

VLU OVERVAAL

NUUSBRIEF / NEWSLETTER

JAARGANG 30 • VOLUME 2 • JUNIE/JULIE 2024 • YEAR 30



TEMA 2024 THEME

**LEEF IN VOLKLEUR
LIVE IN FULL COLOUR**

Nino M

VLU HOOFKANTOOR / WAU HEAD OFFICE

076 431 2250 vluovervaal@gmail.com

Eenheid/Unit 13, Central Office Park,
Jeanlaan 257 Jean Avenue, Centurion, 0157

Kantoorure / Office hours:
Maandag & Dinsdag 08:00 - 13:00/
Monday & Tuesday 08:00 - 13:00

President

Barbara Nell

076 194 1901 bnell@uegroup-sa.co.za

Sekretaris / Secretary

Mercia Coetzee

076 431 2250

vluovervaal@gmail.com

Streekvoorsitters / Regional Chairpersons

GOUDRIF Ronél Lombaard

083 659 7236 ronellombaard5@gmail.com

GOUE SUIDE Elize Coetzee

082 929 0874 pieter.coetzee@fastway.co.za

JAKARANDA Heléne Richter

082 377 9385 richterhw61@gmail.com

PRETORIA Sally Ferreira

072 181 6448 sally@mstrading.co.za

WITWATERSRAND Adri van Niekerk

082 556 2984 busdiens@gmail.com

Redakteur / Editor - Tina Ainslie

082 401 5140 tina@vwweng.co.za

Skakelbeampte / Liaison Officer

Diana Keulder

076 645 8038

skakelbeampteovervaal@gmail.com

VLU Overvaal Bankbesonderhede / Banking detail:

VLU Overvaal, ABSA Centurion

Tjekrekeningnommer 210153519 Current account

Bewys van betaling aan / Proof of payment to:

076 431 2250 vluovervaal@gmail.com

*Verskaf besonderhede soos naam, tak, streek,
provinsie en waarvoor deposito is / Provide full de-
tails of the deposit i.e. name, branch, region,
province and what the payment is for.*

ONDERSTEUN ONS ADVERTEERDERS!

Voorbladfoto / Cover photo

Marioandreolini@marioandreolini

VLU OVERVAAL

Non-profit Org.: 010-582 NPO

nuusbrief | newsletter

JAARGANG 30 • VOL 2 • JUNIE/JULIE 2024 • YEAR 30

Boodskappe / Messages:

• President - Barbara Nell	3
• ACWW / WBPV	4
• SAVLU Kongres-uitnodiging	5

Uit Hoofkantoor / From Head office

• Belangrike datums & projekte	6
• Rekenaarkursusse	7
• Kuier & Craft-oggende	8
• Rolkem geborgde kompetisie	9
• Kongresuitnodiging	11
• Kongresprogram	12
• Beskrywingspunte	13

Streeknuus / Regional News:

• Goudrif	14
• Goue Suide	18
• Jakaranda	23
• Pretoria	32
• Witwatersrand	41

Artikels

• Bromvoëls	38
• Heading to the clouds	40
• Chelsey Blommeskou	47
• Produk van die Jaar: Koeksoda	49

Dit & Dat / This & That

• Dip 'n Ouma	49
• Boek: Vibrant History of How We Catalogue Colour	17
• The Staccatos	17
• Reseppe / Recipes	50

Redaksioneel

Dis winter en nie my geliefkoosde seisoen nie maar dit is deel van die jaar en soos met alles, waardeur ons nie iets wanneer ons dit het nie - ons verlang altyd na iets anders... Waarna ons wel kan uitsien is die Kuier & Craft-oggende, kongres met die Staccatos en vele meer. Takke leef beslis na buite en reik oral uit. Iemand sê nou die dag iemand moet nie vra: "wat doen die VLU vir my nie?" maar wel "wat kan ek vir die VLU doen?" Dit is wanneer dinge na buite gebeur en wanneer die persoon self ook verruk word. Van die "I can can"-projek word oral oor berig en as ons die vreugde en vertroosting daarvan kan beleef, sal geen moeite te veel gewees het nie. Soos op die agterblad geïmpliseer, gaan doen en wees jy die verskil wat jy wil sien.



Groetnis, Tina

Overvaal-Nuus word aan die opvoeding van die volwasse vrou gewy. Dit is die amptelike nuusblad van VLU Overvaal. Menings wat in hierdie nuusblad uitgespreek word, is nie noodwendig dié van die Unie nie. Brieue, foto's en bydraes ontvang vir publikasie word geplaas met die veronderstelling dat toestemming van die betrokke persone op die foto's en bydraes verkry is.

Overvaal News is devoted to the education of adult women. WAU News is the official journal of WAU Overvaal. Opinions expressed in this newsletter are not necessarily those of the Union. Letters, photos and contributions received for publication are placed with the assumption that people reflected gave permission for it to be used.

Goeiedag lieue dames

Ons staan al amper aan die einde van herfs, met winter om die draai. Herfs is die seisoen waar ons 'n knapsak pak vir die winter wat voorlê. Die seisoen waar ons herbesin oor wat belangrik is in ons lewe. Daar is ook 'n sekere vryheid daaraan om die dinge waaraan ons so swaar dra, agter te laat, want die winter het nie plek vir oormatigheid nie. Herfs vra vir herkenning en introspeksie. Dit is 'n asemteug wat ons tot stilstand bring tussen somer en winter. Winter is weer sinoniem met vernuwung en groei. Dit is die tyd vir terugblik, waardering en aanvaarding. 'n Tyd om rustig ons batterye te herlaai en asem te skep.

Spring passes and one remembers one's innocence.

Summer passes and one remembers one's exuberance.

Autumn passes and one remembers one's reverence.

Winter passes and one remembers one's perseverance."

— Yoko Ono —

Daar is soveel opwindende aktiwiteite wat by VLU Overvaal voorlê.

Die rekenaarkursusse bied steeds aan lede die geleentheid om hul vaardighede te ontwikkel deur materiaal wat spesiaal vir ons VLU-lede ontwikkel is. Die kursusse word nou uitgebrei na Word en Excel programme. Sien p.8 vir meer detail maar hou asseblief die kommunikasiegroepe dop vir belangrike inligting hieroor. Die besprekingsvorme wat die kursusinhoud uiteensit is ook op hierdie groepe beskikbaar.

Ons beplan ook twee Klets en kuier/craft-geleentheid. Op 19 Julie en 27 September gaan ons nuwe vaardighede aanleer terwyl ons heerlik saamkuier. Hierdie oggende was verlede jaar baie gewild, bespreek dus betyds om teleurstelling te voorkom. Die inskrywingsvorme vir 19 Julie is reeds uitgestuur. Kom kuier en speel saam!

Ek is baie opgewonde oor 'n damesoggend wat VLU Overvaal en Rolkem gaan aanbied op Saterdag 3 Augustus. Glo dit as julle wil, ons gaan ons eie naellak en oogskaduwee maak! Dit is 'n unieke en opwindende aktiwiteit wat ons wyd gaan bemark. So kan vroue buite die VLU sien wat ons doen. Vertel al jul vriende en familie. Meer inligting sal binnekort versprei word.

VLU Overvaal se kongres is ook om die draai. Die kongres is ons jaarvergadering waar ons belangrike besluite neem maar die geleentheid word ook geskep om saam te luister, leer en kuier. Die bekende voedselkonsultant, Annelien Pienaar, kom ons leer om reg te proe in 'n praktiese demonstrasie. Ons gaan ook terug na die 60's tydens ons aandfunksie met die Staccato's. Ja julle het reg gelees. Hulle kom kuier met treffers soos "Cry to me" asook "Butchers & Bakers" (sien p10 &15). Kry julle uitrustings reg en trek julle dansskoene aan. Ons sien baie daarna uit om julle op Kongres te ontvang.



Herfs is eintlik net
'n skakering van GROEN
waar wysheid en insig
tot 'n nuwe kleur versoen
die rooibruin, geel, oranje, pers en grys
slegs tinte van immer-vars-genade aan
die mens bewys

Herfs is eintlik net 'n ander naam vir MOOI
waar naakte Skoonheid
haar sluier voor die Koning strooi
die koningin geleë in goue bruidsbrokaat
veelkleurig dans
in woordelose lof gewaad



Herfs is eintlik net
'n sinoniem vir Groei
Waar sonneblom-gesigte
eens glorie-geel in bloei
finaal sou draai en buig, afwagtend hang
'n vol seisoen se sonkrag
In oestyd-pitte vasgevang
Mag hierdie seisoene vir julle vrede en rustigheid
bring.

- Soekie Sandra Krog

Mag die seisoene van herfs en winter vir elke VLU-lid
vrede asook vreugde bring.

Tot ons weer gesels

Groete
Barbara





Moeg vir ernstige posering! UB in vrolike luim: Voor: Diana Keulder (skakelbeampste), Mercia Coetzee (sekretaris), Barbara Nell (president), Nina Nel (visepresident), Adri van Niekerk (streekvoorsitter Witwatersrand)

Agter: Tina Ainslie (redakteur), Ronél Lombaard (Streekvoorsitter Goue Suide), Sally Ferreira (streekvoorsitter Pretoria-streek), Elize Coetzee (streekvoorsitter Goue Suide), Helène Richter (streekvoorsitter Jakarandastreek) & Almarie van den Berg (kompetisiesameroeper)

WÊRELBOND VAN PLATTELANDSE VROUE: (ACWW) VLU OVERVAAL: 'N NUWE FASE VAN SAMEWERKING



Tydens hul kongres in Augustus 2023 het die VLU Overvaal besluit om hul band met die Associated Country Women of the World (ACWW) te herdefinieer deur slegs geaffilieer te wees onder die vaandel van die Suid-Afrikaanse

VLU (SAVLU). Hierdie besluit is breedvoerig bespreek en deur die meerderheid van die lede goedgekeur, wat aandui dat daar 'n sterk konsensus onder die organisasie se leierskap was.

Die geaffilieerde status onder SAVLU se vaandel bied 'n geleentheid vir gesamentlike aksie en samewerking met ander vroue-organisasies in Suid-Afrika. Dit behou die organisasie se kapasiteit om die belange van vroue in gemeenskappe verder te bevorder. SAVLU se president het egter een stem namens SAVLU alleenlik by ACWW. Die besluit van Overvaal kan later weer in heroorweging geneem word.

Terwyl die VLU Overvaal nie meer 'n onafhanklike verteenwoordiging by ACWW het nie, bly die organisasie steeds 'n aktiewe deelnemer in die internasionale arena deur sy affiliasie met SAVLU. Hierdie affiliasie bied steeds die geleentheid vir die uitruil van idees, hulpbronne en beste praktyke met vroue-organisasies regoor die wêreld.

VLU Overvaal bly verbind tot samewerking en koördinasie met ander vroue-organisasies. Dit bied steeds geleenthede vir groei in die organisasie, terwyl dit steeds sy missie van die bevordering van vroue se belange handhaaf.

VLU Overvaal sal voortgaan om 'n positiewe impak te maak op die lewens van vroue en gemeenskappe. Die organisasie bly 'n belangrike steunpilaar vir vroue en sal voortgaan om 'n betekenisvolle rol te speel in die bevordering van hul belange en welstand. Enige individu kan in haar persoonlike hoedanigheid nog steeds aan ACWW behoort.

- Lilian Bierman, De Wildttak

YOU ARE CORDIALLY INVITED
TO ATTEND OUR TRI ANNUAL

SAWAU Congress



23 & 24 October 2024
Bolivia Lodge,
Polokwane, Limpopo

Electronic registration opens 10 June 2024

Wednesday 23 Oct.
R 750 p/p
Registration & Refreshments
from 7:30

Gala evening
R 500 p/p
18:30 for 19:00
Attire: Formal
Guest artists:
Jannie Moolman
Alwyn Oberholzer

Thursday 24 Oct.
R 700 p/p
Registration & Refreshments
from 7:30

Guest speakers
Johannes de Villiers
Annelien Pienaar
Tom Hurter
and many more

Come see how ordinary people make a difference.

INLIGTING VANUIT HOOFKANTOOR

Affilasie- en projekfooie is betaalbaar vir die tydperk 1 Januarie tot 31 Desember 2024. Affiliation fees and project funds are payable for the period 1 January – 31 December 2024	AFFILIASIEFOOIE Vooruitbetaalbaar / AFFILIATION FEES Payable in advance	
	Affilasiefooie / Affiliation fees (voljaar / full year) (halfjaar / half year)	R180.00 R90.00
	Projek- en ander fondse / Project- and other funds (voljaar / full year) (halfjaar / half year)	R20.00 R10.00
	Totaal / Total Halfjaar / half year	R200.00 R100.00

ADVERTENSIES

Alles in **kleur** en in **A4 formaat**.

Advertensiekoste is die volgende:

- A4 volblad R900 (3 uitgawes per jaar)
- ½ blad R450 (3 uitgawes per jaar)
- ¼ blad R250 (3 uitgawes per jaar)
- Visitekaartjie-grootte R120 (3 uitgawes per jaar)

Die advertensie kan in jpg-, pdf- of pub-formaat gestuur word.

'n Faktuur sal verskaf word vir die advertensie en betaling kan gemaak word aan:

VLU Overvaal, ABSA Centurion

Tjekrekeningnr: 210153519

Verwysing: Besigheid se naam + advertensie

Stuur asseblief 'n bewys van betaling aan vluoovervaal@gmail.com

Stuur die advertensie na die redakteur sowel as na die Hoofkantoorsekretaris met bewys van betaling



Overvaal Omgeeprojek: SAVF 2024

Bydraes van toiletware, haarbenodigdhede, skryfbehoeftes, onderklere & sokkies vir seuns en dogters word gevra. Die projek strek tot met die datum van Kongres 2024 (einde Augustus)

DIE WAARDE VAN BESKRYWINGSPUNTE:

Die VLU het deur die jare baie met beskrywingspunte wat deurgevoer is, bereik. Malieveldstreek in Mpumalanga het in die argiewe gaan grawe en hier is 'n paar:

- Stigting van die Vroue Leërkollege in George
- Sykouse in verskillende groottes
- Versterking tussen die bene in broekiekouse (pantyhose)
- Rondreisende biblioteke in plattelandse dorpe
- Die begin van Tuisnywerhede
- Ligte en strepe op swaarvoertuie om hulle hoogte en breedte meer sigbaar te maak
- Glimstrepe aan die sykante van treine vir sigbaarheid by spoorroorgange
- Spoedwalle en sirkels in woonbuurte
- 4-Rigting stop- en toegeetekens word ingestel
- Kat-ogies op openbare paaie vir sigbaarheid snags
- Rook word in supermarkte se kosafdelings verbied
- Skoonmaaklappies by supermarkte se ingange
- Geen gratis plastieksakke in kettingwinkels om besoedeling te bekamp
- Die opstel van Handleidings vir Tentoonstellers en Beoordelaars
- Wioletjies onder wasmasjiene vir makliker beweging
- Weerkaatsende klere vir fietsryers snags
- Huishoudkunde as vak in hoërskole
- Subsidie aan boere t.o.v. kragverbruik

BELANGRIKE DATUMS 2024

- **BEURSAANSOEKE** : 30 Junie (keerderdatum)
- **KUIER & CRAFT 1** : 19 Julie
- **DAMESOGGEND** : 27 Julie
- **KONGRES** : 28 & 29 Augustus
- **KUIER & CRAFT 2** : 27 September
- **SAVLU KONGRES** : 23-24 Oktober 2024 te Bolivia Lodge, Polokwane
- **BYDRAES VIR OVERVAAL NUUS:**
: 18 Oktober



SAVLU verkoop hierdie mooi drinkglase (tumblers) vir 'n fondsinsameling. Dit sal na die Overvaal-kongres in Augustus gebring word. Indien iemand dit vroeër wil hê, kan hulle reël vir Pudo-aflewering vir besteller se koste.

