



**VANUIT DE  
WIJKRAAD**  
pagina 5

**ONS BLIJ  
HOEKJE**  
pagina 5

**DEMENTIEVRIENDE-  
LIJKE RUWAARD**  
pagina 6 en 7

**INTERVIEWS MET  
VRIJWILLIGERS**  
pagina 8 en 10

## “Genieten van gewone dingen ...”

Bijna een jaar voorbij, wisselend in intelligente of gedeeltelijke lockdown. Zo'n jaar brengt ook wat moois. Nooit heb ik, elke ochtend wandelend door het park, zo intens genoten van het wisselen van de seizoenen. Met in elk seizoen weer kleine momenten van verwondering. De plotselinge sneeuw- en ijsperiode, de jonge meerkoeten, een waterhoentje en ganzen in de vijver, de bloemen in de zomer, en de prachtige herfstkleuren. En zo is het jaar weer rond met bovenstaande eerste sneeuwdag. Heel teer en pril, maar de winter komt er aan. Met iets meer aandacht zie je meer. En geniet je meer. Ook van elkaar. Zo rollen we in een tijd van warmte en aandacht voor elkaar. Geniet hiervan, vooral ook van de gewone dingen.

*Wij wensen u allen fijne feestdagen  
en een gezond 2022*

Peter Krop

**wij(k) de ruwaard**




### **Vakantiesport Esports Showcase**



In de kerstvakantie organiseert het Sport Expertise Centrum (SEC) weer de Talentencampus Vakantiesport. Op woensdag 5 en donderdag 6 januari kunnen kinderen tussen 4 en 12 jaar deelnemen aan allerlei coole sportactiviteiten! Deze kersteditie van de Vakantiesport vindt binnen plaats in de sporthal van Sportpark Talentencampus.

Daarnaast organiseert het SEC weer de Esports Showcase op Sportpark Talentencampus. Op vrijdag 7 en zaterdag 8 januari kunnen kinderen vanaf 8 jaar meedoen aan de Esports Showcase. Tijdens deze dag maken kinderen kennis met klassieke games als MarioKart en FIFA, maar gaan ze ook aan de slag met real life games waarbij fanatiek bewogen wordt!

Aanmelden voor deze activiteiten:

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



# Colofon

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

## Rucreant Redactie

### Eindredactie:

Peter Krop

### Medewerkers:

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

@ rucreant@gmail.com

### Advertenties

Kees van Vliet

@ advertenties.rucrea@gmail.com

### Opmaak & vormgeving

Adri de Ruijter

Vivian van der Hoeven

@ rucreant.opmaak@gmail.com

### Bezorgcoördinator

Marij van Woensel

@ wmrucruant@gmail.com

06 - 8335 9992

### Webbeheer

Fred van Tongeren

Adri de Ruijter

Erica Goedegebuure

@ webmaster.wijkderuwaard@gmail.com

### Foto voorpagina

Vivian van der Hoeven

## Wijkstichting Rucrea

Peter Krop

@ voorzitterrucrea@gmail.com

Kees van Vliet (wnd)

@ secretarisrucrea@gmail.com

Kees van Vliet

@ penningmeesterrucrea@gmail.com

## Wijkraad Ruwaard

Jose van Hooft - voorzitter  
Willem van Dalen - secretaris  
Els Mulders - penningmeester

@ wijkraadruwaard@gmail.com

## Wijkhuis de Haard

0412 - 647900

@ info@wijkhuisdehaard.nl

## Wijkagent de Ruwaard

Niels de Lange, Sandra de Veer

@ niels.de.lange@politie.nl

@ sandra.de.veer@politie.nl

wijkagenten\_ruwaard

## Wijkteam Ruwaard

Aanmelden: 4 0412 (keuze 1)

@ sociaalteamosswest@ons-welzijn.nl

## Social media

Lin Mok

Gertruud Verbruggen

@ socials.wijkderuwaard@gmail.com

## Verkeersveiligheid rond de scholen

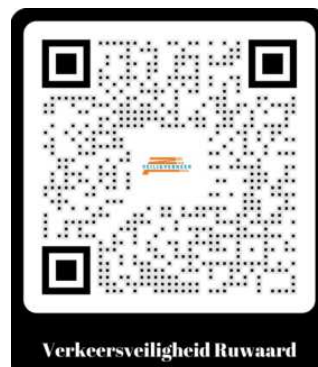


Door de toenemende verkeersdruk in de Ruwaard is het ook rond de scholen in onze wijk steeds drukker geworden. Vooral bij het brengen en ophalen van de schoolkinderen is het vaak dringen. Auto's, fietsers, taxibusjes en voetgangers, al dit verkeer komt tegelijkertijd samen bij de ingangen van het schoolplein. En moet zo goed als het kan, samen zijn weg vinden zonder dat het fout gaat.

Soms leidt dat tot gevaarlijke situaties voor de schoolkinderen. En geeft ook irritatie bij de betrokken ouders. Waarschijnlijk herkent u deze situatie. En wenst u dat onze kinderen veilig naar school en naar de klas moeten kunnen lopen, stappen of fietsen.

Veilig Verkeer Nederland wil daarom samen met de scholen, gemeente en buurt om de tafel gaan zitten om een verbeterplan te maken. De ouders van de schoolgaande kinderen hebben intussen een speciale

QR-code ontvangen waarop ze onveilige situaties en tips voor verbetering kunnen melden. Deze QR-code is speciaal voor de wijkbewoners. U kunt deze gebruiken om uw tips, klachten en ervaringen over onveilige verkeerssituaties rond de scholen te melden.



