



**OPENBAAR
WIJKOVERLEG**
pagina 3

**RUWAARD
SCHOON** 
pagina 8

**CURSUSSEN
ONS welzijn**
pagina 10

**VRAAG &
AANBOD**
pagina 11

“Kleurig het nieuwe (school)jaar in ...”

Een mooie wijk heeft kleur en geeft kleur. Zij geeft kleur aan je leven. Door de mensen die er in wonen en de omgeving. En door de activiteiten die er zijn. En de parken en speelgelegenheden. Kortom, je woont er en leeft er, maar er moet ook wat te beleven zijn.

De Ruwaard is een wijk met veel kleur en vele gezichten. Het zou mooi zijn wanneer alle wijkbewoners dit ook zo voelen. En de kans hebben om mee te doen en er bij te horen. Dat is de uitdaging waar we samen voor staan. Heel veel werkgroepen en initiatieven starten weer een nieuw (school)jaar.

Wijkstichting Rucrea, Wijkraad Ruwaard en Wijkhuis de Haard nodigen jou uit om mee te doen. Als deelnemer of als medeorganisator. Ieder met zijn of haar eigen achtergrond. Die ontmoetingen, die kleuren de wijk. We hopen ook jou te kunnen ontmoeten.

Peter Krop

wij(k) de ruwaard



Speelgoed in de verkoop!



Online catalogus

Tijdens de
OPENDAG

dinsdag 3 oktober 17.30-20.30
woensdag 4 oktober 14.00-16.00.

Week van de opvoeding (2-8 oktober)
Jaarabonnement voor 20,- (ipv 27,50)

**EXTRA
ACTIE**

Palestrinastraat 6
in Oss



Colofon

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

Rucreant Redactie

Eindredactie:

Peter Krop, Jacqueline van Dalen

Medewerkers:

Anton Nieuwesteeg, Petra Klein, Antoon Bierings, Jacqueline van Dalen, Annie van den Bosch, Franca van Rosmalen, Vivian van der Hoeven, Marian de Rooij

@ rucreant@gmail.com

Advertenties

Kees van Vliet

@ advertenties.rucrea@gmail.com

Opmaak & vormgeving

Adri de Ruijter

@ rucreant.opmaak@gmail.com

Bezorgcoördinator

Marij van Woensel

@ wmrucreeant@gmail.com

06 - 8335 9992

Webbeheer

Fred van Tongeren, Adri de Ruijter, Erica Goedegebuure, Dick Rats

@ webmaster.wijkderuwaard@gmail.com

Social media

Lin Mok, Vivian van der Hoeven

@ socials.wijkderuwaard@gmail.com

Wijkstichting Rucrea

Peter Krop - voorzitter
Kees van Vliet - secretaris/
penningmeester
Ineke van Lent - lid

@ secretarisrucrea@gmail.com

Wijkraad Ruwaard

Jose van Hooft - voorzitter
Franca van Rosmalen - secretaris
Jacqueline van Dalen - secretaris
Els Mulders - penningmeester

@ wijkraadruwaard@gmail.com

Wijkhuis de Haard

0412 - 647900

@ info@wijkhuisdehaard.nl

Wijkagenten Ruwaard

Niels de Lange
Sandra de Veer

@ niels.de.lange@politie.nl

@ sandra.de.veer@politie.nl

@ wijkagenten_ruwaard

Handhaving

Tibet Öztürk

@ t.ozturk@oss.nl

Wijkteam Ruwaard

Aanmelden 14 0412 (keuze 1)

@ ossteamc@ons-welzijn.nl

VOLGENDE KOPIJ INLEVERDATUM
VRIJDAG 6 oktober 2023 (12.00 UUR)

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

 www.facebook.com/rucreant/

 www.instagram.com/rucreant/

www.wijkderuwaard.nl



wijkderuwaard.nl

Flexwoningen Ruwaard



Aan het Bergsche Hoevepad zijn de eerste flexwoningen geplaatst op een voormalig voetbalveld van S.V. Ruwaard. Dit is één van de locaties waar flexwoningen worden gerealiseerd. In totaal komen er 72 appartementen in 3 aparte woongebouwen.

De flexwoningen zijn bedoeld voor een- en tweepersoonshuishoudens die hier tijdelijk kunnen wonen, terwijl zij verder zoeken naar een permanente huurwoning. De druk op de woningmarkt in Oss is erg hoog. Er zijn meer mensen op zoek naar een sociale huurwoning dan er woningen beschikbaar zijn.

Het plaatsen van flexwoningen op tijdelijke plekken in de gemeente is één van de oplossingen waarmee wachttijden korter worden.

Elk appartement heeft een woonkamer, open keuken, badkamer met toilet en één of twee slaapkamers.

De appartementen op de begane grond hebben een kleine buitenruimte. Voor elk appartement is een parkeerplaats beschikbaar.

Naast het gebouw komt een gezamenlijke fietsenstalling. Je bereikt het terrein vanaf de parkeerplaats/inrit van de voetbalclub. Het bestaande groen blijft behouden. Tussen de gebouwen komen wadi's voor waterberging, met daaromheen looppaden en bankjes.

De woningen in de Ruwaard worden nog dit jaar opgeleverd. De verhuur zal naar verwachting eind september starten. Om in aanmerking te komen, moet je ingeschreven staan bij WoonService Regionaal en in het voorafgaande jaar actief hebben gereageerd op het aangeboden woningaanbod (één of meerdere keren).