Organisasies kan hulle embleem daarop laat aanbring.

Bestelvorms is by tak- en streekvoorsitters beskikbaar. Koste wissel en is op die bestelvorm aangedui.

VIR navrae, kontak: tres@savlu.co.za of president@savlu.co.za



VLU OVERVAAL REKENAARKURSUSSE

Hier is die wonderlikste geleentheid wat die VLU-lede te beurt geval het! Alta is self 'n VLU-lid en het gesien wat die behoefte is en haar dienste aangebied. Die VLU het die fasiliteite en nou moet die lede net inskryf en die geleentheid benut!

Die beplanning sal aangepas word soos die belangstelling is maar voorlopig word **Basies-1-kursus** 1 keer per kwartaal beplan. Hierdie is die heel basiese touwys-maak hoe om jou rekenaar te gebruik.

Basies-2 is Windows & File Explorer en dit word vir maandeliks beplan. Dit is rekenaargeletterdheid: Windows basies en Organiseer Lêers en vouers (File Manager)

Daarna is dit **Word-1**: Fundamentals (Introduction to Word). The basic skills to create documents using Microsoft Word.

Word-2: Formatting paragraphs & Pages.

Excel-1 (Fundamentals) & **Excel-2** (Basic Formula & Functions, Spreadsheet View, Spell Check & Printing) en nog later ander programme soos PowerPoint, sodat elkeen die basiese kennis daarvoor het en dit agterna kan gebruik!

Daar is egter **BEPALINGS EN VOORWAARDES** om alles vlot te laat verloop en hier is soveel inligting as moontlik:

Plek: Eenheid 13, Central Office Park, 257 Jeanlaan, Centurion (VLU Overvaal Hoofkantoor).

Tyd: 9.00 vir 9.30 tot 13.30.

Verversings: Koffie en tee is beskikbaar. Ander verversings moet elkeen self saambring.

Koste: R150 - R200 per kursus (sien tabel hierlangs). Dit is vir die lokaal, handleiding en opleiding.

Inskrywings: per Googlevorms beskikbaar by jou takvoorsitter of by Mercia by Hoofkantoor.

Betaal: Elektronies aan VLU Overvaal betaalbaar met bespreking.

ABSA bank, Tjekrekening
 Rekeningnommer: 210153519
 Takkode: 632005

LW: Jou bespreking sal BEVESTIG word met betaling van kursus.

KURSUSDATUMS: 2024 Junie & Julie

KURSUS	DATUMS	KOSTE
Basies-1		R150
File Explorer	21 Junie	R170
Word-1	24 Junie (vol bespreek) 29 Julie	R170
Word-2	28 Junie 4 Julie	R200
Excel-1	18 Junie 8 Julie	R200
Excel-2	1 Julie 22 Julie	R200

'n Volledige uiteensetting (outline) van die kursusse word op die Google-vorms gegee

BEPALINGS EN VOORWAARDES

- Al die rekenaarkursusse wat ná Basies-1 en Basies-2 aangebied word, aanvaar dat mense oor daardie basiese vaardighede beskik.
- Word, Excel en PowerPoint is Microsoft Office programme. Vir daardie klasse moet mense die programme reeds op die skootrekenaar (laptop) geïnstalleer hê. Libre Office en Google Docs en Google Sheets se koppelvlakke (Ribbon / Toolbar / Menu) verskil te veel om dit in dieselfde klas te probeer hanteer.
- Daar word nie persoonlike konsultasie tydens 'n klas gedoen nie.
- Toepaslike vrae van belang vir die hele groep word steeds verwelkom en beantwoord.
- Daar word nie net vir 1 persoon klas gegee nie.
- Mercia Coetzee sal in die gevalle waar daar net een persoon is, met die persoon kommunikeer en vra of sy kan herskeduleer of probeer om 'n vriendin/vriend saam te bring.
- Die klas word met bespreking betaal.
- Kansellering kan tot 1 kalenderweek voor 'n klas gedoen word. Indien 'n kandidaat een week vooraf kanselleer, kan dit herskeduleer word.
- Indien daar met minder as een week gekanselleer word, word die betaling verbeur tensy dit werklik 'n noodgeval is.
- Handleidings is deel van die opleiding en sal nie afsonderlik verkoop word nie.



KUIER EN CRAFT OGGEND

19 JULIE 2024

R150.00



Voortrekker Saal, Friederich str. 149, Wierdapark

RSVP VOOR 12 JULIE

Besprekings sal in takverband per goolevform geskied.

Meer inligting sal na registrasie bekend gemaak word.

SIEN ONS JOU HIER ?
EN HIER...?



“

The most beautiful makeup of a woman is passion. But cosmetics are easier to buy.

- Yves Saint Laurent

KOM ONS VIER VROUWEES

Bederf jouself 'n heerlike mooi maak werkswinkel so net voor vrouemaand. Kom meng pigmente, kuier saam en geniet 'n dag vol prag.

Leer hoe om pigment te kombineer om jou eie, unieke naellak en oogskaduwee te maak!

Saterdag 27 Julie | 10 uur
AGS Hartsion Gemeente Bapsfontein
Koste R350

Besprekings Mercia 0764312250 of e-pos vluovervaal.co.za

Dagboek die datum:



Aangebied deur VLU Overvaal en Rolkem

27
September
2024

As jy die 19 Julie een nie kan bywoon nie, reserveer 27 September. Nog 'n heerlike saamkuier, klets en handvaardighede gaan by NG Kerk Nigel aangebied word.

DIE LEKKERTES HOU NIE OP NIE...

Sien die heerlike geborgde kompetisie wat by Kongres plaasvind op die volgende bladsy. Hierdie is die ryglyne - begin dus nou dadelik beplan in

VOL KLEUR!

THE MOST VERSATILE COLOURS
ROLKEM
EXPRESSION IN COLOUR
The Most Versatile Colours

Riglyne en Reëls vir Leef in Volkleur Koekkompetisie

1. Deelnemers:

- Die kompetisie is oop vir amateurbakkers en koekversierders van alle ouderdomme wat 'n lid van die Vroue Landbou Unie Overvaal is.
- Indien u nie 'n lid is van die VLU, is dit dan nou 'n gulde geleentheid om deel van hierdie dinamiese vrouevereniging te word.
- Deelnemers kan as individue of as deel van 'n span (indien van toepassing) inskryf.

2. Tema:

- Alle koeke moet aan die tema van "Lewe in volkleur" of "Kleurontploffing" voldoen.
- Kreatiwiteit in die interpretasie van die tema word aangemoedig.

3. Koekvereistes:

- Koeke moet tuisgemaak wees en geen voorafvervaardigde koeke of blikmengsels (premises) word toegelaat nie.
- Elke koek moet 'n minimum van 8 duim (20 cm) in deursnee wees of 'n ekwivalente grootte indien in 'n ander vorm.
- 'n Enkellaagkoek word gevra. 'n Vrugtekoek is toelaatbaar.

4. Kleur en Versiering:

- Koeke moet 'n lewendige en kleurrike voorkoms hê.
- Slegs ROLKEM Kleursels en ROLKEM Aah-Roma Geursels mag gebruik word om die beslag asook die versierings mee te kleur, versier en te geur.
- Geen nie-eetbare versierings word toegelaat nie.

5. Beoordelingskriteria:

- Versiering: (60%)
- Kreatiwiteit en oorspronklikheid in die interpretasie van die tema (15%)
- Vaardigheid in koekversiering, insluitende versieringskonsistensie en gladheid (15%)
- Gebruik van kleur en visuele impak (20%)
- Algehele aanbieding en netheid (10%). Gebak: (40%)
- Smaak en geur (25%)
- Tekstuur (15%)

6. Indiening:

- Elke deelnemer/span moet hul koek by die aangewese registrasietyd op die kompetisiedag indien.
- Koeke moet op 'n stewige basis uitgestal word en moet maklik vervoerbaar wees.

7. Vertoon en Hantering:

- Koeke sal regdeur die geleentheid uitgestal word.
- Deelnemers is verantwoordelik vir die opstelling en verwydering van hul koeke en moet verseker dat dit heel en vertoonbaar bly. (LW: Streekvoorsitters gaan nie die koeke vervoer nie - President)

8. Algemene Inligting:

- Deelnemers moet 'n lys van gebruikte bestanddele in hul koeke verskaf om kongresbywoners met voedselallergieë of dieetbeperkings te akkommodeer.

9. Pryse:

- Pryse sal toegeken word vir eerste, tweede en derde plek gebaseer op die beoordelingskriteria.
- 'n Spesiale eerste prys sal ook toegeken word vir die "Mees kreatiewe gebruik van kleur en geur".

10. Beoordelaars:

- Die beoordelingspaneel sal bestaan uit ervare bakkers, koekversierders en kulinêre kenners.
- Beoordelaars se besluite is finaal.

11. Etiese Riglyne:

- Plagiaat of die kopie van ontwerpe sal tot diskwalifikasie lei.
- Deelnemers moet die reëls en besluite van die organiseerders en beoordelaars respekteer.

12. Fotografie en Media:

- Deelnemers gee toestemming dat hul koeke gefotografeer mag word en in promosies van die geleentheid en mediadekking vertoon te word, asook om op sosiale media vertoon te word.

13. Veiligheidsoorwegings:

- Koeke moet veilig vir verbruik wees, met behoorlike higiëne en sanitasiepraktyke tydens voorbereiding.

Hierdie riglyne en reëls is daarop gemik om 'n regverdige en aangename kompetisie vir alle deelnemers te verseker terwyl hulle hul kreatiwiteit en talent in koekversiering uitstal. Aanpassings kan gemaak word gebaseer op spesifieke geleenthede se vereistes of plaaslike regulasies.

PRYSE:

- ◇ Hou die spasië dop. Dit gaan binnekort gekommunikeer word.

Kom kuier saam!
VLU Oewervaal se jaarlikse Kongres

Plek: **Meulstroom Lodge**
Datum: **28 – 29 Augustus 2024**

Voorlopige Program:

Woensdag 28 Augustus

Proe – Annelien Pienaar

Leef in volkleur – Rolkem

Aandfunksie – Feeling Groovy met The Staccatos

Donderdag 29 Augustus

Serpe – Sandra Taljaard

Spreker – Naas Grové

Die volledige program sal volg.

VLU OVERVAAL KONGRESPROGRAM

WOENSDAG 28 AUGUSTUS

7:00 – 8:45 Registrasie

Koffie, tee met broodjies

Begin stiptelik 9:00

Vaandelparade

Orde en konstituering

Skriflesing en Gebed

Verwelkoming en voorstelling

Huldebetuiging

Amptelike Opening

Geleentheidspreker - Annelien Pienaar

Afskeid en verwelkoming

Welwillendheidtoekennings

Lidmaatskaptoekennings

Aankondigings en Bedankings

Tafelgebed

MIDDAGETE

Orde en konstituering van die 29ste Algemene Jaarvergadering van VLU Overvaal

Aanbieding – Leef in Volkleur – Rolkem

Notule van VLU Overvaal Kongres 2023

Redaksionele verslag

Finansiële verslag

Jaarverslag

Skakelverslag

Aankondigings en Bedankings

TEE

Aandfunksie - Feeling Groovy - The Staccatos



DONDERDAG 29 AUGUSTUS

Koffie en tee vanaf 7:00 beskikbaar

8:00 Ontbyt

Begin stiptelik 9:00

Orde en konstituering

Opening

Spreker - Sandra Taljaard

Beskrywingspunte

Verkieping/gelukkige trekking

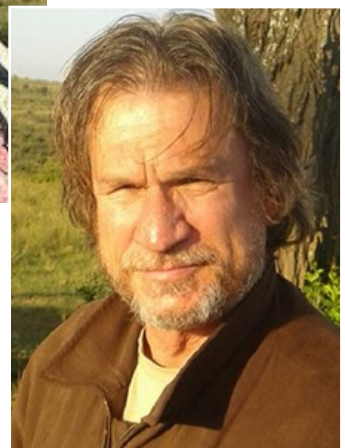
Spreker - Naas Grové

Prysuitdeling

Aankondigings

Bedankings en tafelgebed

Afsluiting



TOEBROODJIES SAL NA AFLOOP VAN DIE KONGRES BESKIKBAAR WEES

Hierdie program kan op kort kennisgewing gewysig word

Beskrywingspunt 1:

VLU VAN RIEBEECKTAK, Pretoriastreek, Overvaal provinsie, rig die volgende versoek aan die Uitvoerende Bestuur van VLU Overvaal:

VOOROPGESTELDE RESOLUSIE: WYSIGING VAN LIDMAATSKAPTOEKENINGS OM 'n VYF (5) JAAR TOEKENNING IN TE SLUIT.

Punt 10 van AFDELING C van die VLU OVERVAAL GRONDWET (2024) lui as volg:

Lede van die Organisasie of SAVLU ontvang erkenning vir getroue lidmaatskap na elke tien jaar.

Voorstel:

Lede van die Organisasie of SAVLU ontvang erkenning vir getroue lidmaatskap na vyf (5) jaar lidmaatskap en 10 jaar en daarna elke tien jaar.

Motivering: Om vrywilliglik aan enige organisasie te behoort in die huidige milieu, is 'n noemenswaardige mylpaal om te bereik. 'n Organisasie soos die VLU benodig die aansluiting van nuwe lede wat deel bly van die VLU, om sodoende die voortbestaan van die organisasie te verseker.

Deur op Streekvlak erkenning te gee aan lede wat 'n 5-jaar termyn voltooi het, word 'n haalbare mylpaal gestel.

VOORSTELLER: Neva Kitching

SEKONDANT: Dorothy Gottschalk

DRAFT RESOLUTION: AMMENDMENT TO THE ACKNOWLEDGEMENT OF MEMBERSHIP IN THE ORGANISATION TO INCLUDE A FIVE (5) YEAR MEMBERSHIP RECOGNITION.

WAU VAN RIEBEECKBRANCH, Pretoria region, Overvaal province, directs this appeal to the Executive Committee of WAU Overvaal.

In SECTION C of the WAU Overvaal CONSTITUTION of 2024, Point 10 states that:

Members of the Organization or SAWAU receive acknowledgement for faithful membership after every 10 years.

