



**SYMPOSIUM  
JEUGDZORG**  
pagina 5

**THEMAAVOND  
ZWERFVUIL**  
pagina 7

**SOCIAAL  
VITAAL**  
pagina 8

**SAMENLOOP  
VOOR HOOP**  
pagina 13

## “Omkijken naar elkaar en verbinden ...”

Wat is er mooier om het jaar te beginnen met een positieve boodschap. Onze wijk zit er vol mee, jammer dat deze boodschap soms wordt ondergesneeuwd door somberheid. Een nieuw jaar geeft hoop.

Als we ons nu allemaal eens voornemen om eerst te kijken en te luisteren! En proberen te begrijpen wat er aan de hand is. En laten we daarna even denken wat we zelf kunnen bijdragen. Zaken die voor de ene persoon “een probleem” zijn, kunnen in veel gevallen met een beetje hulp snel worden opgelost. Voorwaarde is wel dat we dit weten van elkaar. Daarvoor is kijken en luisteren nodig. Achter de schermen wordt hard gewerkt aan een centraal informatiepunt en ontmoetingspunt waar vraag en aanbod bij elkaar gebracht kunnen worden. Ergens begin april gaan we hiermee online. Niet in de plaats van het contact van mens tot mens, maar een hulpmiddel om snel de weg te vinden. Dat moet helpen in het verbinden. En dan de foto hierboven, wat heeft die met verbinden te maken? Simpel, dit is de aanhanger van de wijkraad vol met materiaal om in uw buurt leuke ontmoetingsactiviteiten te organiseren. Meer hierover op pagina twee. De beste wensen voor u allen.

**wij(k) de ruwaard**



### !!! Kinderdisco !!!

**We maken er een leuke avond van!  
We verkopen snoep, snacks, chips,  
ranja en frisdrank voor kleine prijsjes**

Zaterdag 19 jan, d'n lemhof, 19:00 – 22:00 uur  
Toegang: gratis groep 3 t/m 8

We verkopen snoep, snacks, chips, ranja en frisdrank voor kleine prijsjes. De kinderen moeten aan het eind van de avond weer worden opgehaald. Volg ons op facebook of mail naar: [jwrdedeel@outlook.com](mailto:jwrdedeel@outlook.com). Onze volgende disco avond is op: 19 januari

**wij(k) de ruwaard**



# 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 en

**correspondenten:** Jan Boon, Fred van Tongeren, Nico Broers, Willemien van Rossum, Adri de Ruijter, Arlieneke Ouweland, Atie Muurmans, Annie van den Bosch, Sandra Prinsen Geerlings-Mok

@rucreant@gmail.com

## DB-Rucrea

Peter Krop

@voorzitterrucrea@gmail.com

Paul van Boxtel

@secretarisrucrea@gmail.com

Kees van Vliet

@penningmeesterrucrea@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

@tonentoo@home.nl

0412 - 64 21 10

Da Costastraat 45

## Social media

Vacature

@socialmedia.rucrea@gmail.com

## Webbeheerder

Sjaak Clappers  
Fred van Tongeren

@webmaster.rucrea@gmail.com

## Wijkraad

Elly Slegtenhorst

@wijkraadruwaard@gmail.com

## Wijkagent de Ruwaard

Niels de Lange,  
Sandra de Veer

@niels.de.lange@politie.nl

@sandra.de.veer@politie.nl

@WA\_Ruwaard

@wijkagenten\_ruwaard

VOLGENDE KOPIJ INLEVERDATUM  
VRIJDAG 1 FEBRUARI 2019 (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.rucrea.nl](http://www.rucrea.nl)



## Wijkraad Ruwaard in het nieuw gestoken

Tijdens het Midzomerfestijn werd het nieuwe logo onthuld van de wijkraad. De dames en heren zijn nu ook in het nieuw gestoken en zijn met hun nieuwe jassen goed zichtbaar als ze de straat op gaan. Wanneer u dus een wijkraadslid met deze jas aan tegenkomt, aarzel dan niet en stel de vragen die u heeft t.a.v. het wijkraadswerk en alle wijk gerelateerde zaken.

Uiteraard kon de aanhanger van de Wijkraad niet achterblijven dus ook deze werd voorzien van het nieuwe opvallende logo. En nog steeds geldt dat u deze voor uw straatfeesten, buurtfeesten en straatspeeldagen kunt aanvragen bij het secretariaat van de Wijkraad: [wijkraadruwaard@gmail.com](mailto:wijkraadruwaard@gmail.com)

**Autobedr. VAN BERKOM**  
Orlando di Lassostraat 8- 5344 AC Oss.  
T: 0412- 622212. E-mail: [berkom-oss@online.nl](mailto:berkom-oss@online.nl)  
**Heeft  voor de klanten.**

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

## SlowPad wordt SlowCarePad

We hebben vorige Rucreant al uitgebreid geschreven over het SlowPad, We gaan de naam veranderen omdat SlowPad uitnodigt tot naamsverbastering, dus wordt SlowCarePad.

**W**e gaan op zaterdag 26 januari beginnen met de aanleg van de eerste dingen, de firma Vogels komt die dag als teambuilding ons een handje helpen. Maar we hebben ook hulp van de buurt nodig! Zo moet er die dag een wilgenboog gebouwd worden. Hiervoor zijn extra handjes nodig. Wil je ons komen helpen dan kun je aanmelden via : [j.heesbeen@oss.nl](mailto:j.heesbeen@oss.nl) . Voor de inwendige mens zal ook worden gezorgd die dag, dus kom ons gezellig helpen en zo maken we samen de buurt een beetje mooier. Andere werkdagen zijn 16 maart en 13 april. Ook dan hebben we extra handjes nodig.

- @ [j.heesbeen@oss.nl](mailto:j.heesbeen@oss.nl)
- 🕒 16 maart en 13 april



**praktijk deruwaard**

0412-631345

Schaepmanlaan 61 • Oss • [www.praktijkderuwaard.nl](http://www.praktijkderuwaard.nl)



Hondentrimsalon  
**„Bella Perro”**

Jolanda Schoenmakers  
Amelsestraat 32  
5343 NA Oss  
Tel. 0412 45 63 63  
E-mail: [hondentrimsalonBellaPerro@gmail.com](mailto:hondentrimsalonBellaPerro@gmail.com)  
Website: [www.BellaPerro.nl](http://www.BellaPerro.nl)

## Zorg jij wel eens voor iemand anders? Dat kan (soms) best lastig zijn!

Hoe combineer jij dat met werk of school?  
Hoe houd je genoeg tijd over voor jezelf of andere dingen?  
Waar vind je handige tips, bijvoorbeeld over het kopen van een rolstoel?  
En hoe doen anderen dat eigenlijk?  
Op **zaterdag 9 februari kun je bij Ons Huis van de Wijk** terecht met al je vragen over dit onderwerp.