## Zwerfafval

We komen het steeds meer tegen. "Niemand" doet het, maar iedereen stoort zich er aan. Om nog maar te zwijgen van al het ongedierte dat er op afkomt.

Wat kunnen we er tegen doen? Bijvoorbeeld:

- Geef het goede voorbeeld en gooi je afval in de prullenbak
- Leer je kinderen dat afval in de prullenbak hoort en niet op straat of in de struiken
- Biedt het afval alleen aan als de ophaaldienst van de gemeente Oss het komt ophalen
- Meld zwerfafval bij de gemeente Oss middels de



BuitenBeterApp,  
online of  
via 14 0412

Zo zorgen we er met Zn allen voor dat de Ruwaard een gezellige en schone wijk is en blijft!

VOLGENDE KOPIJ INLEVERDATUM  
VRIJDAG 7 JANUARI 2022 (12.00 UUR)

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



[www.facebook.com/rucreant/](http://www.facebook.com/rucreant/)

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



## Wij maken het u gemakkelijk

Vanaf deze week is het voor u nog eenvoudiger om op de hoogte te blijven van de nieuwtjes in de wijk. De papieren Rucreant valt al vierenvijftig jaar gratis op uw deurmat. Wij horen regelmatig dat u dat waardeert. U kunt zich aanmelden voor een nieuwsbrief waarin u geïnformeerd wordt over alles wat nieuw is op de wijkwebsite.

In de wekelijkse nieuwsbrief leest u:

1. de laatste nieuwsberichten
2. de weekagenda
3. overzicht van nieuw gepubliceerde webpagina's



WIJKKRANT ONZE WIJK RUWAARD MOBIEL **NIEUWSBRIEF** 🔍

Om aan te melden gaat u naar de website [www.wijkderuwaard.nl](http://www.wijkderuwaard.nl). Klik rechtsboven in de witte menubalk op de knop "nieuwsbrief". Alleen de met een \* gemerkte velden hoeft u in te vullen. Niet vergeten om helemaal onderaan ook het vakje "Ik wil wekelijks een e-mail ontvangen met de laatste updates" aan te vinken. Deze gegevens worden uitsluitend gebruikt voor de website. De wekelijkse mail wordt op maandagochtend om 07.00 uur verstuurd.

Verder blijven wij onze informatie natuurlijk ook verspreiden via de facebookpagina van de Rucreant.

Samengevat: wij houden u op de hoogte via

- \* wijkkrant de Rucreant
- \* website [www.wijkderuwaard.nl](http://www.wijkderuwaard.nl)
- \* de digitale nieuwsbrief (alleen wanneer u zich aanmeldt)
- \* [www.facebook.com/rucreant](https://www.facebook.com/rucreant)

De redactie

wijk de ruwaard



Het beheerteam



## Organisaties en bewoners opgelet!

Wij zijn bezig alle gegevens van organisaties op de wijkwebsite [www.wijkderuwaard.nl](http://www.wijkderuwaard.nl) bij te werken. Van veel organisaties hebben we gegevens en activiteiten reeds op deze website staan. Hen is onlangs gevraagd te bekijken of hun gegevens nog up-to-date zijn. Maar ... er zijn waarschijnlijk nog organisaties die ook van belang (kunnen) zijn voor bewoners van de Ruwaard en nog niet op onze website vertegenwoordigd zijn. Zij kunnen op [www.wijkderuwaard.nl/aanmelden-sociale-kaart/](http://www.wijkderuwaard.nl/aanmelden-sociale-kaart/) enkele invulbare pdf-formulieren vinden om die gegevens door te geven aan [webmaster.wijkderuwaard@gmail.com](mailto:webmaster.wijkderuwaard@gmail.com).

Benieuwd naar waar u alle actuele gegevens van een organisatie vindt?

Klik dan in de rode menubalk op "sociale kaart".

Of voer uw organisatie in via de zoekfunctie.

## Letterspelmat voor het goede doel



Met de aankoop van een letterspelmat kunt u een project steunen van de Rotaryclub. Samen met ONS welzijn hebben zij 'ontwikkelkisten' bedacht die bedoeld zijn voor basisscholen en jeugdclubs. De opbrengst is bestemd voor de aanschaf van deze kisten.

Met de letterspelmat kunnen kinderen op een speelse manier woordjes oefenen. Het spel is bedoeld voor 3-7 jarigen en kost € 27.95.

Meer informatie:

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

[bakkerjt@home.nl](mailto:bakkerjt@home.nl) (Tom Bakker)





## Liederentafel

Als gevolg van de coronaregels gaat de traditionele decemberbijeenkomst niet door. En wat de toekomst brengt is even afwachten.

*Het Iemhof Combo en alle medewerkers wensen al onze trouwe vrienden hele fijne Kerstdagen, een gezellige jaarwisseling en een goed begin van het nieuwe jaar 2022*

Hopelijk kunnen we weer gauw een liederentafel presenteren. Wij houden u op de hoogte!

Peter Geerts

## Uitstel "Weg met de saaie zondag"

In de vorige Rucreant meldden we dat we op zondag 19 december zouden beginnen. We zouden dat graag willen. Maar de huidige coronaregels laten dit niet toe. Maar van uitstel komt zeker géén afstel! Zodra het weer kan en mag gaan we van start. Als u zich aanmeldt op [weg.met.de.saaie.zondagen@gmail.com](mailto:weg.met.de.saaie.zondagen@gmail.com) krijgt u hiervan bericht. Overigens wordt dit ook via de Rucreant, website en facebook bekend gemaakt.



## Expositie



Van 3 januari tot 11 februari 2022 zal in het gemeentehuis van Oss de expositie "DE MEER" van Theo Poort te zien zijn. Een verzameling van 30 aquarellen, van groot tot klein, met beelden van Oss en omstreken, waarbij het Ossermeergebied centraal staat.