Proposal:

That this be amended to:

Members of the Organization or SAWAU receive acknowledgement for faithful membership after five (5) years and then 10 years, thereafter every 10 years.

Motivation: An acknowledgement of membership after 5 years recognizes members commitment to the Organization after a shorter period and is more in keeping with the modern trends of early recognition of achievements.

PROPOSER: Neva Kitching

SECOND: Dorothy Gottschalk

Resolution 2:

WAU KROONBLAAR BRANCH, Pretoria region, Overvaal province, directs this appeal to the Executive Committee of WAU Overvaal:

DRAFT RESOLUTION: AMMENDMENT TO THE PRESCRIBED AGE FOR MEMBERSHIP OF THE ORGANISATION

In SECTION A of the WAU Overvaal CONSTITUTION of 2024, 4.1 states that:

Membership is open to women over the age of sixteen.

Proposal:

That this be amended to:

Membership is open to women from the age of fourteen (14).

Motivation:

The majority of WAU members are no longer young and we need to be proactively encouraging younger members to join. This amendment will allow branches to reach out to younger girls allowing them to become full members, before their schedules become too busy. Full membership confers a sense of belonging which encourages commitment.

PROPOSER: Jo-Ann Smit

SECOND: Ester Jardim

VOOROPGESTELDE RESOLUSIE: WYSIGING VAN OUDERDOM VIR AANSLUITING BY DIE VLU

Hierdie appèl word gerig aan die Uitvoerende Bestuur van VLU Overvaal

AFDELING A van die GRONDWET VAN DIE VLU OVERVAAL (2024) , Klousule 4.1 lui:

Lidmaatskap is oop vir vroue bo 16 jaar **Voorstel:**

Dat hierdie ouderdom aangepas word na:

Lidmaatskap is oop vir vroue bo veertien (14) jaar,

Motivering:

Ons jeug is die VLU-vroue van môre. Waarmee jy groot word, word jou kultuur. Indien ons dogters van 'n jong ouderdom af bekend en blootgestel word aan die VLU sal hulle as jong dames gemaklik en veilig voel in die VLU-milieu.

Met die uitfasering van huishoudkunde op skool word die dogters nie meer die basiese handvaardighede soos naaldwerk, borduurwerk, breiwerk en kookkuns geleer nie. Waar gaan u 'n beter leerskool vir hierdie vaardighede vind as by die VLU.

Dit sal ook die geleentheid skep vir dogter, moeder en ouma om saam aan hierdie aktiwiteite deel te neem en 'n liefde daarvoor te ontwikkel.

VOORSTELLER: Jo-Ann Smit.

SEKONDANT: Ester Jardim.

Onder: Emmie van Zyl, by Goudrif konferensie se voorportaalblomme deur Zenobia Bosch, beeld die tema "Leef in Volkleur" uit.



Tema: Blomontwerp in 'n raam



KONFERENSIE

Regs: Spreker, Anserie Badenhorst, met haar goudeel skoene, veelkleurige rok, was self 'n vrolike kleureprag. Sy praat oor Leef in Volkleur en Lag Elke Dag.



Bo: Lulu Pieterse, is aangewys as Staatmaker van die Jaar - 'n titel wat sy werklik waardig is.

Onder: Anna-Marie Axer (Nigel) ontvang trofee vir Handvlyt vir Loodglasverfwerk

Regs onder: Wilna Evens (Jasmyn) ontvang die trofee vir Gebak met 'n Marmerkoek

Ronél Lombaard, streekvoorsitter oorhandig trofees.



KEMPTON PARK

MENSEREGTEDAG

Kempton Park geniet hul "reg" van keuse om op Menseregtedag kreatief en produktief saam te kuier.

Marié Clarke, die voorsitter, nooi dames om teddies van katoenmateriaal te maak en aan Kaleideokerk se Barmhartigheidsprojek te skenk. In 'n heerlike terapeutiese samesyn sny sommiges teddies uit, ander stik kante toe, ander vul dit met watteersel en Zenobia Bosch verf die gesiggies daarop.

Op Goeie Vrydag word sowat eenhonderd teddies en sagte speelgoed aan Kinderhuiskinders in en om Kempton Park uitgedeel asook aan fisiese en verstandelike gestremde kinders. Die sagte speelgoed was 'n donasie en die kinders het ook nuwe truitjies en kleertjies gekry.

- Marina Bessinger, Skakelbeampte



BO: Kathy van Rensburg, André Joubert en Annatjie Olivier, 'n gas, wat sagte speelgoed geskenk het

Regs: Marié Clark met die beertjies.



Voor Magriet Fourie en André Joubert en agter is Zenobia Bosch.



PYNAPPELBOER IN WORDING

Ek het 'n pynappelkroon omtrent 3 maande in 'n bottel water gehad om wortel te skiet en in die lente van 2021 my pynappelplant in 'n groot pot geplant en die pot onder dak gehou. Dit het geen direkte sonlig gekry nie, maar wel skerp lig. Ek het die plant weekliks met piesangwater gevoed. Begin herfs 2023 merk ek dat my pynappelplant se kroon rooi begin verkleur en het gedink hy is besig om te vrek. Maar tot my grootste verbasing merk ek toe op dat daar 'n pynappeltjie in wording is. Ek was so opgewonde en het die plant meer begin vertroetel. Met ons Januarie 2024 vergadering moes ons 'n plant/blom bring wat ons self van 'n steggie gekweek het. (Die pynappel is dié plant se blom). Ek het my pynappelplant ingeskryf het 82% behaal en op 8 April 2024 het ek het my pynappel ge-oes. Wat 'n heerlike vrug was dit nie! Die plant stoot nou sy 2de loot uit. Ek is so opgewonde, ek wil nou net pynappels plant!

- Rina Grobler, Lid.





Hilda van Aswegen van Kempton Parktak, het op 25 Februarie 2024 haar 90 ste verjaarsdag met swier gevier. Sy is 'n jarelange flukse en ywerige VLU-lid wat 'n eerste plek by Goudrifstreekkonferensie behaal het vir haar breivaardigheid. Sy lees wyd, hekel, brei en maak pragtige onderklere. Sy kook en bak graag en het op takvlak eerste plek met haar Miami broodjie behaal. Hilda, met jou vrolike glimlag, is jy 'n inspirasie vir ons. Ons eer jou.

- Marina Bessinger, Skakelbeampte



Inspirasie idees vir die "I can can"-projek en ook die Seekat-projek. ook vol kleur / volkleur...



DEMENSIE

Die beste van my is weg.

Moenie my vra om te onthou nie.

Ek probeer, maar my gedagtes is 'n digte mis.

Ek vra vrae, oor en oor, hoopvol, desperaat dat die lig weer deur-breek.

Maar ek kan niks opdiep uit die voue van my brein nie.

Dis ewig ontwykend.

Het my geheue, my onthou van my lewe wat was, weggevlieg soos swaels wat wyk voor die koue wat kom?

Of is alles net baie diep begrawe in die middel 'n doolhof sonder begin en einde?

Ek kan ook nie meer prentjies in my kop skep oor my kinderjare-huis nie,

Of die plaas of my man nie, of my dorp of my vriende nie, nie eens meer van my ma of pa nie.

Ek kan my hulle nie meer verbeel nie

Ek onthou nie meer hul gesigte nie, hulle manier van praat en beduie nie.

My woonplek op die padkaart kan ek nie meer eien nie.

Waar is ek dan nou? Hoe vind ek my pad huis toe?

Waar is my huis? Waar bly ek?

Ek kry tyd en ruimte nie meer klein nie.

Ek hoor jy praat van plekke en mense

Maar ek kan my nie oriënteer nie.

Ja, ek is deurmekaarder as wat jy ooit kan verstaan,

Ek voel hartseer en verlore.

Moenie kwaad of ongeduldig word met my nie.

Ek kan nie help vir hoe ek nou optree nie al probeer ek hoe hard.

Die beste van my is weg.

Al wat ek werklik weet is dat ek jou nodig het

Om by my te wees elke dag elke minuut wat jy kan.

Moenie my verlaat soos my gedagtes wat nou noordwaarts getrek het nie.

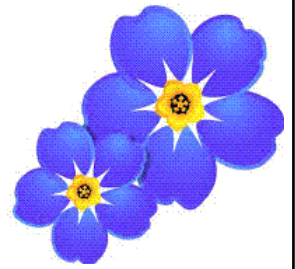
Bly lief vir my tot ek die swaels volg.

Lê my dan saggies neer

Waar duiwe soet in hoë sipresse koer en die dae helder is soos my gedagtes eens was.

Gebaseer op 'n gedig deur Owen Darnell, aangepas deur Mari Hudson

- Hannetjie Nolte, Skakelbeampte, Brackenhurst

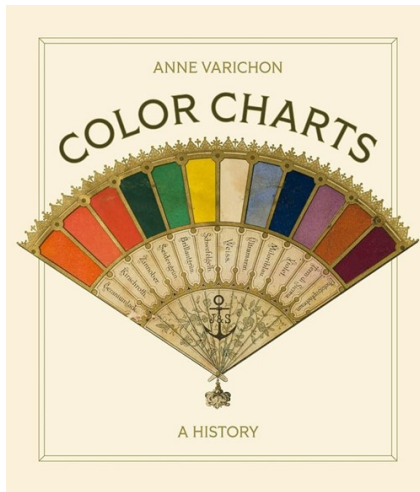


The only thing that will stop you from fulfilling your dreams is you.

- Tom Bradley.

Massive Book Explores the Vibrant History of How We Catalogue Colour

By Jessica Stewart on February 23, 2024, PieceWork



We all know how important colour is to our world. And a new book pays homage to the different ways that it can be arranged, presented, and preserved. *Colour Charts* is an incredible journey through the different devices that have been developed since the 15th century to help us organize and catalogue colour. Colour theory enthusiasts will marvel

at the opportunity to view nearly 200 diverse colour charts, many of which were previously unpublished.

Author Anne Varichon, who is a cultural materials anthropologist, has pulled together everything from 19th-century silk ribbon swatches to a collection of linoleum colours from the 1960s. She even references favourites like *Werner's Nomenclature of Colours*, which shows colour blends for different tints and hues that also occur in nature.

"For centuries, people have preserved documents containing colour samples, creating a treasure trove for future generations of researchers," she writes in the book's introduction. "This book is a tribute to them, and to those who, by studying and publishing colour charts, began to trace the rich history of these documents."

Throughout the book, Varichon's text accompanies the charts and explores the way in which painters, naturalists, doctors, and industrial designers have used them throughout history. She also explores the historical context for these colour charts, including the explosion of vibrant colour charts in the post-World War II era, when sewing became a hobby more than a necessity.

A necessity for any colour lover, you can order the book, which was published by Princeton University Press.



Colour chart of silk velvet ribbons, G.G. & Cie, France, leporello, 24 x 13 cm, 31 panels, late nineteenth century, Bibliothèque Forney, Paris (Credit: Bibliothèque Forney, Paris)

The Staccatos



The band was formed in 1961, disbanded in 1999 and reformed in 2019. The Staccatos are back, recording after 48 years. Their last recording was "Cinnamon Girl" in 1973.

Founder, Brian Le Gassick, is a young 77 years old (celebrating 60 years in the industry this year) and, together with Lead Vocalist, Steve Asheley (celebrating 53 years in the industry this year), they plan to sing and entertain for as long as they are healthy and ROCKING!

Manager/Project Leader, Ebeth Loots, is 53 years old and born in the year Steve Ashley started his professional career, and also the year in which the mega hit "**Cry to Me**" was recorded. She recently received an accolade for "Best Artist Manager" of the year and The Staccatos received a Life Time Achievement award at the Indie Awards.

How it all started

The band was formed by Brian Le Gassick in 1961 while he was studying at Damelin College. In the latter part of 1963, The Staccatos won a competition, and they became known as the "Beatles of South Africa" and part of their prize was a recording contract with EMI.

SA's first Super Group

"**Come Back Silly Girl**" entered the charts on 17 December 1965 and reached the number two position on the Springbok Hit Parade. The song put the Band on the map, as this was also their first chart topper!

1967 – Spicks and Specks

They entered the Springbok Hit Parade in August 1968, with their Terry Dempsey composition "**Butchers and Bakers**". B&B spent 10 weeks on the chart peaking at #2. At the end of 1968, The Staccatos recorded their biggest hit, "**Cry to Me**".

The song went #1 and spent 38 weeks on the charts during 1969! No other local or international hit, featured on the Springbok Radio Hit Parade, could ever improve on this exceptional chart run of 38 weeks. The song's popularity surged after The Staccatos had performed the song live in controversial movie "Katarina".

We wonder if anyone knows how many copies of the single were sold in SA in the late 60's / early 70's? For the first time in South Africa, a 4th Gold Disc (or sales in excess of 400 000 awarded to a song) and it was to "Cry to Me" at the time. The band also received a Sari Award in 1970 as "Top Beat Group". The song also entered the hit parade in Germany and the UK. To this day, most radio stations still play this monster hit, and it is a crowd favourite at any function.

- Internet

Woon kongres by en beleef hulle nou!

(sien p10)

KONFERENSIE DEUR VISARENDE

Dit is Visarendetak se beurt om konferensie aan te bied en hulle besluit om die konferensie in hulle eie dorp, Deneysville, te hou. Maar o, wee, dit laat hulle met net 2 keuses: die kerksaal of die skoolsaal.

Die towerfee was aan hulle kant want hulle kry as buitestaanders vir die laaste keer die gebruik van die kasteel by Castle Marine, wat nou in privaatbesit is. Die geleentheid van die eeu, maar dit kom nie sonder vele uitdaginge nie!

Daar moet tafels en stoele aangery word, ook yskaste, asblikke, breekware, eetgerei, elke ding! Kilometers word gery en ure gespandeer om die regte meubels en breekware volgens die tema op te spoor. Die spyskaart kry spesiale aandag en borde, glase en opdienbakke word selfs aangekoop.

Hulle 3 manlike lede, Marius Mahne, Frans Cilliers en JD Cilliers ry stoele, tafels en breekware van oral oor aan. Tong in die kies - die manne eet nie net altyd lekker saam nie, hulle werk ook hard om hulle lidmaatskap te behou! Tafels word gepak en oor en oor rondgeskuif om plek te kry vir elkeen van die 107 gaste. Die taklede word in spanne ingedeel om self die spyseniering te doen. Soos 'n ge-oliede masjien word alles klaargemaak, selfs beurtkrag speel saam.

Van heinde en verre arriveer uitstallers en gaste. Wat 'n voorreg om almal in Die Kasteel te verwelkom. Baie dankie aan elkeen wat as gas die konferensie bygewoon en heerlik saamgekuier het. En so, tevrede en met vol harte, kom die eerste Deneysville-konferensie ook tot 'n einde en Visarende het behoorlik geskitter.

- Janet Celliers, Skakelbeampste



Bo: Die handwerk van die streek se lede was ook oordeelkundig ten toon gestel.