Ouderenkoor Ons Genoegen

We repeteren iedere woensdagmorgen met veel plezier in de Balzaal van wijkhuis de Haard.

We zingen van 9.30 tot 11.00 uur. Ons Genoegen heeft ca. 45 leden en zingt 4-stemmig populaire en licht klassieke stukken, veelal in het Engels of Italiaans.

Na elke repetitie is er - voor wie dat wil - gelegenheid tot gezellig samenzijn met koffie of thee.

Ons Genoegen heeft behoefte aan uitbreiding van stemmen. *We zoeken alten en heren, dus zowel tenoren als bassen.*

U bent van harte welkom om te komen luisteren en een repetitie mee te doen!

Neem vooraf even contact op met onze secretaris:

@ cvdhurkvs@gmail.com


0412 - 630264



Voor mekaar “prikbord”

We willen allemaal wel een keer iets samen ondernemen, iets voor een ander doen of soms heb je hulp van iemand nodig. Via de bemiddelingswebsite 'Voor mekaar' kun je reageren op een bericht van een ander of er zelf een maken. Plaats een wens, aanbod of idee in een persoonlijke boodschap. Of vind activiteiten, gezelligheid, nieuwe contacten en vriendschappen via geplaatste berichten.

Neem een kijkje op ONS prikbord of maak een account aan om actief deel te nemen!

 www.voormekaaronswelzijn.nl




De wijk zoekt jou!

Zowel het bestuur van wijkstichting Rucrea, als diverse werkgroepen zitten te springen om nieuwe mensen. Nieuwe mensen brengen nieuwe, frisse ideeën mee. Dat is hard nodig. Een bruisende en actieve wijk vraagt immers om steeds meer mensen die de radertjes in beweging houden.

In het bestuur van de wijkstichting willen we geleidelijk de verschillende stokjes overdragen. Zowel Kees van Vliet als Peter Krop zitten inmiddels ruim 15 jaar in het bestuur. Zij willen graag e.e.a. overdragen. Een gedege inwerkperiode hoort daar natuurlijk bij.

Maar ook de redactie van wijkkrant, website en socials kraakt en piept op sommige punten. Het streven is om voor elke deeltaak minimaal twee personen beschikbaar te hebben. Dan kunnen mensen elkaar vervangen. De druk wordt verdeeld, het werk wordt daarmee meer ontspannen. Meer informatie via:




 secretarisrucrea@gmail.com



Maandag 4 september was Wijkraad Ruwaard samen met de organisatoren van het Urban Ox Park 'on tour' op de beoogde locatie van het openbaar skatepark, pumptrack en calisthenicspark. Op deze mooie groene plek in het Sibeliuspark kwamen buurtbewoners en andere belangstellenden een kijkje nemen. Het was een gezellige, ontspannen bijeenkomst met veel positieve reacties op de plannen. Vooral de jeugd kan bijna niet wachten tot het Urban Ox Park klaar is. Als alles volgens plan verloopt is het skatepark volgend jaar na de zomer gereed.



Openbaar wijkoverleg Ruwaard Uitnodiging

-  Maandag 25 september
-  19.30 - 21.30 uur
-  Wijkhuis de Haard



Wijkraad Ruwaard en wijkstichting Rucrea organiseren op maandag 25 september opnieuw een openbaar wijkoverleg. Deze keer staan er twee onderwerpen op de agenda:

1. Het Urban Ox Park. Hiervoor zijn de initiatiefnemers van het Urban Ox Park aanwezig. Ze praten de aanwezigen bij over de stand van zaken en zullen ingaan op vragen.
2. De ontwikkeling van het Euterpepark. Hiervoor zijn aanwezig dhr. Iwan de Vries, projectleider bij de gemeente Oss en dhr. Nico de Bruijn, architect en ontwikkelaar bij ingenieursbureau AKM.

Meer informatie over het Urban Ox Park is te vinden op website Urban Ox Park - Een sportieve, openbare ontmoetingsplek voor jong en oud in Oss

 heturbanoxpark.nl

Meer informatie over het Euterpepark is te vinden op de website van de gemeente Oss Euterpepark - Gemeente Oss

Programma

- 19.15 uur Inloop en ontvangst met thee en koffie
- 19.30 uur Presentatie Urban Ox Park en gelegenheid tot het stellen van vragen
- 20.00 uur Presentatie Euterpepark en gelegenheid tot het stellen van vragen
- 21.00 uur Mededelingen vanuit de wijkraad en wijkstichting. Tevens gelegenheid voor het gebruik maken van het insprekrecht

Repair Café

weer van start

Waar en wanneer?

- Iedere 2e vrijdag van de maand, 14.00 -17.00 uur, Wijkcentrum Schadewijk, Leeuwerikstraat 2
- Iedere 2e woensdag van de maand, 9.00 - 12.00 uur, De Meteor, Oude Litherweg 20
- Iedere laatste woensdag van de maand 9.00 -11.30 uur, De Bonte Hoef, de Vlasakkers 9

Per reparatiedag kan een beperkt aantal mensen geholpen worden. Repareer je kapotte spullen samen met deskundigen. Gereedschap aanwezig voor allerlei spullen, van fietsen tot sieraden.