### Fysiotherapie FysiOss

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



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



december

kaarslicht maakt alles zacht  
geeft duisternis intieme glans

een moment van vriendschap  
gloort aan de innerlijke horizon

weinig heb je nodig  
van jezelf om vol te zijn

astrid noordam

21-11-2021

## Wonen en leven in de Ruwaard

De bijeenkomst met dit thema, gepland op 29 november jl. is door de coronamaatregelen niet doorgegaan. De voorbereidingswerkgroep komt begin januari bij elkaar om te bekijken hoe en wanneer deze bijeenkomst wel door kan gaan.

## Jubileum Ria van den Bogaart

Ria is op 1 december 1996 gestart als gastvrouw in de Spil. Zij was actief achter de bar en bij de maaltijd-



voorziening in het restaurant. Zij werkte zo bijna vijftientig jaar in de Spil, nu is zij de spil in de Haard. Altijd gastvrij en altijd bereid om te helpen. Vrijwilligerswerk is een houvast voor Ria, Ria is een houvast voor de Haard. Met een intiem feestje is hier aandacht aan gegeven.

Ria bedankt!



## Thema's vanuit de wijkraad



### Evenementenbeleid

De gemeente Oss is bezig een nieuw evenementenbeleid vorm te geven. Voor de Ruwaard gaat het over de Geffense Plas als evenementenlocatie. In eerste instantie wilde de gemeente alleen door middel van een enquête de bewoners vragen naar hun mening. Na overleg met betrokken partijen heeft de wijkraad aangegeven dat alle omwonenden betrokken moeten worden bij dit overleg. Daarop heeft wethouder Thijs van Kessel, na overleg met de gemeenteraad, meer tijd toegezegd. Zo kunnen we gezamenlijk in overleg over een goed evenementenbeleid voor de Geffense Plas. Wij zijn blij met deze toezegging. Wij zorgen ervoor dat de bewoners gehoord blijven worden!

### Nieuwe Feestverlichting

Zoals in voorgaande jaren zorgt Wijkraad Ruwaard ervoor dat onze mooie wijk in het licht gezet wordt tijdens de feestdagen. Zo zijn tot begin januari de rotondes in onze wijk versierd met mooie lichtornamenten. De oude verlichting was aan vervanging toe. Wijkraad Ruwaard heeft contact gezocht met Global M lights, de nieuwe leverancier van de ornamenten. De keus viel op mooie bollen die je van alle kanten goed kunt zien. Daarmee hoopt Wijkraad Ruwaard dat de inwoners van de Ruwaard weer een lichtpuntje zien in deze toch wel sombere coronatijden.

*Wijkraad Ruwaard wenst u dan ook  
fijne feestdagen  
en een goed en gezond 2022*

### Spreekuur Wijkraad Ruwaard

Zolang coronamaatregelen het toelaten houdt Wijkraad Ruwaard elke maandag haar inloopspreekuur. In Wijkhuis de Haard van 18.30 uur tot 19.30 uur. Dus als u vragen heeft over wijkaangelegenheden of ideeën voor de wijk dan bent u daar van harte welkom. Een afspraak maken hiervoor is niet nodig, maar wel verstandig in verband met wel of niet doorgaan van het spreekuur. Dit kan via

@ wijkraadruwaard@gmail.com

### Wijkraadsleden gezocht

Ben je betrokken bij het reilen en zeilen van de Ruwaard? Wil je graag meepraten en meedenken over hoe het anders en beter kan? Dan nodigt de huidige Wijkraad Ruwaard je van harte uit om eens vrijblijvend te komen praten. We vertellen dan over de zaken waar

we mee bezig zijn en op welke manier we met bewoners, gemeente en professionals samen proberen om het wonen en leven in onze wijk nog prettiger te maken. Naast allerlei praktische zaken ben je als adviesorgaan van de gemeente ook betrokken bij meer beleidsmatige zaken. Is je belangstelling gewekt? Meld je aan via [wijkraadruwaard@gmail.com](mailto:wijkraadruwaard@gmail.com) of 06-50272675 (Willem van Dalen)

Meer details kun je vinden op [www.wijkderuwaard.nl](http://www.wijkderuwaard.nl) onder "Wijkraad". Of op de website van de gemeente Oss onder Wijk- en dorpsraden.

## ONS blij hoekje



Deze rubriek is nieuw in de Rucreant. Er zal steeds een succesverhaal, groot of klein, in staan, zodat jullie, wijkbewoners, ook meekrijgen, wat er zoal speelt en welke mooie zaken we samen voor elkaar krijgen.

**R**ob van Dorst van Brabant Wonen vraagt mij, Julie Goosen, sociaal werker ONS Welzijn, mee naar een bewoonster van de Sterrebos. Hij wil horen of het haar goed gaat en even praten over de scooter in het gangetje.

Marianne vertelt ons een stuk van haar levensverhaal: zij heeft 36 jaar in Spanje gewoond en spreekt vloeiend Spaans. Ik (Julie) ken een bewoonster uit Argentinië die Nederlands wil leren... wil Marianne helpen? Ja hoor! Is het antwoord.

"Ik kan ook goed Engels", zegt Marianne. Dat gehoord hebbende zeg ik: Ik heb nog twee vragen van jonge Syrische meiden die geholpen willen worden met hun schoolengels.... Doen Marianne?? Laat maar komen!

Marianne blij, want het breekt de week, ik blij met de mooie matches.

Marianne ging akkoord met het noemen van haar naam.