Onder: Ons feetjies wat die kombuis skoon gehou het saam met twee gasvroue, Joy Barnard en Lalie Coetzee



Sittende: René Bredenhann, Almien Mahne

Middel: Michelle Groenewalt, Joy Barnard, Cecile vd Walt, Hanneljé Goosen, Magda Smith, Janet Cilliers, Lalie Coetzee, Mara Swanepoel

Agter Susan Janse v Vuuren en Hilda Lotter

GELEENTHEID UIT SIGGESTREMDHEID

Brackenhurst-tak het 'n interessante oggend beleef toe 'n blinde dame by name Susan Bam van Alberton, ons van haar uitsonderlike idee kom vertel het. Susan is blind gebore en het as skakelbord-beampte gewerk, onder andere ook by die SA Inkomstediens. Na haar aftrede het sy besef dat die ledigheid haar vang en besluit om 'n kleuterskool vir blinde kinders te begin. Min het sy besef hoe groot die behoefte daarvoor was en baie gou belangstelling en navrae gekry vanaf areas buite, vër buite, Alberton. Die wiel is aan die rol gesit en gou het sy 'n lokaal gekry om hierdie inisiatief te volbring. Alhoewel die kleuterskool aandag nodig het, is daar reeds 'n paar gewilliges en vrygewige gemeentede wat help waar hul kan. Skenkings van hout- en plastiekspeelgoed wat bestaan uit vorm-en-pas-stukke is 'n groot behoefte by die blinde kindertjies. Op ons navraag oor wat sy nodig het, het sy 'n bekertjie met 'n bolvormige bodem (wat nie kan omval nie) genoem asook speelgoed.



Susan se eggenoot is ook blind en drie siende seuns is uit hul huwelik gebore. Susan vertel dat die seuns klein karnallies was en haar blindheid soms tot hul voordeel gebruik het. Een so geval toe hulle klein was (5, 3 en 16 maande oud) het sy aan die etenstafel vir hulle gesê as hulle al hulle kos eet kry hul lekker sjokoladenagereg. Nodeloos om te sê, gou was die twee oudste seuns se borde leeg, maar toe sy die jongste seuntjie in die eetstoeltjie se bordjie vat was die bord ekstra swaar. Die ander twee meneertjies het hulle kos in kleinboetie se bordjie oor geskep, want mamma kan hulle mos nie sien nie. Ook vertel sy dat hulle soms weggekrui het omdat hulle weet sy sal hulle nie kan kry nie. Maar hierdie ma was slimmer as hulle, sy het agter aan hul hempies 'n klokke vasgesteek (buite bereik van hul hande), en met dié verraaierklokke, kon sy gou vasstel waar hulle is en rond beweeg.

WAAR HET MOEDERSDAG ONTSTAAN

"Bygelowiges het geglo dat dit ongeluk bring as jy nie 'n geskenk aan jou moeder gee nie.

Aan die begin van die 20ste eeu het mev. Anna Jarvis, van Wes Virginië in die VSA, wat haar lewe daaraan gewy het om haar moeder te versorg, besluit om dié dag oor die hele VSA te laat posvat. Die eerste Moedersdag was toe in 1908 in haar tuiskerk gevier. Anna het angeliere na die diens geneem omdat dit haar moeder se gunsteling blomme was.

In 1913 het dit 'n nasionale dag geword wat elke tweede Sondag van Mei, in meeste lande wêreldwyd gevier word" (Soos verskyn in Maroela Media).

In Suid-Afrika is Moedersdag nie 'n openbare vakansiedag nie, maar dit word as 'n belangrike dag deur baie mense beskou. 'n Rooi of pienk angelier kan tradisioneel deur ma's gedra word en 'n wit angelier in herinnering aan ma's wat oorlede is.

ONS MOET OOK SPOG

Ons tak se Mara Scholz kraai nou al 'n paar jaar koning in die blomkompetisies se Gevorderde-kategorie by die konferensies. Hierdie jaar het sy weereens uitblink en die eerste prys in gevorderd met Petro Basson gedeel. Ook het twee van ons nuwelinge geskitter toe Marietjie Snyman aangewys is as eersteplekwenner in die Beginners-afdeling en ons nuwe jongste lid, Dumené van Heerden, wat somer by Middelbaar ingespring het, het derde plek behaal. En nog is het einde niet want Hannelie Nolte behaal derde plek in die Gevorderde-kategorie. Dus het ons in elke katagorie uitblink met 4 vier wenplekke. Die nuwelinge wat so uitblink het was self stomgeslaan met hul wenplekke en was voorwaar die trots van ons dag.



Bo: Marietjie Snyman en Dumemé v Heerden

Onder: Mara Scholz & Hannelie Nolte

GEDIG VIR MY MOEDER

Moeder in u buik het ek gegroei,
en met u liefde en sorg tot wasdom gebloei.
Nou is ek self 'n moeder, my kinders
se mentor en opvoeder.
Sal ek dit ooit soos u kan doen,
ook my kinders so grootmaak dat
hul my 'n wonderlike moeder sal noem?
U is lankal nie meer hier,
want God het u kom haal in die doods uur.
Mag ek steeds opkyk en vra,
Moeder sal u my lei en dra,
sodat ek my kinders kan lei, as hul kom vra.
Dankie Moeder, ek weet u is by my in gees,
soos net my wonderlike moeder kan wees.
(Geskryf deur Hannelie Nolte)



- Hannelie Nolte,
Skakelbeampte

GOEIE HOOP

SKRYF JOU GEDAGTES NEER...

Marie Le Hanie vertel van die belangrikheid om 'n mens se gedagtes neer te skryf. Sy lees 'n paar van haar gedigte voor en vra toe dat ons net sal neerskryf wat ookal ons op daardie oomblik voel.

Onder: Bets Grobler by Marie Le Hanie



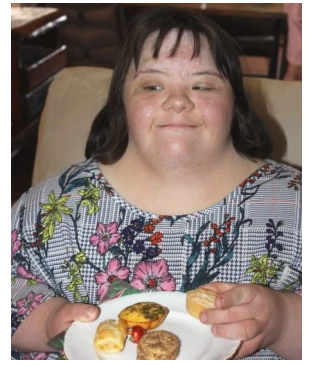
- Lizette Pretorius, Skakelbeampte

In Memoriam



Dit is groot hartseer toe Carine Rosslee, jongste dogter van Ina en Basie Rosslee op 16 Maart oorlede is.

Carine was 'n jong vrou met Down-Sindroom. Sy was 'n bekende en geliefde kuiergas van die VLU Goeiehoop. Sy het 'n borrelende persoonlikheid gehad en wou altyd weet hoe dit met jou gaan. Sy was mal oor Afrikaanse musiek. Ons gaan haar baie mis. Ons harte breek en dink aan al Carine se geliefdes.



Agter: Ina Rosslee, Lita Venter, Lizette Pretorius, Jackie Prinsloo en Frieda Grobler. Voor: Leoni Jacobs, Carine en Marie Rosslee

RENSBURG



Bo: Marty Jerling, Marlize Muller en Andries Kemp.

Van Rolkem en Andries Kemp gaan VLU-dames nog baie hoor maar Rensburg het hom vinnig as aanbieder opgeraap. Rolkem vervaardig en versprei eetbare voedselkleursel en -geursels wat in gebak gebruik word. Daar is geproe aan 'n verskeidenheid van melkskommels en skuimpies.

Rensburgtak het 15 lede gehad wat by Goue Suide se konferensie inskrywings gedoen en 'n totale punt van 3027 verwerf het.

Marty Jerling het die meeste punte op konferensie verwerf en Elmarie Eygelaar het die trofee as beste skakelbeampte ontvang. Die tak het die meeste punte behaal en ook die meeste punte van artikels wat kongres toe gaan.



Patricia Meyer, Marty Jerling, Sandra Taljaard en Ashley, veelkleurig by die "Leef in Volkleur"-tema van die konferensie.

NAGUILE



Tydens Naguile se vergadering het al die dames gehoed en met kwas in die hand, die oggend verwyd met verf van keramiek-potjies. Dit was 'n lekker saamkuier met lede van ander takke wat ook aan die oggend deelgeneem het.

Elize van Biljon (Suikerbos), Elize Coetzee, voorsitter van Naguile en Elsa Cronjé van Brackenhurst geniet die verfwerk.



Die taklede het sulke oulike plek-matjies gemaak op 'n ronde basis met gaatjies al om die rand wat dan met t-hemp-tou omgehekel is. In die middel van die plekmatjie is ook 'n uil (eie aan Naguile se vaandel) met blomme uitgebrand wat volgens eie keuse versier kon word.

- Elize Coetzee, Voorsitter

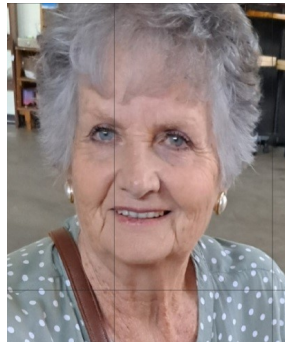
Brackenhurst se kreatiewe ster

Die vraag "Is daar iets wat sy nie kan doen nie?", het sekerlik ontstaan met ons tak se blinkste ster, Elize Smook, in gedagte.

Daar is min kunsaktiwiteite waaraan sy nie deelneem nie - van brei, hekel, borduur, verf, teken, kunstige handvlyt, gebak en vele meer - is sy altyd een van die wenners, indien nie die beste nie.

'n Voorbeeld hiervan kan weereens gesien word in die versiering van kolwyntjies. As jong getroude vrou het sy baie jare gelede een klas bygewoon waar sy haar klein kindjie moes saamvat. Weet nie of enige iemand 100% kan leer en onthou as 'n kleuter deel van die les uitmaak nie, maar sy blink steeds uit in hierdie fyn suiker-kuns. Een van ons takaktiwiteite was mooi versierde kolwyntjies. Hierin het Elize weereens haar slag gewys met die mooiste versiering, bestaande uit fyn pienk blomme en rosies. Hierdie sagmoedige geliefde lid is een van ons grootste bates en sit ons belis op die "map" (soos die engelsman sal sê). Dankie Elize, jy is ons trots.

- Hannetjie Nolte, Skakelbeampste



Maklike hasie-patroon - ideale grootte vir "I CAN can"-projek se blikkie

Benodigdhede:

Dubbeldraadwol
4mm breinaalde
Stopnaald
Stoffeersel

Metode:

Stel 28 steke op.

Brei 46 rye.

Eindig af.

Tel 10 rye van bo af. Ryg met wol van punt A na punt B toe dan na punt C toe en terug na punt A toe (kop en ore)

Plaas stoffeersel vir die kop en trek die rygwol saam. Werk verder toe maar los 'n stukkie oop op om verder stoffeersel in te stop vir die kopdeel)

Werk onder kant toe (lyfie deel) en stop op.

Werk heeltemal toe.

Werk ogies en neusie op gesiggie.

TUISGEMAAKTE KOUEWATERSEEP

Linnette Badenhorst wys hoe om kouewaterseep van oorskietvet te maak.

Omdat ons almal gesondheidsbewus is gooi ons gewoonlik die vet wat uit die kos kook, weg. Sy bêre al die vet wat van die kos afval en stoor dit in die vrieskas in groot jogurthouers totdat daar so 3.6 Kg gestoorde vet is. Enige vet (selfs ou of goor vet/botter) kan gebruik en bymekaar gegooi word. Die vet word met water uitgewas om van die sout en ander stowwe ontslae te raak as dit vanuit jou kos kom. Bedek die gestoorde vet met kouewater en verhit dit totdat die vet gesmelt het. Dan word dit gelaat om weer koud te word. Die vet stol bo-op, dan haal jy dit uit, gooi dit weer in skoon kouewater en verhit dit weer. Herhaal die proses 3 keer. Dan het jy mooi skoon vet wat sonder sout is en jy kan lekker seep daarmee maak.



KOUEWATERSEEP: (Die resepteboek voorkom en wat ek vir meer as 50 jaar so gebruik). Die skuinsgedrukte dele is bygevoeg om dit duideliker te maak.

8 pond (3.6 Kg) vet,
1 pond (450g) seepsoda,
2½ bottels (2 liter) water.

Die vet: Dit kan enige uitgebraaide vet of botter wees. Die ½ varkvet, ½ skaap- of beesvet maak die mooiste seep ofskoon die volle hoeveelheid van een soort net so goed is. Harde vet, al is dit donker en vuil, kersafdrupsels of enige uitgebraaide vet, sal ewe goed wees vir kouewaterseep, al sal dit nie juis so mooi wees nie.

Los die soda die aand vantevore in die water op, bedek met 'n sak of kombars op die grond naby die stoof. (Wees versigtig met die soda en moenie aan die soda raak nie. Dit is 'n alkalie en sal jou stukkend brand as dit op jou vel kom voordat dit die vet verteer het. Gooi die soda in die water en nie anders om nie, om te verhoed dat dit spat.)

Smelt volgende oggend die vet oor 'n vuur. Laat so bietjie afkoel. Voer intussen 'n kassie uit met 'n nat doek. (Ek gebruik plastiese roomysbakke en dit hoef nie uitgevoer te word nie)

Sorg dat die soda en die vet so na as moontlik dieselfde warmte het, sodat 'n mens jou vinger vir 15 tellings in die vet kan hou sonder om te brand. (Moenie jou vinger in die soda sit nie, voel aan die buitekant van die bottel).

Roer nou bymekaar, hou aan om te roer totdat dit so dik soos versuikerde heuning lyk. Gooi uit in die kassie, vou die buitenste stukke van die sak oor die seep. Sit 'n ou sak oor en laat oornag staan.

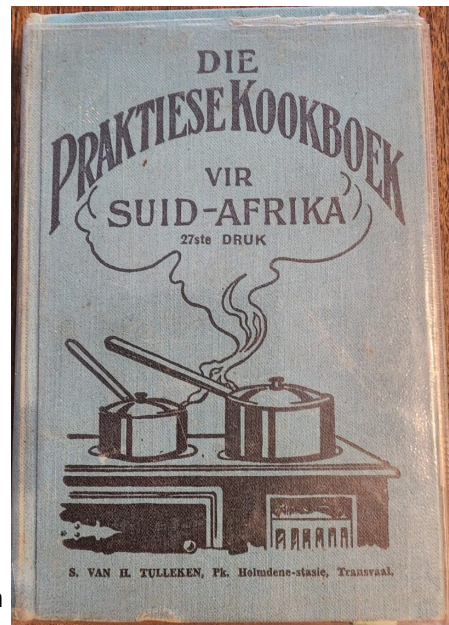
Sny die volgende oggend uit. Laat in die son of op 'n trekkerige plek droog word as dit gou nodig is. Die kassie wat vir die vorm gebruik word, kan goed diep wees. Dit kan dan op die volgende manier in stene gesny word: Sny die stuk van bo af in stene. Sny dan weer deur op die dikte van die steen. Twee of drie stene kan so opmekaar gevorm word. Dan het dit nie so 'n groot kisse nodig nie.