Bijvoorbeeld:  
Voor je moeder of je vader?  
Je buurman?  
Een goede vriend?  
Je broertje of zusje?  
Je zoon of je dochter?

**Zaterdag 9 februari van 11.00 tot 15.00 uur**  
Ons Huis van de Wijk, Coornhertstraat 3 in Oss

- Informatiemarkt
- Workshops en lezingen
- Uitleg over wetten en regels
- Samen praten over ervaringen en wensen

Met gratis koffie, thee en iets lekkers. De toegang is gratis.

Je zorgt (soms) voor een ander.  
Omdat je dat graag wilt.  
Omdat niemand het anders het doet, mag of wil.  
Omdat het zo hoort of omdat je jouw steentje bij wil dragen.  
Voor wie je het ook doet en hoe vaak: heb jij er vragen over of wil je er met anderen over praten?  
Kom dan op **zaterdag 9 februari naar Ons Huis van de Wijk!**



**112 daar  
vang je  
boeven mee**



## De wijkagent schrijft:

**W**ij krijgen vaker de vraag wat wij als wijkagent doen voor de wijk. De politie kent allerlei specialisten. Iedere specialist werkt binnen zijn eigen aandachtsgebied aan verbetering van de veiligheid. De wijkagent is één van die specialisten. Elke politie-eenheid kent meerdere wijken en dus ook meerdere wijkagenten. De naam zegt het al: voor ons staat de veiligheid in de wijk centraal. Maar, wat doen we nou eigenlijk precies en voor welke zaken kun je bij ons terecht? Wij hebben ruime algemene politie-ervaring en zijn de belangrijkste schakel tussen de politie en de buurt omdat wij: criminaliteit bestrijden; veel aanwezig zijn in de wijk (lukt overigens niet altijd even goed); veel kennis hebben over de wijk, inclusief incidenten en criminaliteitstrends; contactpersonen kennen binnen instanties en instellingen die problemen kunnen oplossen; kennis hebben van jongerengroepen die overlast veroorzaken; verkeersgevaarlijke situaties kennen en aan verbetering ervan werken; aanwezig zijn bij wijkcontactavonden met de wijkraad; overleggen met gemeente, woningbouw en sociaalteam over de wijk en zijn bewoners.

Hoe beter wij de buurt kennen, hoe meer we er kunnen doen voor de algemene leefbaarheid en veiligheid. Die benodigde informatie moet deels ook uit de buurt komen. Gebeurt er dus iets bijzonders of vreemds, geef dat dan door aan ons en help samen de buurt leuk en veilig te houden. Heb je het idee dat er iets "crimineels" gaande is dan kan je dit melden via "meld misdaad anoniem" 0800-7000. Kijk voor verdere bijzonderheden op [www.meldmisdadanoniem.nl](http://www.meldmisdadanoniem.nl). Voor al het andere kun je bellen met 0900-8844 of ons mailen voor overleg. Is er iets NU gaande, bel dan met 112. Wij kijken uit naar de samenwerking in 2019. Laten we er samen het beste van maken. Wij staan altijd open voor suggesties en ideeën om mee aan de slag te gaan in de wijk.

Niels en Sandra, wijkagenten Ruwaard

**wij(k) de ruwaard**



## Persbericht Oogcafé Oss

Woensdag 23 januari om 14.00 uur wordt in Stadsherberg Wilhelmina, Spoorlaan 56 te Oss het Oogcafé Oss geopend, een project van de Oogvereniging Nederland.

**H**et Oogcafé wordt een ontmoetingsplaats voor inwoners met een oogandoening in Oss e.o. Doel is elkaar te ontmoeten, ervaringen uit te wisselen en elkaar te steunen. Soms worden er gastsprekers uitgenodigd. Uw partner/begeleider is van harte welkom. Bij de opening biedt de Oogvereniging U twee kopjes koffie/thee met iets lekkers aan. Overige consumpties en reiskosten zijn voor eigen rekening. Het is de bedoeling dat daarna iedere vierde woensdag van de maand een Oogcafé plaatsvindt van 14.00-16.00 uur. Ook dan in Stadsherberg Wilhelmina. De bijeenkomsten zijn laagdrempelig en ongedwongen. Bezoekers kunnen aanschuiven bij andere deelnemers en gastheren/-dames. Consumpties en reiskosten zijn voor eigen rekening. Voor deze eerste bijeenkomst graag aanmelden bij: Eddy en/of Bea van der Wielen, Contactpersonen Oogcafé Oss

📞 0412-40 33 82  
@ oogcafe.oss@gmail.com



## Zangkoor Phoenix

In oktober jl. stond onder andere in de Rucreant een oproep voor zangers voor een nieuw op te richten koor. En ja, het koor is gestart!

**Z**angkoor Phoenix Oss gaat na een succesvolle proefperiode van 10 weken definitief zingend de toekomst tegemoet. Het koor bestaat inmiddels uit 25 zingende vrouwen, mannelijke koorleden zijn zeker ook welkom. Ons repertoire is gevarieerd: we zingen liedjes meerstemmig, in allerlei talen en allerlei soorten muziek. Een aantal keren per jaar treden we op. Het koor wordt muzikaal begeleid door Leon van Schijndel, een professionele dirigent. Zin in zingen? Kom dan eens kijken bij een van onze repetities op maandagmorgen van 10.00-11.30 uur in De Muzelinck.

@ infozangkooross@kpnmail.nl  
📞 0412 - 640 088

## Symposium over jeugdzorg

Twee sprekers van formaat, Adri van Montfoort en René Peters, geven vanuit hun eigen optiek en perspectief een inzicht in de jeugdzorg.

**D**e deelnemers aan het symposium krijgen de gelegenheid vragen te stellen om te komen tot een gezamenlijk advies aan de beleidsmakers omtrent de transitie van de jeugdzorg die 4 jaar geleden in gang is gezet. Wethouder Kees van Geffen zal tot slot aangeven wat hij met de aangereikte informatie gaat doen. De Adviesraad Sociaal Domein organiseert dit symposium en is bedoeld voor een ieder die direct of indirect te maken heeft met jeugdzorg en invloed op het beleid wil uitoefenen of geïnformeerd wil worden over de huidige stand van zaken.