@ julie.goosen@ons-welzijn.nl

Ook zo'n mooi succesverhaal? Of zou je graag iets voor een ander willen doen of heb je zelf iemand nodig? Neem contact op met:

@ bart.hoes@ons-welzijn.nl

## Dementievriendelijke wijk(k) de Ruwaard

In de komende maanden verschijnen er in de Rucreant korte stukjes over het werken aan de dementievriendelijke wijk(k) de Ruwaard. Hierin zullen steeds wisselende mensen iets vertellen over hun activiteiten en ervaringen over dit onderwerp.

**I**k praat deze keer met **Ad Sterkens**, **Gerda Haenen**, **Bernadette Joris** en **Alice Liedenbaum**.

Hun achtergrond is heel verschillend.

Hun bevoegenheid is hetzelfde: zorgen dat wijkbewoners met geheugenproblemen zo lang mogelijk thuis in de wijk kunnen blijven wonen. Daarvoor is het belangrijk dat ze de dingen kunnen blijven doen waar ze plezier aan beleven. Dat ze zo lang mogelijk mee blijven doen.

Vanuit wijk(k) de Ruwaard heeft 'Veilig Prettig thuis' de vraag gekregen om te werken aan een dementievriendelijke Ruwaard.

Daar zijn ze graag op ingegaan.

'Veilig Prettig thuis' is ontstaan op initiatief van Brabant Zorg, Brabant Wonen en de Brandweer Brabant Noord.

Heel veel organisaties in Oss werken hierin samen om te zorgen dat ouderen veilig, zelfstandig en gezond thuis kunnen blijven wonen. Dat doen zij door ouderen te informeren over maatregelen die zij hiervoor kunnen treffen. Dat zijn vaak eenvoudige, betaalbare en makkelijk toepasbare maatregelen.



Foto: Vivian van der Hoeven

**Bernadette** en **Ad** zijn de kartrekkers voor het project Dementievriendelijke wijk(k) de Ruwaard vanuit 'Veilig Prettig thuis'.

**Bernadette** werkt bij Brabant Zorg. Ze vindt het belangrijk dat ouderen zelf nadenken over het ouder worden. Dat begint met een stukje bewustwording. Ze is ook als vrijwilliger actief in een verpleeghuis. Daar ervaart ze hoe waardevol het is om echt contact te maken met bewoners met geheugenproblemen.

**Ad** is werkzaam bij Brabant Wonen. Ad vindt het onbegrijpelijk dat de gemeente Oss geen doelgroepenbeleid heeft. 'Er komen steeds minder plekken in verpleeghuizen en er komen steeds meer mensen met geheugenproblemen. Pas als de situatie heel ernstig is, is er een plekje in het verpleeghuis. Dat betekent dat als je geheugenproblemen krijgt je aangewezen bent op je naasten en de buurt. Om goed voor elkaar te kunnen zorgen, moet je wel iets weten. Het is daarom belangrijk dat er meer bekendheid komt over deze ziekte.'

## Platvoet of doorgesakte voet?

We krijgen regelmatig patiënten in de praktijk met de mededeling dat ze platvoeten hebben. Na onderzoek blijkt het echter vaak om een doorgesakte voet te gaan.

Een platvoet is een aangeboren afwijking en komt zelden voor. Er is dan geen voetboog aanwezig terwijl de hiel en enkel recht staan. Bij een doorgesakte voet zie je dat de hiel en/of enkel, alsmede het voetgewelf naar binnen staan.

Vaak merkt men dat de voet wat langer is geworden, van een halve tot zelfs een hele



schoenmaat. Ook voelen de voeten vaak vermoeid aan. Tevens kan het ook gevolgen hebben voor klachten elders in het lichaam. Denk hierbij aan knie- & heupklachten of pijn in de lage rug.

Ook het breder worden van de voorvoet, door het doorzakken van de middenvoetsbeentjes, met daarop het gevolg strakker in de schoenen te zitten en het gevoel op de "botjes" te lopen is ook vaak merkbaar.

Ga bij uzelf na of u een van bovenstaande klachten frequent heeft. Want wellicht is een bezoek aan de podotherapeut verstandig en kan het aanmeten van steunzolen een oplossing zijn. Hoe eerder u deze voetklachten aanpakt, des te beter de prognose tot genezing (verlichting) is.

Team 3D-VCN



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

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



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

## Dementievriendelijke wij(k) de Ruwaard (vervolg)

**Gerda** raakte als mantelzorgster van haar man betrokken bij de Wellen. Daar ontdekte ze hoe belangrijk het is om te luisteren naar de verhalen van de bewoners. Als Gerda in de wijk rondloopt, gaat ze een gesprekje met een bekende over een partner met geheugenproblemen niet uit de weg. 'Je merkt dan hoe blij mensen zijn als er iemand is die naar hen luistert. Dat ze hun hart kunnen luchten.' Gerda heeft zelf ervaren dat het als mantelzorgster soms zwaar kan zijn en dat een steuntje in de rug meer dan welkom is.

**Alice** heeft als dochter van een moeder met dementie heel vaak het wiel zelf uit moeten vinden. 'Als je als leek te maken krijgt met dementie, is het niet gemakkelijk om daar mee om te gaan. En je verdwaalt in de wereld van de zorg'. Alice heeft ook ervaren dat het fijn zou zijn als mensen meer naar elkaar zouden omkijken. 'Mijn moeder kocht regelmatig veel van dezelfde spullen. Spullen die ze helemaal niet nodig had. Het had geholpen als de winkelier mijn moeder had herkend als iemand met dementie.' De persoonlijke ervaringen van Alice heeft haar doen besluiten om actief te worden als vrijwilliger bij Alzheimer Nederland en 'Samen Dementievriendelijk' waar ze o.a. werkzaam is als voorlichter/trainer.