- Linnette Badenhorst

SUIKERBOS

Links: Hierdie is een van twee sepies. Beide het in 1965 eerste pryse op die Lichtenburg se Landbou-skou gewen deur Joey Badenhorst (my skoonma), 'n VLU-lid van Lichtenburgtak. Ek het haar nooit geken nie want sy is oorlede voordat ek my man ontmoet het. Sy was blykbaar 'n baasbaker wie se hande vir niks verkeerd gestaan het nie. Ek hoop sy sou van my seepmaakpogings gehou het.

Regs: In die voorwoord van die boek deur Isie K Smuts (vermoedelik die vrou van Jan Smuts wat in Irene, Pretoria gewoon het) praat sy selfs in 1922 al van "die duur tyd waarin die meeste mense 'n sikspens maar 'n paar moet omkeer voordat hulle dit kan uitgee."



Saam met 'n klomp gaste is die tak se 65ste verjaarsdag gevier met 'n spesiale verjaarsdag-koek en heerlike eetgoed.

Mev Minnie Schutte, (spreker, regs) se boodskap is dat 'n vrou



se waarde is soos wat Salomo beweer - kosbaarder as edelgesteentes - en dat ons elke dag met volkleur moet leef want ons voldoen aan Spreuke 31 se beskrywing van 'n vrou.

Sy beklemtoon dat jou denke bepaal wie jy is en ook hoe jy optree en dinge beleef. In wese is jy dit wat in jou gedagtes aangaan. Niemand beheer jou gedagtes nie en jou gedagtes bepaal jou optrede. Jy kan nie jou lewe uitsorteer sonder om jou denke uit te sorteer nie. Ons is skeppinge van God en jy moet jouself aanvaar. Jou gedagtes kan jou vriend of jou vyand wees. Verander jou denke en jou optrede sal ook verander. Raakvatwoorde wat as lesse in elkeen se eie lewensomstandighede gebruik kan word.

Elsebe Behrling het 'n kostelike beskrywing deur Nathaniël voorgelees van hoe hy 'n klomp dames by 'n damestee moes beoordeel. Die dames het geskater van die lag en kon hulle met die "anties" (dalk ons eie VLU-dames?) vereenselwig.



Suikerbostak se jongste dame, Kyla Randall, het 'n versie voorgedra van 'n

jong knapie wat tot sy spyt op 'n malle-meule gaan ry het nadat hy te veel partytjielekkernye verorber het. Volgens hom was die tante voor hom nog meer spyt daarvoor... Lol.

- Linnette Badenhorst, Skakelbeampte

STREEKNUUS / REGIONAL NEWS - JAKARANDA

KONFERENSIE- 'N KALEIDOSKOOP VAN KLEUR!

Op die snikhete oggend het Jakarandastreek se 29e konferensie met 130 gaste plaasgevind. (Sien Barbara Nell, president regs se poging vir koeler-wees). Die honderde blomme, wat uit veelkleurige karton gevou was, slaan almal se asem weg! Dit was 'n vrolike atmosfeer waar die konferensiegangers nie net na verslae geluister het nie, maar ook die spreker, sjef Maritha Steyn en die klavier- en klarinetmusiek van Deon Theron en Irma Day geniet het.



Sjef Maritha Steyn van Steyns Culinary School gee wenke oor hoe om gewone hoenderstukke in smaaklike disse te omskep.

Dames met die meeste punte in alle afdelings:
Arma Oberholzer, Wierdapark met 1141,5 punte -1ste
Anette Bester, Pretoria-Noord met 988,5 punte - 2de



Marley vd Merwe van Naleditak het al 232 blomme self gemaak!!!



Trysie Coetzee is aangewys as **die mees entoesiastiese lid**. Sy het 'n spesiale toekening by die Wêreld Bond van Plattelandse Vroue ontvang wat 'n groot eer vir die streek was!

BESTE ARTIKELS OP KONFERENSIE:



Bettie Boshoff, Midstream 96% - Draadjuwele



Barbara Nell, Monumentpark 94% - Draadjuwele



Elma Human, De Wildt 95% - Prosa



Suzie Gerrits, Magalieskruin 94% - Blomme gevorderd

LIDMAATSKAPKNOPIES TOEGEKEN:

Regs: 40 jaar aan Marie Cronjé (links) en 50 jaar aan Santjie Bischoff (regs) oorhandig deur Johanna van Biljon.



Links: 40 jaar aan Ada Bester (links), oorhandig deur Nelie Viljoen-Toet.

Onder: 40 jaar aan Mary Ann du Preez (regs), oorhandig deur Georgie Louw. Mary Ann het ook die trofee vir die beste voorsittersverslag ontvang.



Bo: 40 jaar aan Grietjie Smit (links) oorhandig deur Suzie Gerrits



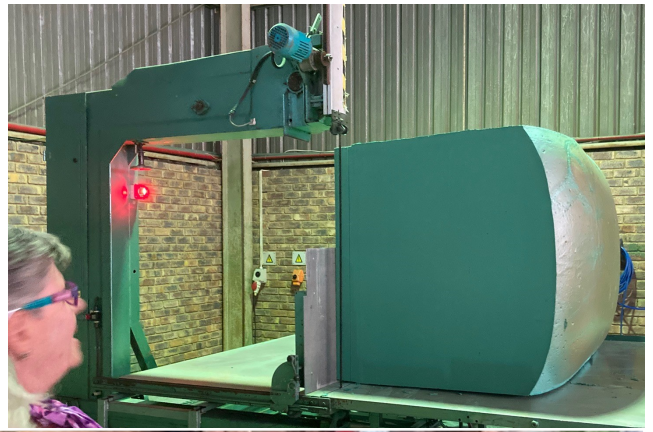
MAGALIESKRUIJN

OASE: As jy gedink het oase is sommer maar net iets vir blommerang-sikking, kyk jy met ander oë daarna na 'n besoek aan die fabriek! As Eldene en Rick Mason en hulle neef, Elro Braak, jou alles gewys het en Henk Benson van "Petal parties" daarna met hulle produkte en blomme getoor het, kan dit nie anders as om 'n goed-voel-geleentheid te wees nie.

Wanneer "Resin" plus aktiveerders in 'n groot menger gemeng word, daarna in groot panne geplaas en by 45°C gelaat word, vorm dit 'n skuim en rys soos 'n brood. Groot sae sny dit in blokke en dan gaan die proses verder om dit vir die mark gereed te kry.

Het jy geweet:

- Moenie oase onder water forseer nie. Laat dit droë en soos dit water opneem sal dit sink. Anders is net die buitekant vol water en nie die kern nie.
- Plaas die steen met die geskrifkant na bo want dis hoe dit gerys het en beste water hou.



*Van bo na onder: Die "brood" word gesny.
Verskeie vorme oases is beskikbaar.
Henk Benson van Petal Parties demonstreer.*



'Bo: Rick Mason en Elro Braak

Elro Jacob Braak (1925-1996) started working in Corona Florist in Koedoe Arcade, Pretoria when he left school and the rest is history. He attended Floral Design schools in the USA and Holland and was at the forefront of introducing new flower and foliage varieties to South Africa. He also diversified and imported floral tape and other accessories. In 1959 he introduced **Oasis floral foam** which proved to be the biggest florist time saver and several years later in 1977 he established the Oasis company in South Africa, the only one not owned by Smithers Oasis in the USA.

Rick Mason married to Elro's eldest daughter Eldene, has been involved in the Oasis division of the company since its inception and recently retired and handed over the reins to Elro who is the oldest grandson and son of the late GB, Eldene's brother.

Floralife, which is a flower "food" is another important product managed by the company to ensure that flowers are treated from the nursery to you, the end user. Please read instructions and be sure to use the sachets supplied with bouquets and bunches.

Elro Snr left a legacy, and the company has much to owe him and proud to be managed by the 3rd generation of the Braak family.



Bo: Marietjie Furstenberg wat die uitstappie gereël het, ontvang een van Henk se ruikers van Rick.



Links: 'n Groot groep van 34 lede het toe nog nie geweet wat op hulle wag nie!

Magalieskruin se besoek aan die Oasefabriek, het Eldene Mason weer herinner aan haar ouma, Poppie Pretorius/Bezuidenhout (gebore op 22 Mei 1886 in die Kruersdorp-distrik) wat lid van Skeerpoorttak in die vroeëre Pretoria-Noordstreek was. Sy is in 1910 met Stephanus Pretorius getroud en hulle het op die plaas De Rust in die Skeerpoortdistrik gewoon. Hy is in 1942 oorlede waar na sy met Stefanus Bezuidenhout getroud is. Sy was 'n baie agtermekaar en knap vrou en kon enige iets doen van skape slag, vir kerkbasaars bak en was baie lief vir



fyn naaldwerk. Sy het haar 100ste verjaarsdag gevier en is die volgende jaar (1987) oorlede.

Eldene het die silwer bord en 'n oorkonde wat aan haar Ouma gegee is met haar vertrek van Skeerpoorttak na Nelspruit toe en daar van haar afskeid geneem is, geërf.



ELDORAIGNE

17 lede teenwoordig op 17 Junie 1964 stig Eldoraignetak. Die eerste bestuur het uit sewe lede bestaan waarvan Catjie van der Merwe (*onder*) steeds lid by die tak is.

In die 60 jaar het 24 voorsitters die tak gelei en voorgeloo, op 'n stadium in Me Beatrix Wilbers se amptyd het die ledetal op 107 gestaan - ongelukkig het die ekonomie die jonger dames genoodsaak om die arbeidsmark te betree.

Die VLU-kultuur het deur die jare behoue gebly en is dit steeds die **Univerteit van die Huisvrou**. Praatjies en demonstrasies is gelewer, gaskunstenaars is betrek, kompetisieartikels het trofee en pryse gewen. Seniorburgers van versorgingsoorde is tydens die Kersseisoene met vrugtekoek onthaal. Tydens een so 'n geleentheid het een van die dames gevra of sy vir ons 'n boodskap kan gee en sê toe "dit vat lank om uit te vind hoe kort die lewe is". Hierdie woorde het my bygebly en ek besef nou wat sy bedoel het. Koop die tyd uit en geniet elke vergadering wat deur jul besture gereël word.



Lank lewe die Vroue Landbou Unie.

- Johanna van Biljon, Voorsitter. 082 574 6904.

MIDSTREAM

PURPLE POSY: Wat 'n lieflike ervaring, 'n stukkie hemel in die stad!

Nita Fourie is die pragtige inspirerende "Lavender"-vrou en deel alles oor laventel. Die reuke is heerlik, so ook die eetgoed en hierdie pragtige gasvrou se gasvryheid is uit 'n ander wêreld. Jy voel regtig om nie uit hierdie droom te stap nie.

Laventel word veelvuldig gebruik:

- Aromaterapie: Laventelolie word vir moegheid gebruik in aromaterapie om ontspanning te bevorder en stres, angste en slapeloosheid te verminder.
- Velversorging: Laventel het antiseptiese eienskappe, waarvoor dit nuttig is vir behandeling van kleiner brandwonde, insekbytte, aknee en vellaandoenings soos ekseem.
- Kook en Bak: Laventelblomme word gebruik om smaak te verbeter in gebak, konfyt, heuning en tee.
- Gesondheid: Laventel kan help met verligting van hoofpyn en spysverteringsprobleme.
- Huishoudelike gebruike: Gedroogde laventelblomme word gebruik vir lekkerruik in klere en linne. Laventelolie kan ook gebruik as 'n natuurlike lugverfrisser en afweermiddel vir motte.
- Kalmte en slaap: Laventelolie kan op kussings gespruit word of in die bad gebruik word vir 'n rustige slaapomgewing.

- Carol Marais, Skakelbeampste



Onder: Ansie Kruger, Elaine Potgieter, Sonja Swart, Henriëtte Scholtz, Belinda Buitendag, Bettie Boshoff, Hilda-Mari Murgatroyd, Linda Joseph, Carol Marais, Zeld Jordan, Mariëtte Bester en Kiara Bester.



DE NUIT

ONS LEER HOE BY DE NUIT.

"How easy is it to get good at something?" hoor ek op 'n TV-program. Die antwoord is om meer en meer te leer en te oefen.

Selfoonfotografie, aangebied deur Elma Human, Jakaranda skakelbeampte (*foto regs*), het ons almal soos tieners laat voel. Die verskuilde knoppies het nogal wêreldde oopgemaak. Die resultate pas ons nou dag vir dag toe en geniet die beheer oor foto's wat ons neem en nie meer onversorgd die wêreld instuur nie.



"is dit nou Apple of Android?"

Met die Tjhokoverf-werkswinkel ontdek ons en ons gaste dat daar 'n bietjie kunstenaar in almal van ons is. Daleen Oosthuizen, 'n ervare binnenshuisversierder en Tjhokoverfkenner en taklid, gee leiding oor hoe om tegnieke te hanteer. Elkeen leef haar eie skeppendheid uit op die glasitem wat sy versier. Daar is regte en verkeerde metodes, maar ons loop daar uit na 'n lekker Saterdagoggend en die lus om verder tuis te eksperimenteer.

Nelie Viljoen-Toet, voorsitter /skakelbeampte. vludenuit@gmail.com



Daleen by die oggend se resultate



Moedersdag

Toe kom die voorstel van Kobie: Kom ons hou maandeliks ons eie blommerangskikkinguitdaging. Dan los ons dit nie vir een keer per jaar kort voor konferensie nie. Natuurlik vrees sommige van ons vir wanneer dit ons beurt gaan wees, maar probeer is die beste geweer.



Blanché Verster en ander in aksie

AVANTÉ

4 NUWE LEDE!

Nie net sluit hulle aan nie, maar help dadelik blikkies versier vir die "I Can can"-projek.



Bo: Carol Marias (streeksvisievoorsitter), Isabel du Toit, Diana Keulder (voorsitter), Annette Bester, Daleen van den Berg & Christine Pretorius.



Annette Bester bedank Quintin Meyer, DA Raadslied, wat vertel het van sy projek om Pretoria-Noord skoon te hou

- Angelene Flemming, Skakelbeampte

KLEURRYKE VERKENNING VAN KUNS EN KULTUUR

De Wildt-tak het 'n opwindende tyd die laaste paar maande beleef met 'n reeks aktiwiteite wat internasionale kennis, kultuur en natuurlike skatte beklemtoon het.

Internasionale besprekings

'n Betekenisvolle vergadering het 'n platform gebied vir 'n diepgaande bespreking van internasionale aangeleenthede en kulturele skatte. 'n Taklid het 'n insiggewende oorsig gegee van 'n verskeidenheid onderwerpe, insluitende die belangrike Antarktika "Treaty". Hierdie ooreenkomste, wat die beheer van die Antarktiese vasteland reguleer, is 'n kritieke stap in die bewaring van die unieke ekosisteme van Antarktika.

'n Ander fassinerende onderwerp wat ter sprake gekom het, is die opkomende tegnologie van OpenAI Sora. Hierdie innoverende tegnologie bied 'n wye verskeidenheid toepassingsgebiede, insluitende die mediese- en finansiële-sektore en belooft om 'n aansienlike impak op die wêreld te maak.