- 📍 Raadszaal gemeentehuis Oss
- 🕒 28 januari 13:30 - 17:00 uur
- € Deelname is gratis, aanmelding vóór 23 januari

**Voor meer informatie kijk s.v.p. op**

🌐 [rucrea.nl/jeugdzorg-symposium](http://rucrea.nl/jeugdzorg-symposium)



## Midzomer 2019

Achter de schermen draait de werkgroep op volle toeren om het Midzomerweekend tot een succes te maken.

**H**ier kunnen we nog steeds handige handen bij gebruiken, dus ben jij een doener - kom erbij, ben jij meer een denker - kom erbij, ben jij een handige man/vrouw - kom erbij, ben jij die creatieveling - kom erbij, ben jij die slimmerik - kom erbij, ben jij die spierballen vrouw/man - kom erbij. We kunnen al die extra hulp goed gebruiken. Voel jij je aangesproken en vind je het heel erg leuk om bij het gaafste vrijwilligersteam van de hele wijk te horen? Houd dan de facebook pagina van het Midzomerfeest in de gaten, want daar worden de laatste nieuwtjes geplaatst.

## Samen zingen verbindt!



Begin je maandag goed!

Het mini-hofkoor in onze zorglocatie zorgt voor een gezellig samenzijn en zang! Bewoners zingen samen met vrijwilligers maar wat zou het leuk zijn als hier ook buurtbewoners bij aansluiten. Zingen verbindt en daarom nodigen wij u uit om ook te komen.

Elke maandag van 10.00-11.30 uur zingen wij onder leiding van een pianist herkenbare liedjes uit de oude doos maar ook liedjes van nu.

Lijkt dit je leuk? Kom dan geheel vrijblijvend een keer meezingen op maandagochtend bij Zorglocatie De Ruwaard, Ministershof 1, 0412-683683.

Meer informatie  
Vragen? Stuur een mailtje naar Edina Alic, activiteitenbegeleider, [edina.alic@brabantzorg.eu](mailto:edina.alic@brabantzorg.eu)



## Wie zijn jullie?

Vanessa Heij woont in de Ruwaard en Rian Brands in de Schadewijk. Samen beheren zij de stichting Helpende Handen Oss.

### De Start

Vanessa was getroffen door de armoede om haar heen, en is in 2014 begonnen met Rian en anderen iets te organiseren rond Sinterklaas: "Alle kinderen hebben recht op Sinterklaasfeest." Maar mensen brachten naast cadeautjes ook eten en kleding, dus maakten ze ook kerstpakketten. En zo ontstond de maandelijkse kledinguitgifte. Eerst vanuit huis, maar al gauw stond alles vol. We zijn toen vaak verhuisd.

**De groei;** In oktober 2017 vonden ze onderdak in 't Hageltje. "Maar voor hoe lang nog? We hebben nog niks anders gevonden. We hebben weinig eisen, maar er moet wel een toilet, water en electriciteit zijn, ook voor het sociale gedeelte." Er is nu een groep van 11 vaste vrijwilligers, en 1600 leden! Voor een deel ook donateurs. Elke maand is er een middag van 13.00 tot 16.00 uur kledinguitgifte, en dan zijn er zo'n 100 deelnemers. Vanessa en Rian vormen de harde kern: "Wij zijn pitbulls, we laten niet meer los." De mensen komen vanuit heel Oss, ook uit de Ruwaard, en uit dorpen om Oss heen.

### Wat inspireert jullie?

"De armoede neemt toe ook van kinderen." "De angst van ouders dat hun kinderen ook weer in armoede komen." "mensen die net boven de inkomensgrens zitten, en daarom niet naar de voedselbank mogen. Schrijnende situaties." "Als ze blij weg gaan, dat stimuleert ons ook. En we zien hier geen racisme."

### Zie ook:

 [www.helpendehanden.tk](http://www.helpendehanden.tk)

## Cursussen EHBO en AED

Een ongelukje zit in een klein hoekje! Weet jij wat je kan doen als er iets gebeurt? Met een EHBO opleiding volgens de nieuwste richtlijnen van het Oranje Kruis ben je op de meest voorkomende situaties goed voorbereid, waardoor je weet wat je moet doen.

**E**EHBO BergOss wil na de carnaval starten met een nieuwe opleiding in Ons Huis van de Wijk. Wat zijn hiervoor de eisen? Goede gezondheid, je moet op je knieën kunnen zitten, je bent minimaal 12 jaar oud en je vindt het leuk om anderen te helpen. Minimaal aantal deelnemers zal 6 personen bedragen. Lestijden en lesdagen kunnen in overleg met de deelnemers worden vastgesteld, waarbij de woensdagavond de voorkeur heeft.

**Wil je meer informatie over deze jonge, gezellige EHBO vereniging?**

@ [ehbobergoss@gmail.com](mailto:ehbobergoss@gmail.com)



Je ziet steeds vaker een AED in het straatbeeld opduiken. Wil je weten hoe jij iemands leven hier mogelijk mee kan redden? Volg dan een Reanimatie en AED training via EHBO BergOss. Deze trainingen worden op inschrijving verzorgd in Ons Huis van de Wijk. Onkosten bedragen € 35,- inclusief lesmateriaal, koffie en/of thee en een leuke, leerzame avond. Vaak kun je deze kosten vergoed krijgen via je aanvullende zorgverzekering.

**Wil je meer informatie**

@ [ehbobergoss@gmail.com](mailto:ehbobergoss@gmail.com)?

**Aanmelden voor de basiscursus of herhalingscursus kan via:**

 [tinyurl.com/yc5qzvu7](http://tinyurl.com/yc5qzvu7)

# VEILIG PRETTIG THUIS

## INFORMATIEBIJEENKOMST ZWERFVUIL

**18 FEBRUARI 2019**

**DENK MEE OVER ZWERFAFVAL IN DE RUWAARD!**

Maandag 18 februari organiseren Wijkstichting Rucrea en Wijkraad Ruwaard samen met, Brabant Wonen, Brabant Zorg, Ons-welzijn, Rode Kruis, KBO-Brabant, Mooiland, Brandweer Brabant Noord en Gemeente Oss een informatie avond over zwerfvuil.

Inwoners van de Ruwaard storen zich aan zwerfafval in de wijk. Dit blijkt uit een onderzoek. Op maandag 18 februari 2019 is er een speciale bijeenkomst over zwerfafval. Daarbij bekijken we het probleem en zoeken we naar oplossingen.

Deze avond zijn medewerkers van de gemeente Oss aanwezig om mee te denken.

Geïnteresseerden zijn van harte welkom! De bijeenkomst is openbaar en begint om 19:30 uur in wijkcentrum D'n Iemhof.

In de Rucreant van februari volgt verdere informatie over deze avond.