Gesteund door 'Veilig prettig thuis' wordt door de werkgroep hard gewerkt aan het project 'Samen Dementievriendelijk' in de Ruwaard. Met dit project wil de werkgroep het onderwerp dementie onder de aandacht brengen. Dat doet zij door het verzorgen van bijeenkomsten waardoor mensen dementie leren herkennen. En waar ze handvatten krijgen om het bespreekbaar te maken.

Als aftrap is er op maandag 17 januari 2022 van 10.00 tot 11.30 uur een themabijeenkomst met als titel: **'Iedereen doet mee. Ook mensen met dementie'** De bijeenkomst vindt plaats in Wijkhuis de Haard, inloop vanaf 09.30 uur. We gaan samen in gesprek over de volgende onderwerpen:

- \* ook mensen met dementie willen graag mee blijven doen. Welke kleine aanpassingen zijn ervoor nodig om dat mogelijk te maken?

- \* voor mantelzorgers is het van belang om ontspanning te hebben, zodat ze de zorg voor hun partner met dementie beter vol kunnen houden.

Wat is daarvoor nodig?

De bijeenkomst is speciaal bedoeld voor leden, deelnemers, bezoekers en bestuursleden van alle verenigingen, sportscholen, (hobby-)clubs e.d. maar ook voor overige belangstellenden uit de Ruwaard. Deelname aan de bijeenkomst is gratis. Een kopje koffie of thee wordt kosteloos aangeboden.

I.v.m. de coronamaatregelen is er een maximaal aantal deelnemers. Het is daarom belangrijk om je vooraf even aan te melden. Dat kan via

@ gerdahaenen@gmail.com

06-42057956.

Je kunt bij Gerda ook terecht met alle vragen over de bijeenkomst.

Zowel Bernadette als Ad, Gerda en Alice benadrukken: 'Het is belangrijk om mensen met dementie te blijven zien als individu en als mens en niet alleen de ziekte te zien. Om de persoon te zien met zijn eigen geschiedenis, talenten en interesses.'

*Franca van Rosmalen*

## IKPAS-campagne Een frisse start in 2022



Het nieuwe jaar 2022 gaat bijna beginnen. Heb jij al goede voornemens gemaakt? Meer bewegen, stoppen met roken, of minder drinken? Bij dat laatste kan IkPas je helpen. "IkPas" is een jaarlijkse actie waarbij wordt opgeroepen om je alcoholgebruik tijdens de maand januari aan te passen en op pauze te zetten. Juist in deze tijd is het belangrijk om aandacht te hebben voor een gezonde levensstijl. Zeker in deze lastige coronatijd.

Vorig jaar deden al 5000 mensen mee in januari en de vastenmaand.



Geen of minder alcohol kan veel voordelen hebben: je slaapt beter, voelt je lichamelijk en mentaal fitter, je kunt afvallen én geld besparen! Ben je benieuwd welke voordelen een alcoholpauze voor jou op zou kunnen leveren? Ga het ervaren en doe mee met deze actie!

Schrijf je in via [www.ikpas.nl](http://www.ikpas.nl) of scan de QR-code.

## Samenspeeldag 2022

Wij, Stichting Slowcarepad en het Elzeneindhuis van Slowcare, hebben het idee van de Speeltuinbende omarmd om een speeldag voor alle kinderen uit de Ruwaard te organiseren. Dus kinderen mét en kinderen zonder een handicap.

**G**raag komen wij in contact met ouders met een/of meer kind(eren) met een handicap uit de Ruwaard om te bekijken op welke wijze wij dit kunnen organiseren. Reacties graag vóór 15 januari 2022.

Aanmelden bij:

@ slowcarepad@gmail.com

www.speeltuinbende.nl

www.gehandicaptkind.nl



## Gezonde Jeugd, Gezonde Toekomst

In Oss zetten wij, het Sport Expertise Centrum (SEC), ons samen met de gemeente, maatschappelijke organisaties en bedrijven in voor een gezonde leefomgeving van kinderen en jongeren. Dit noemen we ook wel JOGG-aanpak. Door de fysieke en sociale leefomgeving van kinderen en jongeren gezonder te maken groeit de jeugd op tot een gezonde generatie.

We werken met drie centrale thema's:

### Oss snoept gezond

Het eten van groente en fruit is lekker en gezond! In samenwerking met de GGD Hart voor Brabant zetten we ons in om de kinderen en jeugd bewust te maken van gezonde voeding.

### Oss drinkt water

We maken water drinken weer gewoon. Water drinken is namelijk leuk en lekker!

### Oss beweegt gratis

Bewegen kan altijd en overal. We stimuleren de jeugd om elke dag te bewegen, maar we organiseren ook leuke evenementen om aan deel te nemen.

Ook de wijk speelt een belangrijke rol op het gebied van gezonde leefomgeving voor kinderen. Heb je ideeën of vragen over wat JOGG voor jullie wijk kan doen, neem dan contact op met Lisette.

Een gezonde toekomst begint bij een gezonde jeugd!

@ lisette@sport-expertise-centrum.nl



## Vrijwilligers met een passie

Als eerste wil ik u voorstellen aan Annie van den Bosch. Zij is een vrouw die nog steeds in de kracht van haar leven staat en haar ideaal nastreeft.

Haar ideaal is dat ook de allerarmsten betrokken worden bij het maatschappelijk leven en dat daarbij gezorgd wordt dat de mensenrechten optimaal worden geëerbiedigd.

Sinds haar studie maakt Annie zich hier sterk voor.

Zij heeft diverse studies gevolgd op heel veel plekken, tot aan Amerika toe. Daar kwam zij in aanraking met ATD Vierde Wereld. Dit is een mensenrechtenbeweging voor de allerarmsten.