Kulturele Skatte

Die vergadering het aandag geskenk aan die rykdomme van die wêreld se kultuur, van die verlore onderwaterstad van Heracleion in Egipte tot die antieke Kerk van Sint George in Lalibela, Ethiopië. Hierdie kulturele skatte bied 'n venster na die ryk en diverse geskiedenis van die menslike beskawing.

Blomme van die Maand: 'n Hulde aan die Tema "Leef in Volkleur"

Elke maand word 'n spesifieke blom gevier, 'n besluit in ooreenstemming met die tema "Leef in Volkleur". Die kleur oranje en die blom, Jakobregop se helder oranje bloeisel het die energie en optimisme van die VLU-gemeenskap weerspieël.

Die kleur pienk en die blom, die Angelier: die pienk bloeisel gee 'n gevoel wat vreugde, optimisme en vroulikheid uitstraal en pas perfek by die tema van volkleurigheid.

Blou-pers van die Krismisroos het 'n gevoel van kalmte en sereniteit gebring, terwyl dit steeds 'n helder en uitnodigende atmosfeer geskep het.

Nog blomme en kleure volg...

- Lilian Bierman, Skakelbeampte

Die Wonderwêreld van Amigurumi Hekelkuns

'n Spesiale hoogtepunt was die hekelopleiding deur die bedrewe hande van Lize Venter (regs). Die unieke hekeltegniek bekend as amigurumi, bied die vermoë om lewe in klein, gevulde skeppings te bring en is deel van die "Hef 'n Kind Op"-projek van VLU Overvaal.



Links: Elsabé Louwrens, Marinda Burger, Anneke de Kock verwonder hulle nog aan die tegniek.



Bo: Sanet Hills bedank Ulrich Oberprieler

Ulrich Oberprieler, 'n bekende voëlboekskrywer, lewer 'n insiggewende voordrag oor die Berghaan, 'n majestueuse voël wat 'n skouspel in ons natuurskoon is. Hy het die oorsprong van die naam van die Berghaan, asook sy unieke eienskappe en gewoontes, uitgelig. Met die ekstra kennis is 'n bewondering vir die Berghaan en ons voëllewe in die algemeen aangewakker en 'n gevoel van dankbaarheid vir die natuur se pragtige geskenke opnuut gewek.



Lilian Bierman (links) wens die verjaarsdagdames geluk: Marinda Burger, Zelda Stroebel, Mariette de Wet en nuwe lid, Marietjie Smuts.

LEEF IN VOLKLEUR is die tema vir die jaar en bied aan elkeen die uitdaging om iets daarvan te maak.

Die interessante is dat as “volkleur” as twee woorde gebruik kan word en dit dan eintlik ‘n ander betekenis kry. **Vol kleur** sê dit is meer as een kleur - nie net een nie. In Engels: “full of colour”.

Volkleur impliseer die hele spektrum van kleur. In Engels is die vertaling “full colour”. Span die woorde anders in en kleurvol het eintlik die twee-woorde se betekenis in Engels “colourful”.

Kyk ons na kleur self, is dit ook nie net rooi, blou en geel nie maar kan ‘n oneindige variasie meebring wanneer dit gemeng en die hoeveelheid pigment gevarieer word. Het jy al verf vir ‘n huis of vertrek gaan soek en die magdom kaartjies by die verwinkel teëgekom? Dan stap jy na buite en dit lyk heel anders in die sonlig as die elektriese lig. As jy dit op ‘n muur verf dan lyk die een muur donkerder as die ander want die lig val anders daarop. Of het jy al ‘n lappie materiaal geneem om ‘n bypassende gare daarby te vind – kleur is nie eenvoudig net kleur nie - dis so wyd soos die Heer se genade (*Afrikaanse spreekwoord*).

Kleur is ook nie waarlik kleur opsigself nie maar dit is wat die oog waarneem wanneer lig daarop val.

Kleur het psigologiese betekenis, dit beïnvloed gemoedstoestand.

Daar is kulturele waardes wat aan kleure togeken word en simboliese betekenis en assosiasies van byvoorbeeld blomme vir geleenthede.

Dit word in dekor aangewend om stemming te skep, om mense te kalmeer of onrustig te maak - winkels en restaurante gebruik dit om jou te laat bly óf te laat eet en loop terwille van omset (*Kitskosplekke*),

Kleur speel ‘n belangrike rol in verbruikerswese en mense neem aankoopbesluite op grond van kleur (karre, klere, ens.)

Cromoterapie word in holistiese en alternatiewe geneeskunde vir behandeling aangewend. Die oorsprong hiervan is by die antieke kulture soos die Egiptenare en Chinese kulture maar word steeds vandag gebruik.

Dus, kleur is nie sommer net kleur nie, dit bepaal hoe ons voel en optree maar dit word beïnvloed deur persoonlike voorkeure en kulturele en selfs omstandighede.

- Tina Ainslie, Redakteur



Kleurvol en vol kleur. Foto by De Wildt geleen

In die Februarie 2024 De Wildt Nuus, p11, het die volgende berig verskyn:

Op 16 Desember 2023 is die **60STE GELOFTEFEES-VIERING BY DIE JOPIE FOURIE-TERREIN** gehou en herdenk.

Na afloop van die verwelkoming is die vlagparade gehou en die jaarlikse kanonsaluut en voorlaaierdemonstrasie deur Gawie Rossouw waargeneem. Die kranslegging is deur tannie **Georgie Louw** gedoen.

Oom Trevor en tannie **Georgie Louw**, was saam met mnr Basie Blignaut (Laerskool Akasia se oudskoolhoof), oom Hannes en tannie Willie Snyman, oom Flip en tannie Hettie Snyman asook oom Willem en tannie Willa Botha betrokke by die bou van die afdak en ablusiegeriewe hier op die terrein na die skenking van die terrein aan die Akasia Voortrekker-kommando deur Oom Joop Fourie (Neef van Jopie). Tannie **Georgie Louw** het namens die “beginners” ‘n krans gelê by die Jopie Fourie Gedenknaald op die terrein. Tannie Georgie is sedert 1938 woonagtig op Wildebeesthoek toe haar pa-hulle hierheen verhuis het.

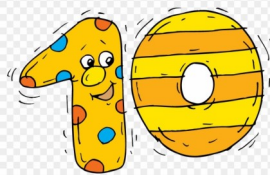


(Haar voetspore lê oral in verskillende gemeenskappe - Ons is trots op jou Georgie! - Red)

*Bloutong?
Gelukkig net die lekkers se skuld!
Annalien Swart & Sonja Esterhuizen van
Magalieskruin by
Jakarandastreek-konferensie*



NALEDI



Naledi Aandtak is 10 jaar oud!

Die stigterslede Kollie Esterhuizen, Mart-Marie Joubert en Elizabeth Weber is steeds deel van die tak en ons het oor die jare gegroei tot 25 lede tans.

Hulle drie het die hoogte- en laagtepunte van die jare gedeel waarom ons lekker gelag het maar ons het ook die hartseer

van lede wat oorlede is, herleef.

Met die tema van 10-jarige dogtertjies het almal oulik aangetrek en gesiggies gemaak. Die Montana Rolbalklub het ons gewys hoe rolbalreëls werk en gespeel word. Nie so maklik om daardie balletjie te laat gaan waar jy dit wil hê nie!

Om deel van hierdie vrolike en feestelike aand te gewees het, laat 'n mens uitsien na nog baie jare saam!

- Marliize Breed, Skakelbeampste



Marliize Breed, Diana Keulder (Overvaal skakelbeampste), Mart-Mari Joubert, Duanmarie Joubert (op hurke), Elsa Weber, Kollie Esterhuizen, Lorraine van Heerden, Bernice Lubbe, Celeste Boman, Trudie Esterhuizen, Elize Veldhuizen van Zanten, Betsie JvRensburg, Annemarie JvRensburg

Maandaanhalings:

If you want something said, ask a man. If you want something done, ask a woman.

- Margaret Thatcher

PRETORIA-NOORD

UITREIK EN BEMAGTIG 'N KIND was die fokus-aksies van Pretoria-Noord se lede die afgelope tyd. Hulle het blommetjies vir al die oumas in Huis Hermon vir hulle "Tooi Turkoois vir Bejaardes Projek" gehekel en gaan aansteek, Lat Wiel-inwoners met eetware bederf en die kinders van 'n laerskool in Pretoria-Wes van noodsaaklike inligting voorsien.

- Ronel Lubbe, Skakelbeampste

"Lat Wiel Self Help Centre for Quadriplegics" benodig dringend finansiële ondersteuning om te voorkom dat hul deure moontlik binnekort kan sluit a.g.v die staatstoelae wat onlangs gestaak is. Daar is tans 13 permanente inwoners. Die dames het vir die inwoners 'n heerlike ete voorgesit en ook mildelik bygedra ten opsigte van kruideniersware.



"Wat sien jy wanneer jy vir jouself in die spieël kyk?" Dit is die vraag wat Me Natalie De Mendonça Pinto, Mrs Tshwane 2nd Princess 2023 vir die Gr 6 en 7 dogters gevra het. Sy het die leerders toegesprek oor bemagtiging van vroue en oor boeliegedrag.

Sy kon vryelik met die leerders hieroor praat aangesien sy op skool ook 'n "boelieslagoffer" was. Sy glo sy kan 'n verskil maak by dogters en is bereid om skole te besoek en dogters toe te spreek.

Whatever you are, be a good one.

- Abraham Lincoln



VOËLLEWE OP MARION-EILAND

Karien Schmidt van SpotyBird Wildlife Rehabilitation, vertel boeiend oor Marion-eiland en die voëllewe wat daar aangetref word.

Enkele interessante feite rondom Marion-eiland as agtergrond:

- Marion-eiland is deel van die Prince Edward-eiland argipel en die grootste van die twee.
- Die eilande is sowat 2300 km suidoos van Kaapstad in die Indiese oseaan geleë en deel van die Sub-antarktiese sone.
- Marion-eiland behoort aan Suid-Afrika en val sedert 1994 onder die Stad van Kaapstad Metropolitaanse Munisipaliteit.
- Stormsterkwinde en lae temperature beskryf tipies die weersomstandighede op hierdie eiland.
- Suid-Afrika het 'n internasionale weerstasie op die eiland waar navorsers in verskeie vakrigtings vir 13 maande per sending, navorsing doen.
- In 1995 is die eilande en omringende marine-areas tot bewaringsgebiede verklaar.

Voëllewe op Marion-eiland:

- Die meeste werweldiere op die eiland is seevoëls en robbe.
- 'n Totaal van tot 29 voëlspesies broei op die eiland en nagenoeg 8 ander voëlspesies word waargeneem maar broei nie op die eiland nie.
- Die voëlspesies sluit in vier spesies pikkewyne, sewe spesies stormvoëls, vyf spesies malmokke, drie spesies ander stormvoëlagtiges en een spesie elk roofmeeue, seeswaels en kormorante.
- Vyf spesies albatrosse waarvan drie van die mees bedreigde albatrossespesies, word op die eiland gevind. Daar word geraam dat 50% van die wêreld se swerwersalbatrosbevolking, hier voorkom.
- Die voëls kom in baie groot getalle voor. Getalle word in miljoene aangedui.
- Daar is baie min insekte op die eiland omdat die voëlgetalle so groot is. Interessant is dat die insekte vanweë die sterk windspeed, nie meer kan vlieg nie.

Dit is deesdae moontlik om as deel van 'n voëlkykekspidisie na die eiland te reis. Birdlife South Africa vergesél voëlkykers op hierdie ekskursies.

VLU-lede wat voëls opmerk wat hulp nodig het, kan Karien Schmidt kontak by selnommer 0660 473 473.

Bronne:

Wikipedia - af.m.wikipedia.org.

Birdlife international - <https://www.birdlife.org>.

- Amari Haumann, Skakelbeampte
Sel no: 083 693 0319 amarihaumann@live.com

DIE TAAL VAN LIEFDE

In die maand van liefde, Februarie, is Lizette van Niekerk se inspirasie om lief te hê en liefde uit te dra heel gepas.

Hierdie liefhê en liefde-uitdra-aksie is eerstens na jou gesin en dan wyer in jou leefwêreld. Daarvoor het jy nodig om te weet watter liefdestaal jy praat.

1. Woorde van waardering teenoor ander.
2. Tyd vir kwaliteit gesprekke met ander om jou.
3. Is jy 'n doener/diener wat bereid is tot naastediens en ondersteuning.
4. Die taal van aanraking, fisiese kontak soos 'n drukkie of 'n handdruk.
5. Ander te verras met 'n geskenkie wat getuig van omgee.

Om lief te hê vra nie groot dinge van jou nie. Jy hoef nie bekwaam te wees vir die taak van liefde-uitdeel nie. Jy hoef net te beskik oor die wil om vir ander goed te wees, om te wêes en dâar te wees en niemand in jou nabyheid te ignoreer nie.

Liefde haal jy uit jou binneste om weer terug te plant in 'n ander persoon se binneste.



Hierdie twee dames, Lizette van Niekerk en Sonja Coetzer het hulle lyf aktrise gehou en is te sien op DSTV catchup in "3 Ja's en 'n Nee". Hulle speel die rolle van twee oupas se vier vroue – 'n heerlike komedie geskryf deur Lizette se seun. Lizette kan ook op Facebook gevolg word.

**Hate has four letters - so does love.
Enemies has seven letters - so does friends.**

**Lying has five letters - so does truth.
Cry has three letters - so does joy.
Negativity has ten letters - but so does positivity.**

Life has two sides - choose the better side of it...

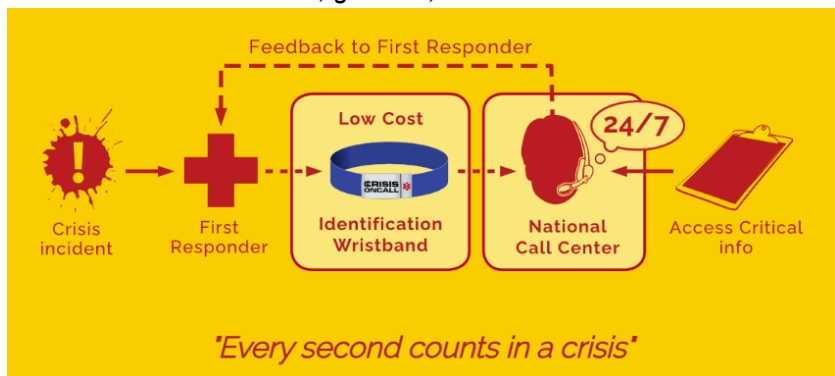


Wanneer jy in 'n krisis beland en soms selfs bewusteloos is en nie self kan praat nie, kan vinnige hulp lewensreddend wees. Wanneer jy in so 'n situasie verkeer, help dit egter nie baie as die "hulp" niks van jou weet nie!

Die bekende bandjie wat dikwels aan mense se gewigte gesien word, is die sleutel tot effektiewe hulp maar dan moet jy reeds by Crisis on Call geregistreer wees. Vir 'n maandelikse fooi, is die organisasie daar om te help - 24/7. Op die bandjie is 'n telefoonnommer en 'n unieke nommer wat toegang na al jou besonderhede gee wat op 'n databasis geregistreer is. Jou dokter, mediese gegewens, familiekontaknommers en vele meer is hier en geen tyd gaan verlore om die toepaslike hulp te ontvang nie.