Wij hopen u 18 februari om 19.30 uur te mogen begroeten in D'n Iemhof.

## Sociaal Vitaal in de Ruwaard

Deze maand ga ik in gesprek met twee van de vele vrijwillige interviewers die op huisbezoek gingen in verband met dit project: Trix Lamers en Ton Quekel. Sociaal Vitaal is begonnen met veel vrijwilligers die bij 900 bewoners van de Ruwaard huisbezoeken deden.

**T**rix Lamers was een van de bezoeksters. Zij heeft me verteld hoe warm zij overal is ontvangen en hoe open en vol vertrouwen de mensen waren in het vertellen van hun verhaal. Het blijkt dat de groep die zij heeft bezocht gemiddeld erg veel in beweging is. De meeste mensen bewegen 2 ½ uur matig intensief per week. Dat is het criterium. Dat is dus erg positief.

Na deze bezoeken hebben 126 mensen aan de fittest van Sociaal Vitaal meegedaan. De hele dag waren er testen en gesprekken met de deelnemers. Trix had meerdere taken gedurende de dag. Een van haar taken was gastvrouw zijn. Later is zij zich bezig gaan houden met het meten van de bloeddruk van de deelnemers. Een taak voor Trix. Nooit eerder had zij dit gedaan. Dat was spannend voor haar, maar ze had het al snel onder de knie. Daarna kregen de deelnemers een gesprek waarin de uitslag van een en ander werd besproken. Trix was klaar na deze testdag. Het was voor haar een afgerond onderdeel van het project.

Zij heeft het als zeer plezierig ervaren om dit te mogen doen. Naast haar werk en andere vrijwilligersbezigheden zijn korte projecten heel goed te doen. De ontvangst door de mensen waar zij langs ging voor een gesprek was erg prettig. Ze heeft erg veel vertrouwen ondervonden. Dat doet een mens goed. Ook heeft zij ervaren dat het voor mensen belangrijk is om anderen te ontmoeten. De door haar bezochte mensen vonden het ook erg fijn om haar weer terug te zien op de testdag. Een bekende zien doet goed. Dank je wel Trix en ook alle andere vrijwilligers die hieraan hebben meegewerkt.

Ton komt uit Limburg en woont sinds drie jaar in de Ruwaard. Hij voelt zich hier goed thuis. Met Sociaal Vitaal is hij in aanraking gekomen omdat hij gevraagd werd als ervaringsdeskundige door Brabant Zorg. Zijn ervaring lag in revalidatie na een operatie. Hij weet waar hij het over heeft. Hij heeft een cursus gedaan en leren interviewen. Dat is hem van nut geweest toen hij met nog vele anderen in de Ruwaard geënquêteerd heeft.

**M**et een lijst vragen zijn de huis aan huis bezoeken gedaan. Daar gingen de gesprekken de diepte in. Ook het sociale facet kwam aan de orde. Voor Ton nog niet vaak genoeg. Hij heeft schrijnende zaken gezien. Er is zonder dat wij er iets van merken veel eenzaamheid. Ook in de Ruwaard.

Hij heeft veel mensen ontmoet. "Alle deuren gingen open en ik was van harte welkom om binnen te komen." aldus Ton. Hij heeft zich verbaasd over het feit dat mensen zo hartelijk waren. Hij heeft mooie gesprekken gevoerd en veel van de geënquêteerden hebben zich aangemeld om mee te doen met de testen en de beweegmogelijkheden. Mooi resultaat dus. Fijn dat zoveel betrokken mensen dit voor elkaar hebben gekregen. Ton heeft ook nog tips voor een eventueel vervolg. De enquêteurs zien en horen veel. Het is fantastisch dat mensen meer gaan bewegen. Maar het zou goed zijn als het sociale deel meer kan worden opgepakt, zodat de schrijnende zaken die hij heeft gezien ook professioneel kunnen worden aangepakt en mensen uit hun isolement kunnen komen.

Misschien moeten we allemaal bij onze eigen bureaus kijken om te zien of ze hulp kunnen gebruiken. Al is het maar een praatje of even een boodschap meemenen als je zelf toch gaat. In januari ga ik praten met een deelnemer aan het project. Ik ben erg benieuwd naar haar ervaring. *Sandra Prinsen Geerligs - Mok*

## Open Week DigiBuurt

In samenwerking met de landelijke vereniging SeniorWeb doet DigiBuurt in Oss mee met de landelijke "OPEN WEEK". Van maandagmiddag 21 januari t/m vrijdagmiddag 25 januari 2019 in gebouw "de Binnenstad" aan het Barbaraplein.




**U**kunt tijdens de open week zomaar binnenlopen en informeren, maar je ook opgeven voor één-op-één lessen... In deze week opgeven betekent: geen administratiekosten en de eerste les GRATIS. Bovendien maak je dan kans op een gratis lidmaatschap van SeniorWeb.

 [www.digibuurt.nl](http://www.digibuurt.nl)

## Cursus 'Omgaan met dementie' NIEUWE DATA

Op donderdag 14 maart start de cursus 'Omgaan met dementie' voor familieleden en mantelzorgers van mensen met (beginnende) dementie. In de cursus komen onderwerpen aan de orde als:

**W**at is dementie, wat zijn de oorzaken, wat zijn de symptomen?, Hoe ga je ermee om als de persoon met dementie gaat veranderen?, Wat zijn mogelijkheden voor de persoon met dementie? Hoe kan hij of zij zolang mogelijk actief blijven?, Waar kun je terecht voor zorg en hulp? Zowel thuis als bij een zorginstelling. Hoe verwerk je verdriet?, Hoe zie je de toekomst? Daarnaast is er gelegenheid om contact te leggen met elkaar, ervaringen uit te wisselen en elkaar te ondersteunen. Na een half jaar organiseren we een terugkom bijeenkomst. De kosten voor de cursus zijn € 30,- (inclusief cursusmap en koffie/thee). Eef Rubbens en Hetty van Amstel van ONS welzijn geven de cursus.

-  14 maart - 4 - 11 - 25 april - 9 - 16 mei (6 bijeenkomsten) van 13.30-15.30 uur
-  Ontmoetingscentrum 'Meteoor', Oude Litherweg 20, 5346 RT Oss
-  [eef.rubbens@ons-welzijn.nl](mailto:eef.rubbens@ons-welzijn.nl)

## Programma Alzheimer Café





### In gesprek over rouw en verlies bij leven




Maandag 11 februari behandelen twee deskundigen dit onderwerp. Ze gaan met de aanwezigen in gesprek over de periode na de diagnose dementie. Mensen worden zich dan bewuster dat het leven eindig is.