In 1974 werd haar gevraagd om deze beweging in Nederland gezicht te geven. Er werd gestart met een vakantieboerderij in het Overijsselse Wijhe. Gezinnen met langdurige armoede maken hier nog steeds goed gebruik van.

In 1975 kreeg ATD Nederland de kans 5 jaar deel te nemen aan een Europees project gefinancierd met subsidies van de overheid en de EG. De overige sponsoring komt vanuit bedrijven, particulieren en fondsen. ATD heeft ook een website waar je prachtige kaarten e.d. kunt kopen om zo deze mensen te ondersteunen. Maar voor Annie is dit niet voldoende. Zij wil de schrijnende realiteit van deze armsten echt onder ieders aandacht brengen. Ze hoopt op deze manier de regering zover te krijgen dat er veel gaat veranderen. Door armoede raken ouders hun kinderen kwijt. Dat gaat zover dat ouders zelfs niet meer gehoord worden of nog erger niet meer voor vol aangezien worden en mogen mee beslissen over de toekomst van hun kinderen. Hierover heeft zij een boek geschreven met als werktitel "Het recht om als gezin te mogen leven". Over de definitieve titel wordt nog nagedacht. Ze heeft al een uitgever gevonden en het boek wordt maart 2022 uitgegeven.

Naast al haar werk voor deze stichting werkt ze sinds 2018 ook mee op de redactie van de Rucreant. Ze is geen 18 meer maar ze is een bevlogen enthousiaste dame die nog vol passie zit.

Ans Wiltvank

www.atd-vierdewereld.nl





## AZOSS aanvullende zorgverzekering Oss

Goed verzekerd bij een laag inkomen. Vooral voor mensen met hoge zorgkosten en een laag inkomen heeft de gemeente Oss AZOSS; een aanvullende zorgverzekering voor mensen met een laag inkomen. AZOSS is een verzekering met ruime vergoedingen met collectiviteitskorting. De gemeente betaalt € 20,- of € 40,- per maand mee aan de premie. Meld u uiterlijk 31 december 2021 aan, dan bent u in 2022 goed en voordelig verzekerd. Aanmelden kan via [www.gezondverzekerd.nl/oss](http://www.gezondverzekerd.nl/oss). Daar staat ook meer informatie over de verzekeringen. Hebt u hulp nodig bij het aanmelden? Vraag dan iemand in uw omgeving om te helpen. Lukt dit niet? Vraag dan de Sociaal raadsliden van ONS welzijn om hulp. Bel 088 374 2525. Ook kunt u bellen met uw Consulent Inkommen of bel naar: 14 0412 (toets 2).

## Cadeaubon voor huurders

Door de stijgende energieprijzen gaan steeds meer inwoners aan de slag met energie besparen. Gemeente en woningcorporaties helpen graag mee met het nemen van kleine energiebesparende maatregelen in huis. Huurders in Oss ontvangen daarom een cadeaubon ter waarde van €45,- voor energiebesparende producten.

Zo vraagt u de cadeaubon aan:

1. Ga naar [www.debespaarcode.nl/oss](http://www.debespaarcode.nl/oss);
  2. Klik op: 'ik wil een cadeaubon aanvragen';
  3. Voer je naam, email, postcode en huisnummer in;
  4. Klik op de knop 'cadeaubon aanvragen';
  5. Besteed uw cadeaubon direct in de webshop;
- Wacht niet te lang, want op=op.



**Bon Fromage**  
Kaasspecialzaak

Bon Fromage Heesch  
't Dorp 69  
Tel. : 0412-453759

Bon Fromage Oss  
Sterrebos 4  
Tel. 0412-767273


[bonfromage.ton@live.nl](mailto:bonfromage.ton@live.nl)  
[www.bonfromage.nl](http://www.bonfromage.nl)

## Gratis hulp bij energie besparen

Wil je verduurzamen? Maar heb je nog geen idee welke vragen je moet stellen of waar je moet beginnen? Boek dan een gratis keukentafelgesprek. Aan jouw eigen keukentafel neemt een vrijwillige energicoach jouw hele huis met je door.

Weet je al wel wát je wil gaan doen om energie te besparen, maar nog niet hóe? Stel dan je vraag tijdens een Duurzaam Wonen Spreekuur. Iedere eerste donderdag van de maand is er een duurzaam wonen spreekuur op het gemeentehuis. Tussen 18.00 en 20.00 plan je een half uur om al jouw vragen stellen over je energieverbruik. Het online spreekuur is iedere dinsdag van 13.00 – 16.30 en iedere donderdag tussen 13.30 en 20.30. Gratis, zoals altijd.

Voor meer informatie, kijk op de website.

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



## De zoekt per direct

### HOOFVERDELER

Maandelijks (10 x per jaar) wordt de Rucreant door de drukker bij u bezorgd. U verdeelt de Rucreanten over de 7 bezorgcoördinatoren.

### BEZORGCOÖRDINATOR STAATSLIEDENBUURT

De bezorgcoördinator verdeelt de Rucreanten over de bezorgers in uw buurt.

Tevens bent u eerste aanspreekpunt voor uw bezorg(st)ers.

### BEZORG(ST)ERS

Per direct in verband met ziekte, mogelijk voor langere tijd.


Voor de bezorgbuurten:


- Wagenaarstraat (gedeeltelijk)
- Van Mookstraat/Ortstraat

Invalkrachten die bij ziekte, vakantie e.d. eenmalig of langere periode willen invallen.


Meer informatie en/of aanmelden bij:


Marij van Woensel (bezorgcoördinator)

 06 -8335 9992

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

Kees van Vliet (secretaris Rucrea (a.i.))