Het Repaircafé is gratis, een vrijwillige bijdrage mag. U kunt hier ook vrijwilliger worden. Interesse? Kom langs! Informatie bij Gerard Rutten (secretaris)

📞 06 4017-7807

✉️ g.rutten28@gmail.com

Heeft u vragen over de digitale overheid? Wij helpen u verder in de bibliotheek



Stel je vragen over:

- DigiD
- Belastingen en toeslagen
- Zorg en patiëntenportaal
- Rijbewijs en gezondheidsverklaring
- AOW en pensioen
- Werk of uitkering
- Studiefinanciering
- Verkeersboetes



Iets regelen met de overheid gaat steeds vaker digitaal. Dat kan lastig zijn. We helpen je graag of brengen je in contact met de juiste partner. Kom eens langs. Je bent welkom zonder afspraak. Het is gratis. Je hoeft geen lid te zijn van de Bibliotheek.

Het kan zijn dat je vraag meer tijd nodig heeft. In dat geval maken we graag een vervolgspraak.

Openingstijden Informatiepunt Bibliotheek Oss
Maandag tot en met vrijdag tussen 13.00 -16.00 uur

☎️ 0412 - 622618

ONTMOETEN ZONDER MOETEN

Saaië Zondag

Elke 2^e en 4^e zondag van de maand
13.00 - 16.00

Iedereen is welkom op deze zondagen:

8 oktober - 22 oktober
12 november - 26 november

Kom je ook, en neem je iemand mee?

GRATIS

Wijkhuis de Haard
Brederostraat 46
gina.bakker@ons-welzijn.nl

ONS WELZIJN

WUJ(K) DE RUWAARD

Het nieuwe gezondheidscentrum en herinrichting parkeerterrein Ruwert




Wilt u meer weten over het nieuwe gezondheidscentrum Ruwaard en de herinrichting van het parkeerterrein bij het winkelcentrum de Ruwert? Kom dan naar de informatieavond van Wijkraad Ruwaard op donderdag 19 oktober in de Haard.

Anne van Rooij, projectleider vanuit de gemeente Oss, is aanwezig om uitleg te geven over de plannen.

En om in te gaan op vragen.


Het programma begint om 19.30 uur.

Meldingen Openbare Ruimte

Als je tot nu toe iets wilde doorgeven aan de gemeente, kon dat via de BuitenBeter App. 

Per 1 januari 2024 gaat dit veranderen. Omdat er door de eigenaar van deze app niet zorgvuldig genoeg werd omgegaan met je persoonsgegevens.

Voortaan kun je gebruik maken van de website

 www.oss.nl/melding

Een voordeel van dit nieuwe systeem is dat je de status van je melding kunt zien. Ook is zichtbaar of iemand anders al dezelfde melding heeft gedaan en wordt aangegeven of er al aan de melding wordt gewerkt.


Als je vaker iets aan de gemeente wilt melden, kun je een snelkoppeling aanmaken op je telefoon.

Dit doe je als volgt:

Voor iPhone: Ga naar www.oss.nl/melding - klik onderaan het scherm op het delen-icoontje (middelste icoontje met vierkant en pijltje) en daarna op 'Zet op beginscherm' (onderaan het scherm). Dan 'Voeg toe'.

Voor Android: Ga naar www.oss.nl/melding - klik op het menu met de drie puntjes/streepjes en kies 'Toevoegen aan'. Kies 'Toevoegen aan startscherm'.

De gemeente Oss gaat wel veilig en zorgvuldig met uw persoonsgegevens om. Meer informatie:

 www.oss.nl/melding

Collectanten Alzheimer Nederland

Waarom collecteren voor Alzheimer Nederland?


Eén op de vijf mensen wordt dement. Bij vrouwen is het zelfs één op de drie. Door de vergrijzing en het ouder worden van de bevolking, zullen in 2040 ruim een half miljoen mensen dement worden. Niet alleen ouderen krijgen hiermee te maken, ook mensen op jongere leeftijd kunnen dat worden.


Veel onderzoek nodig

Omdat er nog geen geneesmiddelen bestaan, is er veel onderzoek nodig. En dus veel geld. Dankzij de opbrengst van onze jaarlijkse collecte kunnen wij belangrijk onderzoek naar dementie mogelijk maken. Steeds blijft het weer een bijzondere ervaring om te merken hoeveel mensen zich enorm inzetten om de collecte-week van 5 november tot 11 november tot een succes te maken. Doe jij ook mee? Al is het maar een uurtje.

Voor Ruwaard en Oss-Zuid:

Aanmelden bij Kees van Vliet of op de website

 cahvanvliet@gmail.com of

 www.alzheimer-nederland.nl/collecte/collectant-woorden



Kunstwerk De Elzenhoek

Op 21 augustus werd een prachtig kunstwerk onthuld bij stadsboerderij de Elzenhoek.

Jenny Derksen uit Oss is de kunstenaar van dit kleurrijke kunstwerk. Zij werkte 9 maanden aan dit unieke kunstobject.

Tijdens deze feestelijke middag maakte ik met haar een afspraak voor dit interview. We zijn in gesprek gegaan in haar ruime atelier.

Jenny is haar opleiding gestart aan de kunstacademie in Den Bosch en stapte over naar de kunstacademie Arendonk in België. Daar studeerde zij vijf jaar en deed er nog een tweejarige specialisatie polyester beelden achteraan. Geïnspireerd door de natuur maakt zij haar felgekleurde unieke kunstobjecten.