Langzaam begint een periode van afscheid nemen van vaardigheden, toekomstplannen en gewoontes die altijd zo vanzelfsprekend waren. Mensen met dementie en mantelzorgers komen daardoor in een rouwproces. Door ze daarvan bewust te maken, kunnen ze zich aanpassen aan de veranderde situatie. En wanneer regelzaken voor het uiteindelijke afscheid tijdig worden besproken, geeft dit mantelzorgers rust. Uiteraard gaan de deskundigen in op al uw vragen.

#### Waar en hoe laat?

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

#### Voor meer informatie

-  06 - 3651 8920 (Eef Rubbens)
-  [eef.rubbens@ons-welzijn.nl](mailto:eef.rubbens@ons-welzijn.nl)
-  [www.alzheimer-nederland/oss-uden-veghel](http://www.alzheimer-nederland/oss-uden-veghel)



WINKELCENTRUM  
**DE RUWERT**



## Dit zijn wij

**Wij(k)** de Ruwaard heeft vele gezichten en verhalen. Deze keer vertelt de Somalische Farhiya Abdialibarre haar verhaal, zacht en bescheiden.

### Nu is de verlegenheid weggegaan

Ze is 36 jaar. Met haar man en eerste kind is ze in 2011 vanuit Somalië naar Nederland gevlucht. Eerst heeft ze in de Talmastraat gewoond; nu woont ze wat groter in de Dichtersbuurt met inmiddels 6 kinderen in de leeftijd van 7 tot 19 jaar. Haar huis is heel schoon en netjes, het is sober ingericht maar alles is er, met veel hulp uit de wijk. Haar Nederlands is heel goed. Dat is een hele prestatie want in Somalië kon zij door de oorlog nooit naar school.

### Waar ben je mee bezig in de wijk?

"Mijn kinderen doen mee met de kinderkookles in Ons Huis van de Wijk, dan help ik altijd. We gaan stampot koken en ook een keer Somalisch." We praten over Kerstmis; lichtjes of een kerstboom zijn in haar huis niet te vinden. "Wij zijn moslim, dus Kerstmis is geen feest voor ons. Mijn jongste kinderen doen ook niet mee aan het kerstdiner op school. De islam kent weer andere feesten." Farhiya vindt het fijn dat de school (de Blinkerd) die keuze bij hen laat.

### Leuk om te vertellen

Farhiya speelt elke maandag Rummikub met ouderen in de Sterrebos. Als we daarover praten, gebeurt het. .... Farhiya begint te stralen en vertelt luid en duidelijk: "Bij de ouderen moet ik wel hard praten. Dat is heel geweldig en het geeft mij heel veel plezier. De andere mensen zeggen: wat is er met jou aan de hand? Want ik moest ook heel hard lachen nu is de verlegenheid weggegaan."

### Helpen of meedoen met koken voor kinderen?

Neem contact op met onshuisvandewijk@gmail.com Meedoen aan activiteiten voor ouderen of activiteiten begeleiden bij Serviceflat Sterrebos? Neem contact op met Sonja Haven, sonja.haven@brabantzorg.eu of 0412-668000

## Sporten in de wijk



Allereerst: een heel sportief 2019 toegewenst namens het Sport Expertise Centrum!

### NieuwjaarsBAL

Het Sport Expertise Centrum staat voor uitdagen met bewegen. Op 3 en 4 januari was het in de Staringstraat en in het Elzeneindpark NieuwjaarsBAL. Mensen konden hier meedoen met verschillende BALsporten en spellen: voetbal, korfbal, jeu de boules en wandelen. Op naar een sportief, gezond en gezellig 2019!

### Doorstart Buurtsport Ruwaard 2019

Dankzij de samenwerking met de Proeftuin, Wijkraad Ruwaard, Brabant Wonen en het Sport Expertise Centrum kunnen we de Buurtsport voor 2019 voortzetten. We vinden het belangrijk om jeugd uit te dagen om (meer) te gaan bewegen. Kinderen kunnen hier gratis kennis maken met verschillende sport- en spelvormen onder begeleiding van onze buurtsportcoach Carmen. Wil jij ook sporten samen met klasgenoten of leeftijdsgenootjes uit de wijk? Deelname is gratis en je hoeft je niet aan te melden! Kom gezellig langs!

### Locaties en tijden in de Ruwaard:

**Maandag** 14.30-15.30 uur / Schoolplein basisschool de Blinkerd (iedereen mag mee doen!)

**Dinsdag** 15.00-16.00 uur / Groenstrook (tussen de Verdijkstraat en Wagenaarstraat)

Wil je weten wat het Sport Expertise Centrum nog meer doet, neem dan een kijkje op onze website:





[www.sport-expertise-centrum.nl](http://www.sport-expertise-centrum.nl)



[carmen@sport-expertise-centrum.nl](mailto:carmen@sport-expertise-centrum.nl)

## Afvalkalender 2019 beschikbaar

Op de afvalkalender staan alle ophaaldagen voor 2019. Kijk goed op de kalender, want deze dagen zijn anders dan in 2018. De container moet op de ophaaldag vanaf 07.00 uur aan de straat staan. U mag de container de avond van te voren neerzetten. De kalender van 2019 kunt u digitaal opvragen en printen via [www.mijnafvalwijzer.nl](http://www.mijnafvalwijzer.nl). U kunt ook bij de gemeente een papieren kalender aanvragen via 14 0412. De AfvalWijzer app is gratis te downloaden. U kunt deze zo instellen dat u automatisch een melding krijgt wanneer het afval wordt opgehaald of wanneer er tijdelijk iets verandert. U moet hiervoor pushberichten toestaan! Als u hierbij hulp nodig hebt, bel 14 0412

 [www.mijnafvalwijzer.nl](http://www.mijnafvalwijzer.nl)  
 14 0412

## Oss isoleert: bespaar energie en geld


Op maandag 14 januari om 20.00 uur organiseert Oss Isoleert in het gemeentehuis een informatiebijeenkomst over isolatie van glas, vloer, spouwmuur en dak. Deze informatie is vooral nuttig voor mensen die een woning van voor 1977 hebben. Bij deze bijeenkomst zijn ook mensen van BrabantWoontSlim en de Energiecoöperatie Oss aanwezig. U kunt bij hen terecht met verdere vragen over energiebesparing en duurzame energie voor uw woning.

