lakenridders speelt elke een interne competitie op maandagavond van 19.00-23.15 uur in de Hille. Momenteel zijn er twee plaatsen vrij. Kom langs of informeer bij Jos Hermans:

@ hermansjmm@gmail.com
06 - 3650 1978

Voor online friet bestellen

De Carrousel



WWW.AFHAALFRIET.NL

Wijkagenda



- 18 maart** Lezing Matthäus Passion
20 maart Vergadering wijkraad Ruwaard
23 maart "Café Brein" buurtcentrum Kortfoort
24 maart Pannenkoekochtend Sterrebos
25 & 26 mrt Voorstelling "Confetti en Zoo"
30 & 31 mrt Praten verbindt, onze wijk zingt
31 maart Aftrap jubileumjaar stichting Chaja
- 1 april** Tuinonderhoud Ons Huis van de Wijk
4 april Start cursus "Omgang met dementie"
4 april Wijkvergadering Rucrea
4 & 5 april Toneelvoorstelling "Mirakels Mooi"
5 april Bijeenkomst "warmtebeelden energie"
6 april Workshop paasstukjes maken
Ons Huis van de Wijk
6 april HOI Pinksterterp: kaarten maken
8 april 20 Jaar Jeugddisco de Deel
8 april "Heel Holland Bakt"
In zorgcentrum Ruwaard
9 april Paaseieren zoeken in Elckerlyc
10 april Alzheimercafé
13 april Liederentafel d'n Iemhof

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!

WIL JE JOUW EVENT BEKEND MAKEN
STUUR EEN EMAIL NAAR
[@rucreant@gmail.com](mailto:rucreant@gmail.com)



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

GRATIS OPHAALSERVICE

VAN GOEDEREN VOOR HERGEBRUIK.
BEL 0412 626 111 OF KIJK OP DE SITE!



Kringloop bedrijf Oss
Kringloop bedrijf Bernheze

www.kringloopbedrijfoss.nl

Specialist in beweging

Fysiotherapie

- Algemene fysiotherapie
- Schouder specialisatie
- Hydrotherapie
- Echografie
- Dry Needling

Zwembad

- Zwemles ABC
- Pré zwemles
- Baby & Peuter zwemmen
- Aquajogging
- Snorkelen
- Vrij zwemmen

Sportcentrum

- Zumba® Fitness
- Cardio Fitness
- Peutergym
- Tuimeljudo
- Judo



van der heijden

zwembad fysiotherapie sportcentrum

Brederostraat 1 | 5344 VA Oss | T 0412 63 47 30 | F 084 229 10 55 | info@heijdensports.nl



ZOTTE ZATERDAG

EXTRA* KORTING OP DIESEL/BENZINE/LPG

(*Op basis van de DK brandstof adviesprijs. Deze korting vervangt de huidige korting)

Nu ook op DONDERDAG

Altijd goedkoop tanken!

HESCHEWEG 223 OSS