In Oss zijn inmiddels meerdere kunstwerken van Jenny te zien in de openbare ruimte. "De zwanen van Terwaenen" op de Eikenboomgaard en de 16 meter lange slang in het park aan de Verdijkstraat in de Ruwaard.

Jenny werkt met staal en polyester. Haar kunstobjecten worden afgewerkt met 5 tot 7 lagen 2 componenten lak. Daardoor zijn haar objecten weersbestendig. Naast het maken van deze kleurrijke sculpturen zoekt Jenny ook steeds meer de combinatie van kunst en interieur op. Zo is ze bezig met stoelen, lampen en vazen. Natuurlijk ook met kleurrijke details en duidelijk "Jenny".


Wie meer werk van Jenny Derksen wil zien kan terecht op:

 www.jennyderksen.nl

 [jennyderksenart](https://www.instagram.com/jennyderksenart)

 Jenny Derksen Art

Het is ook mogelijk om op afspraak haar atelier te bezoeken:

 06 27241953

Jacqueline van Dalen



Stichting Rouwcafé Oss biedt een plek om samen met anderen stil te staan bij het verlies van een dierbare. U bent van harte welkom bij het Rouwcafé voor een kopje koffie en een fijn gesprek. Deelname is geheel vrijblijvend en gratis. Ook is het mogelijk om samen met iemand langs te komen.

Woensdagochtend 4 en 18 oktober
10.00 - 11.30 uur
Talentcentrum, Linkensweg
Woensdagavond 11 en 25 oktober
20.00 - 21.30 uur
"Ini Mini", Houtstraat 3

Voor lotgenoten moeders die een kind hebben verloren door zelfdoding:

Donderdagavond 5 oktober
19.30 - 21.30 uur

Voor deze bijeenkomst graag per mail aanmelden:

@ info@rouwcafe-oss.nl

We begroeten je heel graag.

🌐 www.rouwcafe-oss.nl



Café Brein is een trefpunt voor mensen met een niet aangeboren hersenletsel (NAH). Hun mantelzorgers, partners, familieleden en vrienden en professionals. Op 3 oktober is het thema van onze bijeenkomst:

"Terug naar werk met NAH?"

Nancy Minnen en Onno van Domburg werken beiden bij Libra Arbeidsexpertise. Zij komen er graag meer over vertellen!

In een gezellige ontspannen sfeer ligt het accent op contact, erkenning en voorlichting. Een plek waar je niet steeds hoeft uit te leggen wat er aan de hand is. dinsdagmiddag 3 oktober, 14.00 - 16.00 uur

De Meteor, Oude Litherweg 20

Aanmelden:

cafebreinoss@ons-welzijn.nl

www.nahnobrabant.nl

06-14506420 (Doreth van de Riet)

Alzheimer Café Oss

Omgaan met veranderd gedrag bij dementie

De eerstvolgende bijeenkomst van het Alzheimer Café is op maandag 9 oktober. Op deze avond komt Anita van de Wijngaard bij ons op bezoek. Zij is consulente belevingsgerichte zorg bij Brabant Zorg en kan tips uit de praktijk geven, hoe je kunt omgaan met veranderd gedrag bij dementie.

Want veranderingen in het gedrag zie je bij alle vormen en fases van dementie. En wat er verandert kun je niet voorspellen. Iemand kan sneller boos of verdrietig worden, of is juist meer ontspannen. Is niet meer te motiveren om iets te doen of wil juist overal mee helpen. Deze veranderingen in gedrag vragen veel aanpassingen van de omgeving, aanpassingsvermogen van de partners en alle betrokkenen. Hoe ga je hiermee om. Aan de hand van dagelijkse situaties wisselen we deze avond ervaringen uit.

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

Aanmelding is niet nodig, deelname is gratis.

📍 Meteor, Oude Litherweg 20

📅 maandag 9 oktober 2023

🕒 19.30 - 21.30 uur



Een ontmoetingsplaats waar mensen met een visuele beperking ervaringen kunnen uitwisselen.

Het zijn informele en vrijblijvende bijeenkomsten met regelmatig presentaties of verhalen van gastsprekers. De toegang is gratis; ook voor familie, vrienden, kennissen, mantelzorgers.

Op 27 september komt er geen gastspreker, maar kunnen we wel weer eens gezellig bijpraten. U bent van harte welkom.

Meer informatie:

@ corkaufman@live.nl

☎ 0412-632 529 (Cor Kaufman)

