

# K l e t s p r a a t

Nieuwsbrief van Stichting Ruilhandel Oosterhout

## Ontmoetingsavond dinsdag 18 september



De volgende avond is op dinsdag 18 september van 20 tot 22 uur in Activiteitscentrum De Bunthoef, Bloemenhof 2 in Oosterhout. Deze avond staat in het teken van bewegen.

Tijdens een de ontmoetingsavond kun je kennis maken met andere deelnemers, je kunt informatie krijgen over onze club, ruilafspraken maken of hulp krijgen bij je keetjesadministratie.

Je bent van harte welkom!. Neem gerust kennissen, burens of vrienden mee. De avond is openbaar en dus voor iedereen vrij en gratis toegankelijk. De koffie en thee zijn voor onze rekening.

Heb je geen vervoer? Laat het ons weten: 06-40290832

	ONTMOETINGSVONDEN	LOCATIE	BESTUURSVERGADERINGEN
	van 20.00 – 22.00 uur		van 20.00 – 22.00 uur
september	dinsdag 18 september	De Bunthoef	donderdag 27 september
oktober	maandag 15 oktober	Dommelbergen	dinsdag 23 oktober
november	dinsdag 20 november	De Bunthoef	dinsdag 27 november
december	maandag 17 december	Dommelbergen	donderdag 20 december

Nieuws van de activiteitencommissie



De volgende ruilclubavond op dinsdag 18 september in de Bunthoef heeft als thema BEWEGEN. We willen jullie kennis laten maken met 2 vormen van bewegen nl. THAI CHI/ QIGONG en BIODANZA.

De workshop Thai Chi /Qigong wordt verzorgd door onze deelnemer Gerrie van Seeters. De sessie Biodanza is onder leiding van Ivonne de Hoon.

Trek makkelijke kleding aan en doe naar eigen kunnen mee. Er is natuurlijk ook gelegenheid elkaar te ontmoeten en bij te praten. Hopelijk wordt het weer een leuke, inspirerende avond.

**Aankondiging voor het Sinterklaasfeest.**

Het is nog vroeg, maar de pepernoten liggen alweer in de winkel en wij willen jullie alvast attenderen op de komende Sinterklaasavond op dinsdag 20 november a.s. in de Bunthoef.

Omdat het vorig jaar een succes was, willen we ook dit jaar weer waardebonnen aan elkaar geven i.p.v. cadeautjes. We roepen iedereen op, alvast een leuke dienst/activiteit te bedenken, die je cadeau wilt geven aan een ander en die niet bij jouw aanbod op de site staat.

Met jullie inzet wordt het vast weer een geslaagde avond!

Stuur ons gerust een mail: [activiteiten.ruilhandel.oosterhout@outlook.com](mailto:activiteiten.ruilhandel.oosterhout@outlook.com)

## Keetjes in ruil voor een verrassing

Een aantal deelnemers vindt het moeilijk om Keetjes te verdienen. Daarom bood Rob (001) gratis Keetjes aan in ruil voor een verrassing.

'Ik had niet gedacht dat er zoveel mensen reageerden', zegt Rob. 'Maar de meesten die reageerden hadden best veel Keetjes, soms zelfs nog meer dan ik. Een aantal daarvan hou ik nog even in gedachten', zegt hij lachend. Bij voorkeur is hij op zoek naar mensen die 0 Keetjes hebben, die kunnen dan iets aanbieden om vervolgens zelf ook af te kunnen nemen. Zijn grens ligt nu op 100 Keetjes.

Op 30 augustus werd Rob verwacht door Gerrie (032) in Raamsdonksveer. Gerrie is deelnemer vanaf het eerste uur en mag gerust een 'veelruiler' genoemd worden. Zij zit absoluut in de top 10 van ruilers. En dan toch zo weinig punten? Jazeker, haar vraag en aanbod zijn altijd mooi in balans. Ze verdient punten en maakt ze ook op, want Keetjes moeten net als geld gewoon rollen 😊.

Omdat Gerrie een veelzijdige vrouw is, was het voor Rob een verrassing welke van haar vele talenten ze zou aanspreken. 'Tijdens de ontmoetingsavond hoorde ik haar grappen maken met een andere deelnemster, dat maakte het extra spannend', aldus Rob.

Hij werd verrast met een Shiatsu-massage. Shiatsu is gebaseerd op westerse kennis over anatomie en fysiologie, maar niet op de westerse vormen van therapie. Shiatsu wordt gebruikt bij onder andere rugpijn, migraine en whiplash. Bij Shiatsu worden de duimen, handpalmen en vingers gebruikt om druk uit te oefenen op bepaalde plaatsen op het lichaam. Hierbij wordt door de behandelaar niet met spierkracht gewerkt maar wordt het eigen lichaamsgewicht gebruikt om druk uit te oefenen. Deze vorm van massage wordt over je kleren heen gegeven. Je ligt op een matras of een matje.