## Klacht over de gemeente?

Voor u als burger, bedrijf of instelling is het belangrijk dat de gemeente haar werk goed doet. De gemeente is er tenslotte voor u. Toch kan het gebeuren dat u niet tevreden bent over de manier waarop medewerkers of bestuurders van de gemeente met u zijn omgegaan. Zij hebben bijvoorbeeld uw brief of aanvraag niet op tijd beantwoord of niet teruggebeld

of onjuiste of onvoldoende informatie gegeven of u bent onvriendelijk behandeld. Aarzel niet om dit soort klachten bij de ombudscommissie te melden via [www.oss.nl/ombudscommissie](http://www.oss.nl/ombudscommissie). Bent u het niet eens met een bepaald besluit of een bepaalde regeling, het beleid van de gemeente, de belastingtarieven? Dien dan een bezwaar in bij de gemeente via [www.oss.nl/bezwaar](http://www.oss.nl/bezwaar). Wilt u doorgeven dat er bijvoorbeeld een stoeptegel los ligt of een lantaarnpaal stuk is?

## Dan kunt u dit melden via

 [www.oss.nl/melding](http://www.oss.nl/melding)


## Andere eindtijd van de dinsdagmarkt.

Vanaf 1 januari 2019 eindigt de dinsdagmarkt in het centrum van Oss om 13.00 uur. Dit is op verzoek van de marktcoördinatoren.



Voor meer informatie over al deze gemeentelijke informatie

kunt u contact opnemen met de gemeente Oss:

@ [digitaaloket@oss.nl](mailto:digitaaloket@oss.nl)  
 14 0412 / 0412- 629 911

## Ik daag je uit !

Ik heb een vraag en misschien heb jij diezelfde vraag. Ik nodig je uit om samen met mij en anderen die ook met een vraag zitten, dit aan te pakken. Iedereen komt het wel eens tegen. Je hebt bijvoorbeeld recht op zorgtoeslag. Als je overstapt ben je veeeeel goedkoper uit zeggen ze. U komt in aanmerking voor deze regeling (denk ik). En ga zo maar door.

**D**an kun je voor als je het echt niet meer weet een afspraak maken met sociaal raadslieden of anderen. Maar ik wil het zelf weten en uitzoeken. Alles is op internet te vinden. Als je maar weet waar je het moet zoeken. Ik denk als we samen zoeken dat we verder komen. Dit is mijn

vraag: Ik moet bij de belastingdienst de hoogte van mijn zorgtoeslag aanpassen. Doe ik dat niet dan komt de belastingdienst over pakweg een jaar?! Of wat dat ik het alsnog in een keer moet terug betalen. Dat wil ik voorkomen! Help je mee de antwoorden te zoeken en vinden?

Elke vrijdagochtend van 10.00 tot 12.00 uur ga ik ervoor zitten in Ons Huis van de Wijk.

## Sluit je aan ??



Anton

## SchuldHulpMaatje Oss

Geldzorgen kunnen vervelende gevolgen hebben: betalingsachterstanden, betalingsregelingen en spanningen in relaties, gezondheidsproblemen, huisuitzetting, slechte schoolresultaten. Ook mensen met een goede opleiding en een goed inkomen kunnen in moeilijkheden komen omdat ze even niet opletten of zaken voor zich uitschuiven.

**D**at geldt zeker op momenten dat het leven tegenzit, zoals bij echtscheiding, faillissement of ontslag. Het is een taboe om daarover te praten. Mensen schamen zich ervoor, zijn soms de wanhoop nabij en verliezen de greep op hun situatie. SchuldHulpMaatje Oss wil mensen met financiële problemen zo vroeg mogelijk bereiken en zonder verwijten helpen. Zeker als je in de schulden zit, heb je iemand nodig die in je gelooft en je steunt. Onze maatjes zijn goed getrainde vrijwilligers die steun en toeverlaat zijn voor mensen die het omgaan met hun geld niet meer de baas zijn. Zij helpen, in principe gratis, bij: het invullen van formulieren, bellen naar instanties, schrijven van brieven, ordenen van thuisadministratie en leren omgaan met geld.

### Meer info:

 [schuldhulpmaatje.nl/locatie/oss](http://schuldhulpmaatje.nl/locatie/oss)  
 [chuldhulpmaatjeoss@gmail.com](mailto:chuldhulpmaatjeoss@gmail.com)

### Kom naar ons spreekuur

iedere maandag van 19.30-20.30 uur  
 in Ons Huis van de Wijk,  
 Coornhertstraat 3 te Oss.





## Winterwandeling Samenloop voor Hoop

Op zondag 27 januari organiseert team lopen voor hoop een winterwandeling, waarvan de opbrengst geheel ten goede komt aan Samenloop voor Hoop Oss 2019. De wandeling zal als startpunt hebben "Ons Huis van de Wijk" Coornhertstraat 3 in Oss. Je kunt starten van 9.00 uur tot 11.00 uur.

**W**e maken een wandeling van 10 kilometer door de prachtige natuur die Oss te bieden heeft. Er zal ook een speciale kindervandeling zijn van 5 kilometer en de ijskoning en ijskoningin zullen deze kinderen hoogstpersoonlijk begroeten. Ook zal er nog een samenlooplein zijn waar van alles te koop is ten bate van de Samenloop voor Hoop. Natuurlijk is er ook van alles aanwezig voor de inwendige mens. En er is een speciaal kinderprogramma. Kortom een wandeling voor het goede doel die je niet wilt missen! Deelnemen kost € 5,- voor volwassenen en € 2,50 voor kinderen. Bij voorinschrijving, via [samenloopengeltjes@gmail.com](mailto:samenloopengeltjes@gmail.com), geven we een goodiebag cadeau. Op=op. Natuurlijk kun je op de dag zelf ook nog gewoon aanmelden.

**Voor meer info:**

☎ 06 - 5187 5931

## Ontmoeting, nieuwsgierigheid en plezier



Samen met dansers, zangers en muzikanten van het PRA Muziektheater, en met een aantal bewoners van Sterrebos, verzorgde een groep van WereldVrouwen Oss op 21 december 2018 een geweldige voorstelling. Met als voorbereiding slechts één workshop op vrijdagmorgen 14 december.

**O**p die sombere vrijdag én de kortste dag van het jaar, werd het een verlichtend feest met nieuwsgierigheid, ontmoeting en vooral plezier als thema. En plezier hadden ook de bezoekers die niet meededen of konden meedoen. Het was een feest om mee te maken. Een feest dat mogelijk werd door het PRA Muziektheater en dat voor herhaling vatbaar is.

De dames van WereldVrouwen Oss wensen alle inwoners van Ruwaard een gezond en verbindend 2019.

De dames hopen hierin een bijdrage te kunnen leveren.