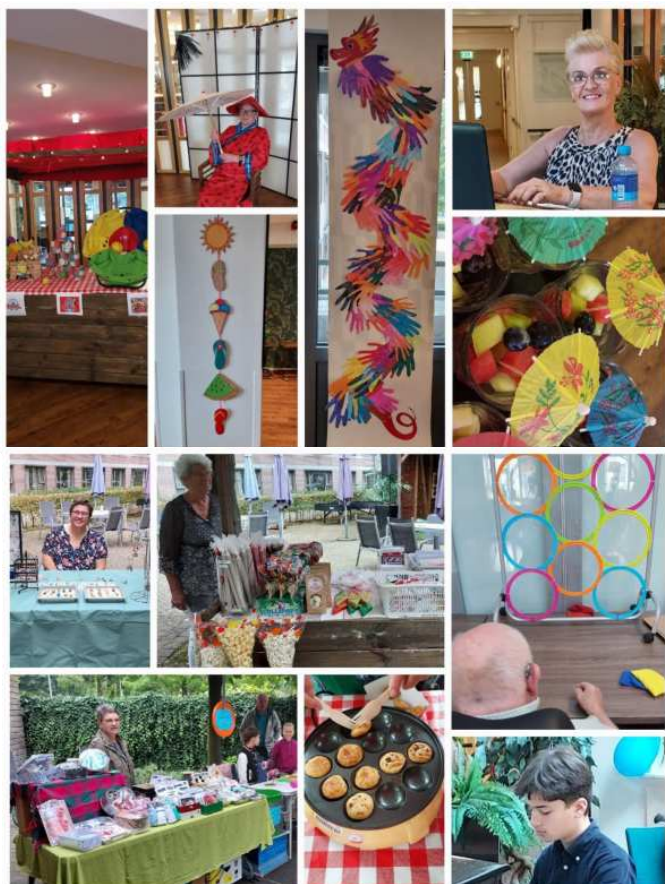
📅 27 september

🕒 14.00 - 16.00 uur

📍 De Groene Engel, Kruisstraat 15

Nieuws vanuit de Ruwaard (Ministershof)

De zomer loopt langzaam ten einde, alhoewel het nu nog erg mooi weer is. Bij zorgcentrum de Ruwaard zijn we de zomer goed doorgekomen, ondanks het feit dat het weer niet altijd meewerkte... We hebben leuke activiteiten gehad: een optreden van een talentvolle pianist, Christian Gilissen, een kermisquiz, een bewegmiddag, onze eigen DJ José, een Chinese dag en ook nog een minimarkt!



Deze activiteiten kunnen we niet alleen. We zijn dringend op zoek naar vrijwilligers die ons willen helpen! We zoeken een vrijwilliger die wil helpen bij het bloemschikken, affiniteit heeft met bloemen en graag met oudere mensen werkt.

Verder zoeken we vrijwilligers die willen ondersteunen bij allerlei soorten andere activiteiten.

Voor meer informatie:

Harmon van der Lee

📞 06 20596302

@ harmon.vanderlee@brabantzorg.eu

**WAUW
EEN MOOIE DAG
VOOR JOU**

WOENSDAG 18 OKTOBER
10.00 - 16.00

'S MORGENS:
MET OF ZONDER KINDEREN
**DE HEKSJROUTE LOPEN MET
VERRASSINGEN**

LUNCH IN HET WIJKHUIS

'S MIDDAGS:
FILMS, VOETBALTOERNOOI, XCORE,
NAGELSTYLING, MAKE UP, HAREN
KNIPPEN

ALLES IS GRATIS

JULIE GOOSEN
0630398974

**ONS
WELZIJN**

Wat is de gratis Rucreant u waard?

Met bijgaande QR code kunt u eenvoudig een eenmalige bijdrage storten. U kunt een bijdrage ook overmaken op

NL 05 RABO 0140406786

t.n.v. wijkstichting Rucrea, onder vermelding van "bijdrage Rucreant".

We bedanken alle mensen die tot nu toe een vrijwillige bijdrage gestort hebben. Alle bijdragen helpen.

De teller voor 2023 staat op € 1142 van 49 stortingen.



*Foto fietstunnel
Ruwaardsingel.
Aangelegd in 1973.
Momenteel in
gebruik als verblijf-
plaats vleermuizen.*

Ruwaard **SCHOON**

Peuken rapen

Op 4 juni heeft een groep kinderen alle peuken opgeruimd in het Elzeneind Park bij de stadsboerderij. Samen met meneer Gijs de ezel. Als beloning kregen zij een leuke verrassing. Een pennenbakje in de vorm van een container.



Waarom peuken rapen?

In peuken zitten veel giftige stoffen en de filters zijn van plastic. Het is niet goed voor dieren en planten als de peuken in het park liggen. Daarom gingen de kinderen ze opruimen. In 45 minuten werden deze peuken verzameld. Moet je zien hoeveel dat is!

Misschien dat rokers gaan nadenken voordat ze een peuk zomaar weggooien.

Een tip:

Maak je peuk uit en gooi hem thuis in je afvalbak.

Ruwaard 60 jaar  geschiedenis



Aanleg fietspad Paganinistraat



Schaepmanlaan met eerste bushalte 1966

Drie winnaars afvalbakkenwedstrijd

Drie jonge winnaars hebben op zaterdag 16 september een prijs gekregen van wethouder Dolf Warris. De kinderen hebben een tekening gemaakt voor op de afvalbakken bij het Elzeneindpark. Met de tekeningen vragen ze of iedereen het park schoon wil houden. Wethouder Dolf Warris: "Je bent best wel een beetje gaga als je je afval niet in zo'n prachtige prullenbak gooit. Zo houden we onze gemeente schoon en is het veel fijner om buiten te zijn. Hoera voor een schone wereld".

De drie tekeningen zijn te bewonderen op de afvalbakken bij het park. De drie winnaars zijn Lucas Calten Houwing, Laura Lepoutre en Robin Keijzer. De wedstrijd werd georganiseerd door wijkraad Ruwaard, Rucrea, Natuurcentrum en stadsboerderij De Elzenhoek en de gemeente Oss.



Ruwaard  **SCHOON**

Quizvraag september 2023
Wat betekent PBD?

Het goede antwoord vindt u op pagina 10.