Crisis on Call se Marie du Toit & Lekha Westra met Janet Bothma, gasvrou, in die middel.



Kontak hulle gerus by 0861 57 47 47 of hello@crisisoncall.co.za

- Helena Greyvensteyn, Skakelbeampte.



Links: Hamerdrukwerk – dit was 'n lawaai van 'n ander wêreld. Blomme en blare op ongebleikte linne. Loraine Kruger, Fabiola Pieri, Ela Naudé, Janet Bothma, Marleen Bûre, Igna Smit & Annetjie Botha

SINTANA



Bo: Annetjie Botha se vreugde oor 'n gelukkige-trekking-geskenk is baie duidelik te sien



Oor die kunstenaar Wouter Kellerman se lewe en die Afrikaanse skrywer Nathaniël is daar baie inligting om te deel.

Janet het oor Wouter inligting verskaf en Elsa Naude oor Nathaniël.





KONFERENSIE

In Barbara Nell (President) se amptelike openingswoorde, herinner sy die dames dat hul denke hul siel kleur. Negatiewe gedagtes maak jou lewe doelloos en kleurloos, maar positiewe denke laat jou lewe in volkleur.

Antoinette Steyn, die gasspreker verseker die dames dat hulle die beste (en enigste) weergawe van hulleself is. Wanneer jy met positiwiteit na die lewe kyk, sal jy makliker jou uitdagings kan hanteer.

Links: Sally Ferreira, streekvoorsitter en Anita Hugo, streeksekretaris.

'n Vrolike groepie in die mooi fotohoekie.



Agter is Poerie Neethling, Silvia Janse van Rensburg, Elba Becker. Voor is Margaret Cronje, Marlene Kriel, Marlice Bester en Cornel Rothmann.

Onder: Plekaanwysings:



13 EIENSKAPPE VAN UITSONDERLIKE LEIERS:

1. Hulle vertrou jou om die werk te doen waarvoor jy aangestel is.
2. Hulle nader jou vir raad.
3. Hulle vind geleenthede vir jou om te kan uitblink.
4. Hulle sien jou bydrae in die werkplek raak.
5. Hulle ondersteun jou in moeilike tye.
6. Hulle is meester storievertellers.
7. Hulle daag jou uit om groter en beter dinge te bereik.
8. Hulle wys hulle waardering.
9. Hulle reageer altyd op jou versoeke.
10. Hulle weet wanneer hulle om verskoning moet vra.
11. Hulle gee erkenning waar dit nodig is.
12. Hulle behandel ander met waardigheid en respek.
13. Hulle gee om.

- Amore Bekker, Facebook

BAPSFONTEIN



UVAMI LEERLOOIERY

Uvami Leerlooier is in Bapsfontein geleë en het sy bestaan te danke aan die inperking tydens die Covid-pandemie. Die eienaar en stigter, Hennie Becker, het 'n versoek ontvang om 'n leerknipmes-sakkie te maak. Dit was van uitstaande gehalte en so het 'n groot, internasionaal erkende besigheid tot stand gekom.

Hennie was in die veld toe hy 'n geestelike ervaring gehad het en gehoor het dat die besigheid se naam Uvami moet wees. Uvami beteken in N'debele "jy is myne".

Rou leervelle word aangekoop en verwerk en op die perseel gekleur. Die leer word met 'n sproeikan volgens die kliënt se spesifikasies gekleur. 'n Spesiaal, ingevoerde lasersnymasjien word gebruik om die verskeie benodigdhede se vorms uit te sny.



Uvami vervaardig jaggeweersakke, alle leer benodigdhede vir groot wild, voëljag, olifantjag, spesiale leerbelde en handsakke. Leergordels wat gebruik word om jagpatrone te stoor, word met spesiale "webbing" uitgevoer om die gordel se vorm te behou. Die stikwerk op die leer word nog met die hand gedoen met spesiale byewasgaring.

Hulle bykomstighede is van uitstaande gehalte en is een van Safari Outdoor Hunting & Fishing se verskaffers. Wanneer 'n nuwe konsep aan Safari Outdoor Hunting & Fishing voorgelê word, moet dit deur 'n paneel van keurders goedgekeur word en die proses kan tot 6 maande neem. Hulle produkte is eksklusief en word ook na Brittanje en ander lande uitgevoer.

Die geweersakke word uitgevoer met 100% suiwer rooi skaapwol om te verhoed dat die peperduur jaggewere nie beskadig word nie.

Dit was voorwaar 'n uitstappie om te onthou.



MEYERSPARK



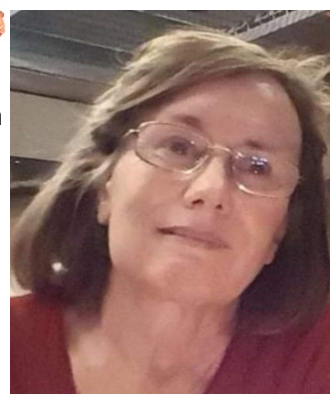
In Memoriam

Marie Ipland, wat tot 2021 lid van Meyerspark-tak was, is op 10 Mei op 67 jarige ouderdom oorlede. Sy het gesigsverlamming, oftewel Bell's Palsy gehad asook kanker. Sy was vir 7 jaar in remissie voor hulle in 2022 na die Kaap verhuis het. Daar is toe bepaal dat sy terminaal siek is.

Sy was passievol oor haar familie, genealogie en het liefdadigheidswerk gedoen.

Ons dink aan Erich, haar man, 4 kinders, kleinkinders en familie.

- Christine Jooste, Skakelbeampste



Senior Staatsadvokaat, Salomé Scheepers, het inligting gedeel oor die wysigings op die wet op verkragting en gesinsgeweld. Verskeie Thuthuzela sentrums (TTC's) is op die been gebring wat hulle veral op verkragting en gesinsgeweld toespits. Wanneer die vermoede bestaan dat bejaardes, kinders of gestremdes mishandel word, móét dit aangemeld word. Marieka Wilsnach oorhandig ongeveer 50 'I Can, can-projek'-blikkies met die mooiste amigurumi sagte speelgoed aan haar.

- Christine Jooste, Skakelbeampste



EERSTE TREE...

VLU Kleinfontein is baie opgewonde oor die positiwiteit en algemene voor-
ring in ons tak se werksaamhede en
aktiwiteite. Die entoesiasme onder ons
lede om aan vergaderings, groter VLU-
byeenkomste en werksinkels en kompetisies deel te
neem, is verblydend.

Vir die meerderheid van ons lede was die VLU as organi-
sasie aanvanklik effens vreemd, maar die geleidelike
"inburgeringsproses" is pragtig op koers. Veral die geleent-
heid wat ons as tak gehad het om vanjaar die Pretoria-
streek se konferensie by te woon, het ons verstaan van die
groter VLU-prentjie grootliks bevorder. Die veelkleurige
tafel- en stoelversierings en die kleredragkeuses van
dames van oor die hele streek, het gesorg vir 'n oggend in
volkleur. Vier-en-twintig lede het ons tak se naam hoog
gehou met hulle vriendelikheid, entoesiasme en pragtige
voorkoms. Ons was behoorlik oorweldig deur die wye
verskeidenheid kompetisieartikels van uitstekende gehalte
wat te sien was. Ons was ook beïndruk deur die

KLEINFONTEIN

professionele wyse waarop die VLU-leierskap die vol konferen-
sieprogram sonder enige haakplekke laat verloop het.

Ons is baie trots op die vyf ledebyeenkomste wat ons hierdie
jaar suksesvol gehou het. Hierdie geleentheid het ingesluit 'n
ken-mekaar-oggend rondom 'n kreatiewe vaardigheid, 'n
aanbieding deur 'n voorkomskonsultant, 'n saamwerkgeleent-
heid waar ons almal gewerk het aan ons blikkie vir die "I Can
can"-projek, 'n uitstappie en piekniek met die fokus op
omgewingsbewustheid en geskiedenis en ook 'n internasio-
nale tema waar die kollig op Amerika geval het. 'n Mooi klom-
pie van ons lede het ook deelgeneem aan die twee werkswin-
kels wat reeds aangebied is. 'n Belangrike mylpaal is behaal
by ons Mei-maand-vergadering, want ons het ons eerste VLU-
kompetisieartikels amptelik ingeskryf en laat beoordeel het.

Baie dankie aan elke lid van die Kleinfonteintak en ook aan
ons flinke voorsitter, Retha Coetzer en haar span bestuurs-
lede, vir julle toewyding en harde werk.

- Martie Swart



Ons span by die Konferensie.

Sittende: Martie Swart, Nicoléne Pretorius, Retha Coetzer, Emma-
rentia Davel, Sonja Barnard en
Elmé van Zyl.

Staande: Petro Botha, Ria Preto-
rius, Dorothea Steenberg,
Susann Smit, Rita Rorke, Lu van
Dyk, Marié vd Walt, Connie
Pretorius, Miems de Klerk,
Sandra Reynders, Annette
Erasmus, Toekie J van Vuuren,
Ursula Grant, Petro Rootman,
Hetta Vorster, Esther de Wet
Jooste, Leana Harmse, Barbara
de Jager.

KROONBLAAR

Toe vier die Kroonblare fees!!

'n Mini pamperslangsessie is waarmee die
lede verras is. Elna Meiring, 'n konsultant
van Avroy Shlain, vertel meer oor gesigvel-
sorg. Sy het elkeen teenwoordig se vel tipe
ge-analiseer en raad gegee wat elkeen
nodig het om haar gesig na behore te ver-
sorg. Daarna het sy gedemonstreer hoe
die gesig gereinig en bevochtig moet word
en ons het om die beurt haar aanwysings
op mekaar toegepas.

Na die pamperslangsessie is die tak se
prestasies tydens konferensie gevier. Die
feit dat ons die kleinste tak (minder as 20
lede) met die hoogste punte op die konfe-
rensie was, asook die enigste tak waarvan
elke lid ten minste een artikel bygedra het
tot die hoeveelheid artikels wat ingegee
was, is beslis 'n prestasie.

- Annatjie Lindsay, Skakelbeampte

Onder: Elna Meiring en
Lynis Kotze



Bo: Emma en Ester, Marietjie en Jo Ann



Bo: Drie voornemende nuwe lede - Daniella Coetzee, Sarie Maartens en Drienie van Niekerk.



Amigurumi - almal is besig om die tegniek te leer en blikkies vir die "I Can can"-projek met oulike gehekelde, gebreide en materiaal speelgoed te vul.

MY VLU REIS

My reis by die VLU en in die besonder by die La Femme-tak sedert 2014, was tot nou toe 'n wonderlike reis waar blywende vriendskappe gesmee is.

Van dag een af is ek omring deur dinamiese, talentvolle dames wat elkeen hul unieke vaardigheid, ondervinding en talent met my deel. Ons het saam gewerk aan projekte en kompetisieartikels. Ek het 'n paar keer artikels in onder andere hekelwerk, fotografie, stories en handvlyt ingeskryf en het selfs soms na Kongresvlak deurgedring. Die deelname aan kompetisies het my geïnspireer om buite my gemaksones te dink en doen, aangedryf deur kreatiwiteit en voortdurende verbetering.

Die deel van beide my lief en leed met mede-lede, het nie net my ervaring verryk nie, maar ook 'n ondersteuningstelsel geskep wat die VLU-byeenkomste soos 'n tweede tuis- te laat voel het. Betekenisvolle vriendskappe is gesluit.

Die maandelikse byeenkomste en demonstrasies bevorder 'n kultuur van uitnemendheid wat my motiveer om my beste na die byeenkoms te bring, by vergaderings te wees of die volgende een te beplan.

Dit is in oomblikke van gedeelde omgee dat ek die krag van vriendskap en liefde by die VLU ervaar. Terwyl ek oor my reis nadink, is ek dankbaar vir die kennis en ondervinding wat my bemagtig en wat die VLU 'n vreugde maak om deel van te wees. Dit het my gevorm tot 'n meer meelewende persoon. Hier, by La Femme, kan ek my menswees en vrouwees uitleef.

- Wilma Vermaak, La Femme

VAN RIEBEECK

Mariëtte Viljoen is die eienaar van Mentor Sentrum. Mentor is 'n opvoedkundige instansie wat vir elke leerder die geleentheid bied om toegang tot sukses te verkry. Mentor spesialiseer daarin om die potensiaal van leerders op 'n doelgerigte en genotvolle wyse te ontwikkel. Die doel van die instansie is om saam met die skool en ouers hande te vat en die bes moontlike fondament vir elke leerder te lê. Daar word met liefde en geduld gebruik gemaak van positiewe motivering om by elke leerder 'n sterk, gesonde selfbeeld en selfvertroue te ontwikkel.

Ons tema vir vandag: "Hef 'n kind op" is dus heel van pas en val so reg in haar kraal.

Sy gee aan ons 'n basiese raamwerk hoe om 'n kind in vyf stappe na Jesus te lei:

1. Begin met die vraag: Weet jy wie Jesus is? Weet jy wie die duiwel is?
2. Verduidelik wat sonde en die gevolge daarvan is.
3. God het Jesus aarde toe gestuur om jou te verlos. Hy het aan die kruis gesterf.
4. Jesus wil hê jy moet Sy kind wees. Jy mag kies.
5. Bid saam met die kind.

Jy glo dat jou sonde vergewe is en jy kies om Jesus jou Koning, Redder, Verlosser en Vriend te maak. Jy kies om van jou troon van jou lewe af te klim en vir Jesus beheer in elke area van jou lewe te gee.

Hoe doen jy dit? Ek bid en lees my Bybel. Ek het 'n verhouding met Jesus.

Bogenoemde word op 'n baie duidelike en eenvoudige manier aan die kind verduidelik d.m.v. 'n kartonhart, 'n deurtjie wat kan oopgaan, 'n kruis, druppels bloed: alles aan die swart kant. Gaan jy by die deur in, is die anderkant wit (sonder sonde) en kan jy 'n feesmaal vier in die hemel saam met Jesus en die mense wat jy liefhet.



Mariëtte se jare ervaring in die onderwys, haar gemaklike manier van praat en haar sinvolle, oortuigende verduideliking het ons, wat lankal nie meer kinders is nie, ook net weereens laat besef dat niks op aarde so noodsaaklik, so lewensbelangrik is as om te weet Wie in beheer van ons lewens is nie.

Ons is opnuut dankbaar vir genade en seën wat ons ook in ons tak ervaar net omdat ons wêét wie Jesus is, wat Hy vir ons gedoen het en steeds elke dag beteken.