Op vrijdag 11 januari 2019 is ook voor deze groep een nieuw jaar gestart. Een jaar waarin ze hopen nog veel meer dames met een andere culturele achtergrond te mogen begroeten. En op vrijdag 18 januari 2019 zongen ze vanaf 10.00 uur in en voor de bewoners van Slowcare Elzeneindhuis. Heeft u interesse in een gezellige, vrolijke, multiculturele vrijdagochtend alleen voor vrouwen?

U bent altijd welkom tussen 10.00 en 11.30 in d'n Iemhof.

Of neem contact op met Alaide Helmijr, 0412-624924, kijk op [www.wereldvrouwenoss.nl](http://www.wereldvrouwenoss.nl) of op Facebook.

Graag tot ziens op een van de vrijdagochtenden in d'n Iemhof.

*Alaide Helmijr - WereldVrouwen Oss*

Cafetaria de Carroussel

Buiten koud ?

Blijft u dan gezellig bij ons eten !!!

Verdistraat 91 Oss

## 2019 goed laten lopen

**Het nieuwe jaar komt er weer aan en dat is voor velen een reden om goede voornemens te hebben. Tijd om weer gezond te eten en te gaan sporten. Echter is het ook bekend dat veel van deze voornemens niet altijd behaald worden.**

Dit is niet altijd vanuit onwil of een tekort aan discipline maar vaak ook omdat men er juist te enthousiast en onvoorbereid aan begint, zeker als we kijken naar het beoefenen van sport.

Een ongetraind lichaam kan namelijk niet ineens topprestaties leveren. Behalve een

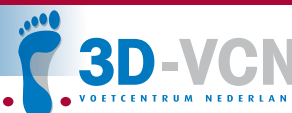
goed plan en een goede wil is het dan dus ook belangrijk om te weten waar men naartoe kan om (sport)klachten te voorkomen.

Een goede basis is erg belangrijk. Voor veel sporten komt deze basis uit de voeten. Niet alleen als er al klachten zijn maar steeds vaker voor klachtenpreventie weten mensen tegenwoordig de weg naar de (sport)podotherapeut te vinden. Bij 3D Voetcentrum Nederland werkt een team van ervaren (sport)podotherapeuten om middels een uitgebreid onderzoek de oorzaak van het probleem of de klachten te

achterhalen. Vervolgens kan met behulp van de nieuwste 3D CAD-CAM techniek en een scala van opbouw- en afdekmaterialen voor een ieder en elke sport de meest optimale ondersteuning voor de voet gecreëerd worden. "voorkomen is beter dan genezen"

**De allerbeste wensen voor 2019!**

**Team 3D-VCN**



**Optimaal voetenwerk middels 3D CAD-CAM techniek sinds 2002**

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



Jaap den Doop

Kris Seuren

Martin Konings

3D Voetcentrum Nederland – Oss (podotherapie den Doop en Konings)  
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

[www.3d-vcn.nl](http://www.3d-vcn.nl)

## Blink zoekt mannen!

Mannen, voor jongens om samen stoere dingen te doen. Mannen als steunvader, als hulp en voorbeeld bij de opvoeding! Mannen als maatje omdat zorg en hulpverlening veelal door vrouwen wordt gedaan. Mannen omdat iemand een 'mannen' hobby heeft ( auto's, voetbal, KLUSSEN)Mannen omdat iemand juist een gespierde hulp bij zwemmen nodig heeft. Mannen voor een tennis of squash uurtje per 2 weken. Mannen omdat iemand zich prettig voelt bij mannen! Of om allerlei andere redenen. DUS MANNEN VAN ALLERLEI LEEFTIJDEN, MELD JE AAN! (vrouwen zijn natuurlijk ook welkom!!!) Een uurtje per week kan een leven veranderen! Iets voor jou, of ken je iemand in jouw omgeving, tip ze dan!

**Voor meer informatie: BLINK Vrijwilligerswerk.**

@ r.devent@blinkuit.nl

☎ 06 -1450 0615

🌐 [www.blinkuit.nl](http://www.blinkuit.nl)

## Liederentafel

Op donderdag 14 februari 2019 kunt u weer een spetterende editie meemaken van de liederentafel in d'n lemhof in Oss. We gaan weer knallen en ook u kunt daarbij zijn. Het lemhof Combo, met de beide zangeressen, staat weer klaar om er voor u weer een onvergetelijke gezellige avond van te maken. Er is voor elk wat wils. Van oude liedjes tot zeer recente. We zien en horen u heel graag meezingen. Iedereen is welkom en de toegang is geheel gratis.

📍 D'n lemhof, Sterrebos 35, 5344 AN Oss

🕒 20.00 uur, Zaal open om 19.30 uur

## “CHAJA Verwerkingskunst rondom Kanker”

In hun laatste Nieuwsbrief schrijft CHAJA uitgebreid over hun koor in Oss "Zingen voor je leven". De reden? Het koor bestaat 30 januari a.s. 10 jaar! Het is opgericht voor mensen die zelf of in hun directe omgeving met kanker te maken hebben.

Chaja biedt hier zang als een ontmoetingsplek voor lot- en bondgenoten. De liederen worden met zorg gekozen, niet alleen vanwege de teksten maar vooral voor de melodieën, die emoties oproepen, die kunnen troosten, die kracht geven. Het koor zingt elke 2e en 4e vrijdagmorgen in De Groene Engel. Het heeft inmiddels 43 leden, treedt ook regelmatig op in het openbaar, en als u zich aangetrokken voelt: u bent welkom. Stichting CHAJA biedt in de regio Oss een laagdrempelige mogelijkheid om het leven met kanker met elkaar creatief te verwerken. Met koorzang, maar ook met schilderen, schrijven, dichten, koken en eten, beeldhouwen in (spek)steen, improvisatie theater en Chaja's koffie-ochtenden bij Miens, Chaja is niet alleen actief in Oss, maar ook in andere plaatsen in Nederland. In Oss is het dus in 2009 opgericht.

**Meer informatie;**

📍 Postadres: De Edelenburg 50, 5346 VM Oss

☎ 0412 - 631 963 of 06 - 3950 7185

@ [stichtingchaja@live.nl](mailto:stichtingchaja@live.nl)

🌐 [www.stichtingchaja.nl](http://www.stichtingchaja.nl)



### V Heb je op vrijdagmiddag een paar uurtjes tijd?

Op dagbesteding de Hulst in Oss zoeken we een enthousiaste vrijwilliger die samen met de vaste begeleiding van de groepen op vrijdagmiddag een weekafsluiting met en voor cliënten organiseert. Denk bijvoorbeeld aan een zangmiddag of een oudhollandse spelmiddag, maar samen de vakantie/het weekend inluiden met een filmpje op een beamer doen we ook. Eigen inbreng is meer dan welkom. Ben je niet zo creatief in het bedenken, dan doen we het samen. Heb je op vrijdagmiddag een paar uurtjes tijd,

dan nodigen we je van harte uit om een keer te komen kijken, kennis met elkaar te maken. Met natuurlijk een kop koffie of thee.