Thuis blijven in eigen hand

Op maandagavond 23 oktober organiseren we een bijeenkomst met informatie over bewegen, zorg, hulpmiddelen en technische hulpmiddelen. Alles in het teken van langer thuis blijven wonen.

In de Rucreant van oktober vindt u hierover meer informatie.

Zet deze datum vast in uw agenda.

Wijkoverleg Ruwaard



“Op adem komen”



Het klinkt een beetje gek: een inloopgroep NA het stoppen met roken! Toch is dat precies wat er volgens Anton Mulders nodig is om het stoppen met roken vol te houden. ‘Stoppen met roken is niet zo moeilijk. Dat lukt veel mensen wel met een beetje ondersteuning. Maar volhouden om te stoppen, dat is pas echt lastig!’ Anton spreekt uit ervaring. Het is inmiddels 5 jaar geleden dat hij samen met anderen meedeed aan Stoptober 2018. Gedurende 7 bijeenkomsten werd hij door stichting Sinefuma begeleid om te stoppen met roken. Maar na die 7 bijeenkomsten hield de begeleiding van Sinefuma op. En toen begon het eigenlijk pas echt. Gelukkig had de groep van Anton zelf een Whatsapp groep aangemaakt. En bleven ze elkaar het eerste half jaar wekelijks zien. Ze hebben het jarenlang volgehouden om elkaar regelmatig te spreken. ‘Gewoon, over dingen waar je mee bezig bent. Ook de dingen die je dwars zitten en die de zucht naar de sigaret oproepen. Het helpt enorm om daar met elkaar over te praten.’ Door deze positieve ervaring wil Anton de inloopgroep ‘Op adem komen’ starten voor mensen die zijn gestopt met roken. Er is altijd een begeleider aanwezig die de groep ondersteunt. De groep gaat met elkaar onderzoeken wat hen helpt om het stoppen met roken vol te houden. Dat kan van alles zijn: met elkaar in gesprek gaan, gaan wandelen, samen koken, extra individuele begeleiding, etc. Uitgangspunt: het is fijn als er een vaste plek en een groep is, die je steunt om te blijven stoppen.

Franca van Rosmalen

Vacaturebank voor vrijwilligers

Wil je als vrijwilliger aan de slag bij een vrijwilligersorganisatie? Bekijk dan onze vacaturebank voor de actuele vacatures en reageer direct. Filter op locatie, type werk of tijdsbesteding. Er zijn heel veel verschillende vacatures. Er zit vast iets voor jou bij. Als vrijwilliger kun je jezelf aanmelden voor de vacature die het beste bij je past.

Als organisatie kun je hier je vacatures plaatsen. Wij bieden je de mogelijkheid om je verhaal te vertellen en uit te leggen wat je organisatie doet en waarom vrijwilligers zo belangrijk zijn. Je kunt de vacatures gedetailleerd beschrijven en de vaardigheden en ervaringen benadrukken die je zoekt in een vrijwilliger.



www.vacaturebankonswelzijn.nl



Halimè is lid van Wereld-Vrouwen Oss (WVO) en vertelt hoe zij het vindt.

“De dames komen op vrijdagochtend met veel plezier naar De Haard om van 10.00 tot 11.30 uur te zingen. Samen met vrouwen uit allerlei windstreken. Je hoeft niet goed te kunnen zingen, het gaat erom dat je graag meezingt. We zingen liedjes uit heel veel landen. Ook een Turks liedje”, vertelt Halimè. “En dat maakt me blij. Muziek en zingen is overal anders. En sommige liedjes zijn heel mooi of grappig, zoals ‘Noyana’ en ‘La cucaracha’. Als ik alleen zing, ben ik bang dat mijn stem niet zo mooi is. Maar samen met de andere dames durf ik het. We zingen leuke liedjes, zoals ‘Mijn haar’ en ‘Wandelen’ en over de Japanse kersenbloesem. Je kunt ze gemakkelijk meezingen. Dan leer je ook nog een beetje Nederlands. Als ik de tekst vergeten ben, kan ik liplezen en tóch meezingen. In Wij(k)huis De Haard is van alles te doen. Je kunt meedoen aan workshops en anderen uit de wijk ontmoeten. Ongeveer één keer per maand maken we samen een uitstapje, meestal gaan we naar heel interessante plaatsen of doen samen iets gezelligs. Begin dit jaar zijn we bijvoorbeeld bij de Sterrenwacht in Vinkel en Bakkerij Lamers in Heesch geweest”.



Zittend midden voor is Halimè. Liggend dirigent Peter Ruijs.

Op Adem Komen

Inloopgroep over roken en leefstijl

Ben je gestopt met roken en blijf je het lastig vinden om het vol te houden?

Kom naar de inloopgroep "op adem komen"

Elke 2 weken op woensdag

van 19.00 tot 20.00 uur

Start: woensdag 18 oktober

Wijkhuis de Haard

Brederostraat 46

"Op adem komen" is gratis. Je hoeft je niet aan te melden en kunt dus zo binnenlopen.

Voor meer informatie bel of app naar Evelien:

06-22394215



“Goed slapen doe je zo”

Goed slapen is voor iedereen erg belangrijk. ‘Slapen doe je zo!’ is een training waarin deelnemers leren om slaap positief te beïnvloeden. ‘Hoe zit mijn slaap in elkaar en hoe leer ik meer controle te krijgen over zaken die mijn slaap negatief beïnvloeden? De training richt zich op het verminderen van bestaande slaapproblemen. Deelnemers ontvangen een werkmap. Voor de training begint, vindt er een introductiebijeenkomst (eerste bijeenkomst) plaats waar de deelnemers informatie over de training krijgen en de manier waarop dit wordt aangeboden. En om vragen te stellen. Zeven vrijdagen, van 3 november tot en met 15 december, telkens van 10.30 tot 12.30 uur. Talentcentrum, Linkensweg 1b in Oss, deelname is gratis, koffie en thee staan klaar.