Gerrie nam de rug, de achterkant van de benen en de voeten van Rob goed onder handen. 'De druk werd langzaam opgevoerd. Een rustige start en een heftig einde', verklaart Rob. 'Desalniettemin dommelde ik af en toe in. Het was een erg ontspannende ervaring. Een aanrader. Met de auto ben je in 10 minuten en met de fiets binnen 25 minuten in Raamsdonksveer, dus zo ver weg is het niet'.

Wil jij ook een keer kennismaken met Gerrie (032) of met haar aanbod? Bekijk dan haar profiel in Cyclos. Heb jij minder dan 100 punten en wil jij ook Keetjes verdienen door Rob (001) te verrassen? Neem dan gerust contact met hem op.



Duurzame Markt 13 oktober



Dit jaar organiseert de Werkgroep Oosterhout Duurzaam voor de derde keer de Duurzame Markt. Dit keer op zaterdag 13 oktober van 11 tot 16 uur in Winkelcentrum De Arendshof.

Net als vorig jaar is ook de Ruilhandel present met een kraam. Samen met zo'n 25 andere organisaties en bedrijven die zich bezighouden op het brede gebied van duurzaamheid. Denk hierbij aan het Repair Café, het IVN, een imker, tweedehands kleding, biologisch voedsel, elektrische auto's, recyclekunst, zappers, zeewier, zonne-energie, warmtepompen en nog veel meer.

Oosterhout Duurzaam is online te vinden op: [www.oosterhoutduurzaam.nl](http://www.oosterhoutduurzaam.nl) en natuurlijk op Facebook ([www.facebook.com/oosterhoutduurzaam](https://www.facebook.com/oosterhoutduurzaam)) en Instagram ([www.instagram.com/oosterhoutduurzaam](https://www.instagram.com/oosterhoutduurzaam)).



We zien je graag op de markt.



### Kwartet duurzaamheid

De Groene Kerk heeft een kwartet spel rondom duurzaamheid ontwikkeld. In het kwartet komen verschillende vormen van duurzaamheid aan bod (zie foto). Zo is er onder andere een kaart over de Ruilhandel, het Repair Café en over zappers.

Het kwartet spel is voor € 5,00 te koop op de Duurzame Markt.

## Info, weetjes en tips

Ken je iemand die interesse heeft in de ruilhandel? Meld hem/ haar aan bij het bestuur of nodig deze persoon uit op de komende ontmoetingsavond. Bel 06-40290832.

## Repair Café

Kom met je kapotte spullen op zaterdag 29 september 2018 tussen 10 en 14 uur naar activiteitscentrum De Bunthoef Bloemenhof 2, Oosterhout.

Uiteraard ben je ook welkom voor de gezelligheid of als vrijwillige klusser.

Kijk voor meer informatie over het Repair Café op: [www.repaircafe-oosterhout.nl](http://www.repaircafe-oosterhout.nl).

## Meuk is leuk

Spullen een tweede leven geven door ze te repareren, hergebruiken of verkopen is erg duurzaam. Bovendien erg fijn voor je portemonnee. De laatste jaren zijn er honderden commercieel tweedehands winkels gestart, zijn er in de regio tientallen rommelmarkten, kofferbakverkopen en 'garage-sales'. Kijk op de website [www.meukisleuk.nl/agenda/noord-brabant](http://www.meukisleuk.nl/agenda/noord-brabant) voor een overzicht van de markten met tweedehands spullen in Noord-Brabant.



## Spreekhalftuur / Cyclos

Heb je vragen over de ruilhandel, over ruilen, over Keetjes of over het administratieprogramma Cyclos? Kom dan naar de ontmoetingsavond. Het eerste half uur is er altijd een bestuurslid met een computer aanwezig dat je graag helpt. Heb je al eerder een vraag? Laat het ons weten: bel 06-40290832.

## Heb jij een verhaal of een leuke tip?

Heb jij kopij voor in onze nieuwsbrief? Stuur die dan **vóór 1 oktober** naar Rob ([info@robbeckers.nl](mailto:info@robbeckers.nl)).

## Informatienummer bestuur

Bel voor vragen, tips, hulp, vervoer, wil je Keetjes overboeken, enzovoorts; ons informatienummer is **06-40290832**.

## Het bestuur

Het bestuur in alfabetische volgorde:

Gemma Smeets	(lidnr. 002) lid
René Riksen	(lidnr. 106) penningmeester, Cyclos
Rob Beckers	(lidnr. 001) voorzitter, communicatie
Sylvia Bodbijn	(lidnr. 036) lid, deelnemerscontacten
Theo van Drunen	(lidnr. 115) secretaris

Mail	<a href="mailto:ruilhandeloosterhout@gmail.com">ruilhandeloosterhout@gmail.com</a>
Internet	<a href="http://www.ruilhandeloosterhout.nl">www.ruilhandeloosterhout.nl</a>
Twitter	<a href="https://twitter.com/LETSoosterhout">www.twitter.com/LETSoosterhout</a>
Facebook	<a href="https://www.facebook.com/ruilhandeloosterhout">www.facebook.com/ruilhandeloosterhout</a>