 06 -1564 5235

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

## Warm welkom in de Haard



Foto: Vivian van der Hoeven

Petra Klein Rian van Hooft  
Gastvrouwen in Wijkhuis de Haard.

**W**e zitten in de Huiskamer van de Haard. Rian en Petra vertellen dat gastvrouw zijn veel energie oplevert. Je bent er verantwoordelijk voor dat alle groepen en gasten op tijd koffie en thee krijgen. Soms hoort er een hapje, drankje of taartje bij. Via de beheerder krijgen zij te horen wie een ruimte heeft gehuurd en wat er wordt verwacht. Opruimen en afwassen hoort er natuurlijk ook bij. Gastvrouw zijn is vrijwillig, maar niet vrijblijvend. Je werkt altijd met z'n tweeën. En volgens een rooster met ochtend-, middag- en avonddiensten. Er zijn ongeveer 30 gastvrouwen en gastheren. De sfeer is gezellig en open zodat het mogelijk is elkaar op iets aan te spreken. Voor de toekomst zien Rian en Petra genoeg groeimogelijkheden. Als gastvrouw willen zij tenslotte graag voldoen aan de eisen van de huidige tijd. Bijvoorbeeld op het gebied van veiligheid, hygiëne en communicatie.

### Wie zijn de gasten in de Haard?

Bewoners van de Sterrebos die elke ochtend komen voor koffie en een praatje. Studenten van Avans. En groepen zoals volksdans, zang, biljart, enzovoort.

Rian en Petra zijn naast gastvrouw druk als vrijwilliger. Rian kookt samen met anderen een of twee keer per week voor bewoners van de Sterrebos. Zij begeleidt kookactiviteiten in verpleeghuis Ruwaard. Petra is vrijwilliger van de duofiets. Om de week fietst zij een uur samen met een bewoner van verzorgingshuis Ruwaard. En Petra zit in de redactie van de Rucreant.

Jacqueline van Dalen


## Beheerders wijkaanhanger

Het regent dat het giet. Dat weerhoudt Erik en Ed er niet van om buiten af te spreken.

In de stromende regen staan ze trots als een pauw bij de mooie aanhangwagen van de wijkraad de Ruwaard. Ze vertellen: 'De wijkraad vindt het belangrijk om ontmoetingen in de wijk te stimuleren'. Daarom heeft ze jaren geleden besloten om daar materialen en een aanhanger voor aan te schaffen. De aanhanger is zelfs in coronatijd regelmatig uitgeleend. 'Maar dat mag best nog wel meer zijn,' aldus Erik en Ed. 'Hoe vaker hoe liever. We steken daar met plezier onze tijd in.' We nemen een kijkje op de plek waar de materialen keurig en schoon zijn opgeborgen.

Mensen die een buurtfeest of activiteit willen organiseren, kunnen deze materialen en aanhanger gratis lenen. Je betaalt alleen een borg van € 50,-. Die borg is om ervoor te zorgen dat de spullen net zo worden teruggebracht als dat ze zijn uitgeleend. 'Soms brengen mensen het koffiezetapparaat terug met de filter en de koffieresten er nog in. Dan vragen we ze of ze dat nog even schoon willen maken. Zo ja, dan krijgen ze de borg netjes helemaal terug. En anders brengen we een bedrag in rekening.'

De wijkaanhanger is groot genoeg om alle spullen te kunnen vervoeren. En hij is klein genoeg om zonder E-rijbewijs vervoerd te mogen worden. 'Maar je moet er in het verkeer en met parkeren wel rekening mee houden dat je iets achter je auto hebt hangen,' aldus Ed. Je kunt de aanhanger lenen voor alle activiteiten binnen de wijk en ten behoeve van de wijk. Hij is aan te vragen via mail aan [wijkraadruwaard@gmail.com](mailto:wijkraadruwaard@gmail.com). Een lijstje met alle materialen is te vinden op de website van wijk de Ruwaard:

 [www.wijkderuwaard.nl/wijkraad/faciliteiten](http://www.wijkderuwaard.nl/wijkraad/faciliteiten)

Franca van Rosmalen

Foto: Vivian van der hoeven



Ed van Gessel

Erik Kuyvenhoven

**V Taalmaatje gevraagd**

Jonge Syrische vrouw wil graag een taalmaatje om de Nederlandse taal te oefenen.

**Reacties:**

@ julie.goosen@ons-welzijn.nl

**V Maatje gevraagd**

Een man van 85 die in onze wijk woont is op zoek naar een maatje om bijvoorbeeld een stukje mee te wandelen. Graag met iemand van 60 à 70+. Man of vrouw maakt niet uit.

**Contact en meer info:**

@ bart.hoes@ons-welzijn.nl

**V Vrijwilliger aangepast zwemmen**

Een man van 59 met niet-aangeboren hersenletsel en halfzijdig verlamd, maar die nog goed kan communiceren en een stukje lopen, zoekt een vrijwilliger die mee gaat naar aangepast zwemmen bij Golfslagbad Oss. Iemand die meneer kan ondersteunen met aan en uitkleden en mee het water in gaat. Bij het zwembad zijn er hulpmiddelen en ook een stuk begeleiding. De voorkeur heeft een vrouwelijke vrijwilliger.

Tijden kunnen in overleg.

**Contact en meer info:**

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

**V Chauffeur gezocht**

Op zoek naar een enthousiaste vrijwilliger om jong volwassenen met een lichte beperking doordeweeks van en naar dagbesteding, clubjes, vereniging te rijden. De bewoners wonen in de Lisztgaard in Oss. Er is kilometervergoeding.