Info en aanmelden:


 www.ons-welzijn.nl/activiteitenkalender

Eigen Kracht Groep Ruwaard

De Eigen Kracht Groep helpt je om op eigen kracht problemen aan te kunnen en op te lossen. We gaan ervan uit dat je zelf de deskundige bent als het gaat over je eigen leven en dat je zelf het beste aanvoelt wat bij je past. Tijdens de groep ontdek je je eigen kwaliteiten en eigenschappen om haalbare doelen te stellen en te bereiken.

De bijeenkomsten zijn op maandagmiddag 23 en 30 oktober en 6 en 13 november van 13.30 tot 15.30 uur in Wijkhuis de Haard. Gratis deelname.

Aanmelden kan via ONS welzijn en de Toegang Zorg en Welzijn in Oss:


 14 0412 (keuze 1)

 zorgenwelzijn@oss.nl

Ruwaard
SCHOON

Wat is PBD?

PBD staat voor huishoudelijk afval van Plastic, Blik en Drinkpakken. Het is niet altijd duidelijk wat er bij hoort. We zien regelmatig dat er andere soorten afval in de zakken en containers voor plastic zitten. Dit maakt het afval ongeschikt als grondstof voor hergebruik. Wat mag wel en wat mag niet bij PBD? Check het op

 www.afvalscheidingswijzer.nl

Omgaan met dementie

De cursus is voor mantelzorgers van mensen met geheugenproblemen of beginnende dementie. Dementie is een ingrijpende ziekte, zowel voor degene met dementie als voor de naaste omgeving. Tijdens de cursus krijg je informatie over de ziekte en adviezen hoe je met dit ingrijpende ziekteproces kunt omgaan. Je raakt in gesprek met andere familieleden die voor iemand met dementie zorgen en wisselt ervaringen uit.

Programma

- Wat is dementie, de oorzaken en de symptomen?
- Hoe ga je ermee om als de persoon met dementie gaat veranderen?
- Wat zijn mogelijkheden voor de persoon met dementie?
- Waar kun je terecht voor zorg en hulp?
- Hoe verwerk je verdriet en hoe zie je de toekomst?

Bijeenkomsten op maandag 9 en 23 oktober, 6 en 20 november, 4 en 18 december van 13.30 tot 15.30 uur in Ontmoetingscentrum De Meteor in Oss. Deelname is gratis.


Schilderen met Armslag

Een groep enthousiaste deelnemers komt eens in de twee weken bijeen in Sociaal Cultureel Centrum "De Binnenstad" in Oss om hun artistieke talenten te ontdekken en te ontwikkelen. Het is een plek waar mensen met beginnende dementie of geheugenproblemen zich creatief kunnen uiten. De groep komt 10 keer samen onder begeleiding van ervaren vrijwilligers, die hen ondersteunen bij het schilderen en hen stimuleren om hun eigen stijl te ontdekken.

Schilderen met Armslag biedt de deelnemers de vrijheid om te schilderen wat ze willen, zonder prestatiedruk. Het is geen schilderles, maar de vrijwilligers staan altijd klaar om te helpen en advies te geven wanneer dat gewenst is. Schilderen met Armslag is een voorbeeld van hoe kunst en creativiteit mensen kunnen verbinden en een positieve bijdrage kunnen leveren aan het welzijn van mensen met beginnende dementie of geheugenproblemen.



Voor info en contact:

 088 374 2525 (ONS welzijn)

V Maatje gezocht

Een mevrouw in een rolstoel wil graag wat vaker naar buiten en er even uit. Haar man kan dit vanwege een aandoening helaas niet. De rolstoel heeft duwondersteuning. Tijd en frequentie altijd in overleg.

Voor info en contact

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Spelletjesavond

Ik wil graag met andere mensen tussen de 20 en de 40 jaar op dinsdag- of donderdagavond spellen spelen in Wijkhuis de Haard. Ik denk aan bijvoorbeeld Monopoly, Carrière, Uno, Cluedo of andere spellen. Mijn naam is Wietse en ik hoop dat jij reageert als je dit leest.

Voor info en contact

@ julie.goosen@ons-welzijn.nl

A 50-plus damesgymclub

Voor onze 50-plus damesgymclub hebben wij nog enkele plaatsen vrij. Wie doet er met ons mee? Lekker bewegen op muziek onder deskundige leiding, op uw eigen niveau, gezond en vooral gezellig! Kom gerust eens kijken of doe mee met een proefles op maandagavond van 18.45 tot 19.45 uur in de gymzaal van school De Sonnewijser, Staringstraat 4, Oss. Van harte welkom!

Voor info en contact

☎ 06-10824378 (Carla)

☎ 0412-634554 (Clazien)

V Maatje gezocht

Een lieve vrouw van 86 zou het erg leuk vinden als ze één keer per week of één keer per twee weken bezoek krijgt. Ze woont in de Sterrebosflat. Tijd en frequentie altijd in overleg.