Wanneer? Elke vrijdagmiddag van 14.00 uur tot 16.30 uur. Tijden zijn bespreekbaar. Neem contact op met [m.mientjes@dichterbij.nl](mailto:m.mientjes@dichterbij.nl) of bel met 0412-646310 en vraag naar Miriam Mientjes of Babs Depenbrock

### A Klusdagen voor het SlowCarePad

Aan het rolstoeltoegankelijke SlowCarepad worden nieuwe toestellen geplaatst en planten gezet.

Voor het aanpassen van dit pad zoeken we buurtgenoten die het leuk vinden om aan dit belangrijke initiatief mee te werken. De data staan vast: Op 26 januari bouwen we een wilgenboog, op 16 maart en 13 april zetten we de speeltoestellen en gaan we beplanten. Tussen 9.00 en 16.00 uur zijn we op deze dagen bezig. Ook al wil je een uurtje meewerken, alle hulp is welkom!

### Je kunt je aanmelden bij:

@ [j.heesbeen@oss.nl](mailto:j.heesbeen@oss.nl)



## Begeleiding jonge moeders door GGD

Wat doet een VoorZorgverpleegkundige van de GGD Hart voor Brabant? Het zorglandschap is in beweging en niet alleen voor de ouderen. Ook voor de jongeren groeit er een nieuwe boom in dit landschap: de zorg voor jonge aanstaande moeders.

Sinds juni 2018 werkt Marie-Pascale Kokke als "VoorZorgverpleegkundige" bij de GGD. Zij biedt begeleiding aan jonge moeders van ongeveer 16 t/m 25 jaar. Dat kan al beginnen vanaf ca. 16 weken zwangerschap totdat hun kind 2 jaar oud is. In die periode

ontstaat een intensieve relatie waarin de jonge moeder zich veilig en gehoord voelt. Als dat vertrouwen er is kun je met de hulpvragen aan de slag. De ondersteuning is veel breder dan alleen puur medisch. Er spelen ook vaak sociale problemen zoals verslaving, schulden, relationele problemen of huiselijk geweld. Verwijzing gebeurt o.a. door verloskundige, gynaecoloog, maatschappelijk werk e.a. organisaties. Opzet van deze publicatie is dat deze vorm van hulpverlening meer aandacht krijgt, zodat een tijdige verwijzing kan plaatsvinden.

### Informatie en aanmelden via GGD Hart voor Brabant

☎ 088 - 3687799.

**d'n Denemhof**  
Sociaal Cultureel Centrum

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@deniemhof.nl](mailto:beheer@deniemhof.nl)  
[www.deniemhof.nl](http://www.deniemhof.nl)

**Fysiotherapie FysiOss**

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

**FysiOss**

van Anrooijstraat 15c  
Leeuwerikstraat 25a  
Oss 0412-623673  
[www.fyssiOss.nl](http://www.fyssiOss.nl)

## AGENDA JAN/FEB 2019

<b>JAN</b> <b>17</b>	Start cursus "Omgaan met dementie"	<b>JAN</b> <b>28</b>	Symposium Jeugdzorg gemeentehuis
<b>JAN</b> <b>21</b>	"Open week" Digibuurt Barbaraplein	<b>FEB</b> <b>4</b>	Wijkvergadering Rucrea d'n Iemhof
<b>JAN</b> <b>21</b>	Wijkraad Ruwaard d'n Iemhof	<b>FEB</b> <b>11</b>	Wijkvergadering Rucrea d'n Iemhof
<b>JAN</b> <b>23</b>	"Oog-café Oss", Stads-herberg Wilhelmina	<b>FEB</b> <b>14</b>	Alzheimercafé de Meteor
<b>JAN</b> <b>26</b>	Werkdag SlowCarePad SlowCare	<b>FEB</b> <b>18</b>	Thema-avond "Zwerfvuil", d'n Iemhof
<b>JAN</b> <b>27</b>	Winterwandeling Samenloop voor hoop		

Van de meeste van bovenstaande activiteiten vindt u uitgebreide info elders in deze Rucreant of in de agenda op de website [www.rucrea.nl](http://www.rucrea.nl)

## Vaste Activiteiten

### Buurtsport

Maandag 14:30 – 15:30  
Schoolplein basisschool de Blinkerd (iedereen mag mee doen!) Dinsdag 15:00 – 16:00  
Groenstrook (tussen de Verdi-straat en Wagenaarstraat)

### Wat de pot schaft

Elke eerste zondag van de maand "wat de pot schaft". Samen koken, samen eten en samen opruimen. Op 2 december – 6 januari - enzo-voort. Van 15.00 tot 19.00 uur. De kosten zijn €4,- per persoon. Je kunt je aanmel- den tot vrijdag voor die eerste zondag via de mail: [onshuisvandewijk@gmail.com](mailto:onshuisvandewijk@gmail.com)

**wij(k) de ruwaard**

### Sport en spelbuzz

Woensdag 14.00 - 15.00 u  
Speelveld Tollenstraat

### Rouwcafé

1e en 3e woensdagochtend (inloop vanaf 09.30 uur) in kinderboerderij Elzenhoek  
2e en 4e woensdagavond (inloop vanaf 19.30 uur) in 't Hof, Houtstraat 3 Oss voor meer info [www.rouwcafe-oss](http://www.rouwcafe-oss.nl)

### Spreekuur

**Schuldhulpmaatje Oss**  
Elke maandag 19.30-20.30 uur in Ons Huis van de Wijk

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! [rucreant@gmail.com](mailto:rucreant@gmail.com)

ONTVANG 15% KORTING! ACTIECODE: RUCREA2018

KAARTJE *Geluk*.NL  
Voor al je Geluksmomenten

Heesterseweg 13, 5386 KT Geffen | 073 534 07 18 | [info@kaartjegeluk.nl](mailto:info@kaartjegeluk.nl)

KAARTJEGELUK IS DE PERSOONLIJKE ONLINE KAARTJESWINKEL VAN [wihabo.nl](http://wihabo.nl)

**DK**

**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**



**AEON Fysiotherapie**

- Fysiotherapie
- Ontspanning
- Acupressuur
- Oedeemtherapie



Opaalweg 94, 5345 SB Oss  
T: 0412-760410  
E: [aeonfysio@gmail.com](mailto:aeonfysio@gmail.com)  
I: [www.aeonfysio.com](http://www.aeonfysio.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**