**Contact en meer info:**

@ carolienvoets@outlook.com

**V Maatje gevraagd**

Een slimme vrouw van 56 met autisme, wonend bij 't Zicht in Oss, zoekt een vrouwelijk maatje om te handwerken en te wandelen. Eventueel een stukje met de auto rijden naar een andere wandelomgeving zou ook fijn zijn. Haar hobby's zijn: dieren (ze heeft 12 cavia's) handwerk (haken, breien en handpoppen maken), natuur en wandelen. Voor paddenstoelen bekijken en determineren heeft ze een passie.

**Contact en meer info:**

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

**V Indonesische kok**

Voor verpleeghuis de Ruwaard, zoeken wij voor de afdeling "Waterlelie" (mensen met dementie) iemand die Indonesisch kan komen koken. Het gaat hierbij vooral om de beleving en geur. Er wonen drie bewoners uit Indonesië. Het zou heel fijn zijn als degene die komt koken ook uit Indonesië komt.

**Contact:**

@ harmon.vanderlee@brabantzorg.eu

**V KBO secretaris gezocht**

KBO Ruwaard is op zoek naar een nieuwe secretaris.

**Contact en meer info:**

@ eboonstra@ziggo.nl (Dhr. E. Boonstra)

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

**V Vismaatje gevraagd**

Een gezellige man van 54 jaar is op zoek een maatje om mee te vissen. Hij is een karpervisser, maar vist ook op andere vissen. Zelf voorzien van spullen. Tijd en plek kunnen in overleg.

**Contact en meer info:**

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

**A Inloopspreekuur maandag dinsdag woensdag**

Voor vragen over o.a. zorg en (psychisch) welzijn, thuishulp, sport en bewegen en vrijwilligerswerk kunt u iedere woensdagochtend van 10:00 uur tot 12:00 uur terecht in Wijkhuis de Haard, Brederostraat 46 te Oss.

**Contact voor de woensdagochtend:**

@ bart.hoes@ons-welzijn.nl

En voor vragen over financiën, post, administratie, regelingen e.d. kunt u terecht op de maandag van 10:00 uur tot 12:00 uur en op dinsdag van 15:00 uur tot 16:30 uur, ook in Wijkhuis de Haard.

**Contact voor maandag en dinsdag:**

@ linda.enfield@ons-welzijn.nl

**A Taalactiviteit**

Elke donderdagochtend van 10:00 uur tot 11:00 uur (in wijkcentrum de Haard) is er een groepje vrouwen, dat onder begeleiding Nederlands leert praten. We leren makkelijker om te gaan met de Nederlandse taal door wat oefeningen, vooral praten, soms wat schrijven. Drie vrouwen begeleiden dit groepje. Wil je meedoen, of ken je iemand waarvoor dit goed zou zijn?

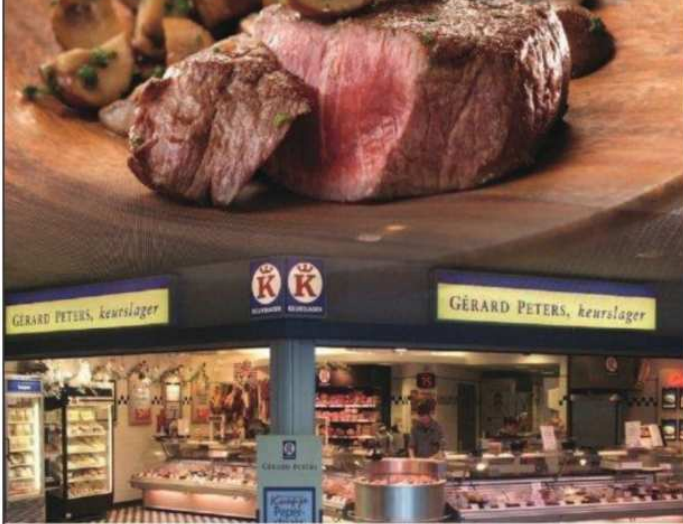
**Aanmelden:**

@ julie.goosen@ons-welzijn.nl



Vanwege coronamaatregelen geen agenda

# Verstand van Lekker Vlees!



**GÉRARD PETERS, keurslager**

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



## Rijdt u weinig? Tank E5 EURO 98

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

ONTVANG 15% KORTING! ACTIECODE: RUCREA21

KAARTJE *Geluk*.NL  
Voor al je Geluksmomenten

Heesterseweg 13, 5386 KT Geffen | 073 534 07 18 | info@kaartjegeluk.nl

KAARTJEGELUK IS DE PERSOONLIJKE ONLINE KAARTJESWINKEL VAN **wihabo.nl**



## WINKELCENTRUM DE RUWERT



## Brabant Personenschade

Letsel advies

Heeft u letselschade opgelopen?  
Letselschade: wat nu?

Van ongeval naar schadevergoeding

✓ Verkeersongevallen  
(ook bij eigen schuld)

✓ Arbeidsongevallen

✓ Valpartijen in  
publieke ruimte

✓ Second opinion

✓ Misdrijf

## BEL ONS!

### GRATIS EN VRIJBLIJVEND ADVIES

## 085-130 00 56

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



Hondentrimsalon

# „Bella Perro”

Jolanda Schoenmakers  
Amelsestraat 32  
5343 NA Oss  
Tel. 0412 45 63 63

E-mail: hondentrimsalonBellaPerro@gmail.com  
Website: www.BellaPerro.nl



## AEON Fysiotherapie

- Fysiotherapie
- Ontspanning
- Acupressuur
- Oedeemtherapie

Opaalweg 94, 5345 SB Oss

T: 0412-760410

E: aeonfysio@gmail.com

I: www.aeonfysio.com