Voor info en contact

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Boodschappenvrijwilliger

Heb jij ruimte om één keer per week voor of met een wijkbewoner, die het alleen niet meer kan, boodschappen te doen?

Voor info en contact

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Maatje gezocht

Ik ben een 80-jarige positief ingestelde man met Zuid-Amerikaanse roots en ik heb behoefte aan contact. Ik houd ervan om te praten over actualiteiten en over verhalen van vroeger, zoals bijvoorbeeld de watersnoodramp, de hongerwinter, de mijnen in Limburg en over mijn eigen Zuid-Amerikaanse cultuur. Ik ben minder mobiel en daarom vind ik het prettig om u bij mij thuis uit te nodigen voor een kopje koffie of thee met wat lekkers erbij. Mijn voorkeur gaat uit naar een vrouw, omdat ik gemakkelijker kan praten met een dame. Wie weet tot ziens!

Voor info en contact

@ ilja.vandenboogaard@ons-welzijn.nl

V Klusteam Ruwaard

Wil jij flexibel vrijwilligerswerk? En ben je handig en sterk? Regelmatig zijn er kleine klus- en sjuwvragen uit de wijk voor wijkbewoners zonder sociaal netwerk die hen hierbij kunnen helpen. Je maakt deel uit van een gezellige vrijwilligersgroep. Tijd en datum altijd in overleg.

Voor info en contact

@ gina.bakker@ons-welzijn.nl

V Vrijwilligers bardienst gezocht

In Wijkhuis de Haard ben je altijd welkom voor een bakkie... Alle bardiensten draaien volledig op vrijwilligers. Er zijn drie diensten per dag en we zoeken nieuwe vrijwilligers! Dus heb jij zin om een dienst mee te doen? Meld je aan.

Voor info en contact

@ julie.goosen@ons-welzijn.nl
06 30398974

V Vacatures S.V. Ruwaard

S.V. Ruwaard zoekt dringend hulp achter de bar en in de keuken. Liefst met wat ervaring. Ook zijn wij op zoek naar medewerkers, die de schoonmaak verzorgen. Over vergoedingen kan worden overlegd.

Voor meer informatie

@ penningmeester@svruwaard.nl

☎ 06-52502388 (Michael)



AGENDA september/oktober 2023

- ma 26 sep** Openbaar wijkoverleg (19.00 uur) – Wijkhuis de Haard
- wo 27 sep** Oogcafé (avond) - de Groene Engel, Kruisstraat 15
- di 3 okt** Café Brein (avond) - de Meteor, Oude Litherweg 20
- di 3 okt** Open dag Speel-o-theek (avond) – Palestrinastraat 6
- wo 4 okt** Rouwcafé (ochtend) - Talentcentrum, Linkensweg 1b
- wo 4 okt** Open dag Speel-o-theek (middag) – Palestrinastraat 6
- vr 6 okt** Sluitingsdatum kopij Rucreant
- zo 8 okt** "Saaie zondag" (middag) – Wijkhuis de Haard
- zo 8 okt** Rommelmarkt – Wijkhuis de Haard
- ma 9 okt** Alzheimer Café (avond)– Meteor, Oude Litherweg 20
- wo 11 okt** Rouwcafé (avond) - "Ini Mini", Houtstraat 3
- wo 18 okt** Rouwcafé (ochtend) - Talentcentrum, Linkensweg 1b
- wo 18 okt** Wauw, een mooie dag voor jou (zie pag. .7)
- wo 18 okt** Start "Op adem komen" (avond) – Wijkhuis de Haard
- do 19 okt** Informatieavond centrumgebied Ruwaard – Wijkhuis de Haard
- za 21 okt** Jeugd disco – Wijkhuis de Haard
- zo 22 okt** "Saaie zondag" (middag) – Wijkhuis de Haard
- ma 23 okt** "Thuis blijven in eigen hand" – Wijkhuis de Haard
- wo 25 okt** Rouwcafé (avond) - "Ini Mini", Houtstraat 3

Vaste activiteiten

"We Matter" voor Jonge mantelzorgers

De bijeenkomsten zijn elke eerste maandag van de maand. Voor kinderen t/m 12 jaar zijn de bijeenkomsten van 16:00-17:00 uur. Voor de jongeren vanaf 14 jaar zijn de bijeenkomsten van 18:30-20:30 uur. De bijeenkomsten zijn in Jongeren centrum 't Honk in Oss. Deelname is gratis.

Van een aantal van deze activiteiten vindt u info in deze Rucreant of in de agenda op website www.wijkderuwaard.nl

Deze wijkagenda wordt samengesteld op basis van de gegevens die wij als redactie binnenkrijgen. Als u een activiteit geplaatst wilt hebben in deze agenda, laat het ons weten via rucreant@gmail.com



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

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

ONTVANG 15% KORTING! ACTIECODE: RUCREA23

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 **adcwihabo**

VERRASSEND VERTROUWD



WINKELCENTRUM
DE RUWERT

Voor het maken van **kaarsen van koolzaadwas** zoeken we mensen die het leuk vinden om te helpen met ontwikkelen en maken. Dit gaat plaatsvinden in het oriëntatiecentrum aan de Rossinistraat 44.



Deelgenoten Oss

Voor info: Sonja Haven tel. 06-106 497 10



AEON Fysiotherapie

- Fysiotherapie
- Ontspanning
- Acupressuur
- Oedeemtherapie



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