- Elizabeth Kendall, Skakelbeampte

Mariëtte Viljoen, spreker en Dot Kruger, sameroeper



OMGEE: Lizelle Lottering (foto regs), is 'n maatskaplike werker betrokke by Kairos in die weste van Pretoria. Met 'n hart vir behoeftige kinders en volwassenes in ons stad, het Lizelle ons ingelig oor die behoefte wat op ons voorstoep heers. Kairos doen ongelooflike opbouende werk en waar daar behoefte is, gryp Kairos in as dit binne hul vermoë is. Taklede het hul harte en hande oop gemaak en ons het reeds vier vragte skenkings aan Kairos gegee. Daar word steeds weekliks donasies uit Wapadrant-geledere ontvang. Magda Botha wat sewe ouetehuse in haar sorg het, kon 20 omgee-pakkies aan dames in Cappies Ouetehuis uitdeel.



Om by 'n gastehuis, Cornerhouse on Conan, bymekaar te kom om amigurumi te leer, was heerlik. Tussen die lappies, gom, blikkies, wol, kant en hekelpenne word daar heerlik gekuier en die "I Can, can"-projek kry 'n hupstoot.

Tibbie Odendaal, Louise v Wyk de Vries, Marie Kemp, Hannelie Mocke, Alminda Bergh en Esmarie Smit

LEER: Carol Hardijzer laat almal aan sy lippe hang oor die geskiedenis van fotografie waar hy fotografie vir almal lewendig maak. Almal neem deel en die vroeë rol behoorlik in. 'n Pragtige uitstalling van kameras, foto's, albums ensovoorts beïndruk almal. Ons harte is seer oor al die ou kiekies wat ons al weggegooi het want elke foto het soveel inligting oor ons geskiedenis wat van onskatbare waarde is...



Links: Carol Hardijzer en Louna Coetzee

Dan laat Charl Mocke en Natasja Durrant van CMV Makelaars ons besef hoe oningelig ons is oor die onderwerp van testamenten en boedelberedding en hoe min ons in plek het sou ons onverwags sterf. Daar is ook baie inligting oor trusts, belasting, korttermynversekering, finansiële advies en baie meer gedeel - ons moet ingelig kom!.

- Walda Meyer, Skakelbeampte

SIX IMPORTANT GUIDELINES FOR YOUR LIFE:

1. When you are alone, mind your thoughts.
2. When you are with friends, mind your tongue.
3. When you are angry, mind your temper.
4. When you are with a group, mind your behaviour.
5. When you are in trouble, mind your emotions.
6. When God starts blessing you, mind your ego.

The razor blade is sharp
but can't cut a tree,
and the axe is strong but
can't cut hair.

Everyone is important
according to his/her own
unique purpose.

Never look down on anyone
unless you are admiring
their shoes.

KILNERPARK

Kilnerpark branch visited the ARC Biosystematics division at ARC Roodeplaat to look at the beautiful insect collection. This collection is an important part of South Africa's heritage and help a lot of scientists and taxonomists all over the world to name new insects. It is a big task for the team who look after this museum to ensure that the collection stay preserved and safe. The most intriguing insect that we saw was a termite queen. One of our members, Pikkie Reintjes is holding this specimen, collected in 1913 in Sunnyside in a stable, in her hands.

- Elize Lundall-Magnuson,
Liaison Officer



BATIK is een van daardie eeue-oue kunsvorme wat in Suid-Afrika deur menige gebruik is om interessante lappe tuis te maak. Die kreatiewe kant van die tak se dames het duidelik uitgekom toe hulle hul hand aan batik gesit het. Hulle moes Roodeplaat toe ry om Elize Lundall-Magnuson te besoek in die Bye-afdeling van die LNR waar hulle met 'n mengsel van bye- en petroleumwas hul pragtige skeppings gemaak het.

- Elize Lundall-Magnuson, Skakelbeampte

Regs: 'n Pragtige
kunswerk gemaak
met insekte



Bo: Madeleine Greeff besig met die eerste laag byewas



Links: Alda Coetzer, takvoorsitter, met haar pragtige batiklap.

In Memoriam

**Totsiens
Yvonne Bekker**

Dit is met groot hartseer wat Kilnerparktak moes afskeid neem van een van ons geliefde lede. Sy was 'n vrou van min woorde maar vele talente. Sy was een van daardie vroue wie se hande vir niks teruggestaan het nie. As sy 'n taak aangepak het, kon jy maar weet dit word met flinke geesdrif en fleur afgehandel. Stylvolle gasvrou!!

Haar liefde vir blomme het na vore gekom in al die rangskikkings wat sy gemaak het. Yvonne ons gaan jou mis maar ons weet jy rus nou sonder pyn in jou hemelse tuin.

- Elize Lundall-Magnuson, Skakelbeampte



'n Rangskikking deur Yvonne gemaak.

DIE BROMVOËL

Tydens 'n takvergadering het 'n spesiale gas, Dr. Lucy Kemp van die MABULA GROUND-HORNBILL PROJECT, haar kennis en passie vir die voël van die jaar, die Bromvoël (Southern Ground-Hornbill/Bocorvus Leadbeateri), met ons kom deel.

Hierdie belangrike skakel in die eko-sisteem is op die rand van uitsterf. Daar is tans slegs omtrent 400-500 broeipare in Suider-Afrika oor. Ongeveer een derde hiervan woon veilig binne die grense van die Kruger Nasionale Park. Ons mense is die grootste bedreiging vir die Bromvoël: Groot bome word maklik afgekap, gifstowwe word oral gebruik om plaagbeheer toe te pas en loodvergiftiging is 'n reuse probleem.

'n Tipiese Bromvoël-familie het ongeveer 100 vierkante kilometer grasveld (savanna) nodig waar hulle permanent veilig kan woon en voortleef. Hulle broei baie stadig en maak net een kuiken elke paar jaar groot. Twee eiers word gelê waarvan slegs die eerste een wat uitbroei, oorleef. Die tweede ene, wat ongeveer 5 dae later uitbroei, word uitgeskop en gaan dood. Die familiehoof is 'n wyfie. Sy kies een mannetjie as haar lewensmaat. Hulle is die alfapaar. Die res bestaan uit 'soldate' (slegs mannetjies) wat help met die alledaagse familietake soos die voorsiening van kos asook takke en blare vir die nes van die broeipaar. Hierdie soldate is baie nou betrokke met die grootmaak van die kuiken. Op ongeveer vier jaar oud is die kuiken volwasse en in staat daartoe om op sy/haar eie 'n nuwe groep te vorm. Hulle diëet bestaan hoofsaaklik uit paddas, slange en muike. Af en toe word 'n skilpad oopgeklouf en opgevrete. Hierdie voëls drink geen vloeistof nie.

Ek en my eggenoot het 'n paar weke vantevore die projek by Mabula gaan besoek waar Sandiswa Kula ons rondgewys en ingelig het oor die belangrike werk wat hulle verrig. Bromvoëls is een van ons sambreelspesies in Suider-Afrika. Die rol wat hulle in die eko-sisteem speel, kan ongelukkig eers gesien word as hulle nie meer in 'n omgewing voorkom nie.

Dr. Kemp en haar span poog om die tweede kuiken te red en groot te maak. Hulle doen dit by hulle fasiliteite naby Loskopdam. Die spanlede monitor ook al die bewegings van broeipare in Suider-Afrika. Hulle gaan ook op uitreike waar hulle boere en landelike gemeenskappe bewus maak van die belangrike rol wat die Bromvoël speel.

As VLU-lede kan ons 'n baie belangrike rol speel om hierdie spesie vir ons kinders en kleinkinders te red! Hierby 'n paar idees waar elke tak kan inspring en iets doen om te help:

- ⇒ As jy Bromvoëls raaksien, Whatsapp (0797546234) of epos (research@ground-hornbill.org.za) die volgende inligting: GPS-koördinate/'pin location', datum en tyd, hoeveel voëls in die groep. Jy kan ook foto's stuur.
- ⇒ Moedig ALLE jagters aan om slegs loodvrye koeëls te gebruik.
- ⇒ Wenslysie van die MABULA GROUND-HORNBILL PROJECT is: Selfone (tweedehandse fone ook welkom), bande vir hul bakkies, brandstof, sleepwaentjies, yskas, kratte om voëls te vervoer, opvoedkundige materiaal vir skole asook donasies. (Bank besonderhede: MABULA Ground-Hornbill Project, FNB Bela-Bela, kode 260347, rekening nommer 62071001912, epos-adres project@ground-hornbill.org.za)



Ons het die aand afgesluit met heerlike eet- en drinkgoed terwyl ons snaakse voëls op speelklippe geveel het.

- Anne-Marie Brodrick (Adri du Plessis, Skakelbeampte)



BUCKET LISTS...

The idea of a bucket list is to live a life with hopes and aspirations. Having a bucket list allows us to reflect on our values and setting personal goals. It identifies some important milestones we want to achieve. Usually significant experiences. Experiences we work through a lifetime to achieve. A sort of wish. Almost a dare. Or an aspiration of things that you usually won't do. And it will most likely be something spectacular. Out of your comfort zone and a challenge of sorts.

Everyone has a bucket list. Whether you admit it or not. Ideas for bucket lists are usually born because of other people's experiences. It comprises of places others have been to. Where they experienced things including some personal challenges. Those personal challenges we aren't always comfortable to share with others. The fear of the unknown and making memories. As humans, we don't like to change habits or challenge ourselves to that extent. Instead, we have inhibitions holding us back. What if we fail, or look weak? It doesn't look good. We will be judged and identified as a failure. Or maybe that we simply won't be good enough.

Over drinks at a braai, four very dear friends were discussing bucket lists and why people even have them. Our fears were highlighted. Throughout life, decisions are made for us. We are restricted by society, almost limited. Except when we have bucket lists. Bucket lists are the exception. Then you can do what you want, without judgement. Go ahead!

And so, it was decided that we should be freefalling at 300km per hour. Never mind the adrenaline rush, why would we want to do something so crazy? How did this make it to the bucket list for anyone? Is it the fear of heights. Not being in control. The unknown. The list was endless. Why skydiving...

For 18 months diaries couldn't be synchronized. The weather wasn't playing along. Busy social calendars. However, due to a determined friend, with a drive to tick off goals, the date came up quickly. Within 2 weeks a date was selected (weather permitting). Sunday morning arrived. A fresh and crisp day with no clouds. How bad would it be if I chickened out? The booking was made. We must! The weather is perfect. The day is beautiful. Go on and just do it.

Although a bucket list is personal, it is never done without support. Seldomly alone. We all need those friends that support us. That push us. People that celebrate life with us. People that are living life to the fullest alongside us. People wanting us to join in those special experiences.

- Sanja Auty,
Vice chairman



Wie is EK

Ek is al 55 jaar, wel oor twee maande, 56 jaar op reis saam met hierdie man.

Ek het toegelaat dat hy gebreek en vertrap word.

Ek het ander toegelaat om hom oneerbiedig en sonder respek te behandel.

Ek het hom al verskeie kere sien val en opstaan.

Hy het verlam gestaan deur vrees terwyl hy gevegte in sy kop, hart en siel geveg het.

Hy het mense vertrou en geglo wat nie in hom geglo het nie.

Glo my, hy het BAIE letsels!

Sommige mense is lief vir hierdie man, sommige hou van hom, sommige gee glad nie om vir hom nie en sommige haat hom....

Hy het goed gedoen in sy lewe, en hy het soms nie so goed gedoen in sy lewe nie. Hy het al baie gehad en hy het ook al bykans alles verloor. Hy het al uitgereik na mense selfs wanneer niemand na hom uitgereik het nie. Hy het al presteer en hy het al onderpresteer. Hy het al erkenning gekry en hy was al afgebreek en uitgesluit. Hy het al lesse geleer en was al die besprekingspunt op baie se lippe, ten goede en kwade. Hy het al gewens en was al verwens.

Elke fout, mislukking, beproewing, teleurstelling, verraad, sukses, vreugde en prestasie het hom gevorm en gemaak tot wie hy vandag is.

Hy is verseker nie perfek nie.

Hy is onstuitbaar, vol letsels, maar nogsteeds is hy staande.

Hy sal nooit ophou leer, groei of vorentoe beweeg nie!

Hy... is EK!

- Judy Wagner
Voorsitter Westonaria



GUIDE YOU OR PARALYSE YOU?

We have each travelled a different road to reach an array of fascinating opportunities. So why should we sometimes feel overwhelmed?

*Go into a kindergarten class and ask the kids how many of them can sing. **EVERY hand will go up.***

*Fast-forward 13 years and ask the same class of seniors the same question. **Only a few hands will go up.** What changed?*

The kindergarten kids believed they could sing because no one had told them otherwise.

Who told you otherwise?

Who told you that you could not do this?

The only voice telling you this untruth is only your own voice!

Each time you try a new venture, does your experience of the past *guide* you, or *paralyse* you?

- Peter Curruthers



Heading to the clouds

by Donna Reid
La Femme

Injasuthi: Day 1 was a very slow start and rain did not help the situation either. My backpack was heavy at around 16kgs. Food packs were distributed, and this pushed the backpack weight close to 20kgs. To take or not to take, was the question! What do I leave behind? Nothing?

We started walking on relatively flat terrain and gradually it started going up. At the start our guide mentioned *Heart-break Hill*. He said it will challenge us. How bad could it be? Well, it was one plateau after another. As you thought you reached the top another hill was in sight. It took 7 hours and 44 minutes to get to camp, a total of 11,73kms. This didn't break my heart, but it certainly tried to break my legs. The Drakensberg has a reputation of being very hot at times. Thankfully the rain kept us cool.

The first night in camp is always a bit disorganised. You are in unfamiliar territory. You don't really know your fellow hikers yet. I was absolutely finished after day one. I slipped my eye mask over my eyes and dried away quite quickly.

Day two welcomed us with a beautiful sunrise, which quickly disappeared behind clouds. We were summoned to the Mugg and Bowl restaurant for breakfast. This was the time we would get to know each other, over a cup of coffee and a bowl of muesli. There was excitement in the air as we discuss the day ahead. Surely we had the most difficult day behind us. Little did we know.

Our leader and chef Sdu, short for Sdudla, shouted out his infamous morning call, "Let's push, let's go!" 7 hours and 47 minutes of very steep rocky inclines lay ahead of us. I was pushed to my absolute limits. When I thought I could go no further, that little voice said, "You can. You've done it before. Don't give up."

When I'm pushed physically and mentally, I would always think back to the hike that changed my life. Summiting Kilimanjaro proved that I could do anything I wanted to. I have done so ever since.

The Drakensberg has unpredictable weather. A decision was made to stay at this camp for two nights. We would summit the peak on a day hike totalling 10,36kms roundtrip. This was a great decision. Hiking at altitude with a heavy backpack is no joke. I can say we really had a great day, standing above the clouds. Our emotions were all over the place, and rightly so. This is an accomplishment for the books.

What goes up, must come down, rung loud and clear. Two days of steep descents lay ahead. The first thing that comes to mind is slipping. You are never out of the woods until you have reached the point where it all started. Although descents are not strenuous cardio workouts, your knees do take the brunt of it. Besides a few slips here and there, the whole group made it back safely to *Injasuthi*.

We had 11 hikers, one chef and team leader and 4 porters. We met as strangers and parted as friends.

I say to the mountains, "Till next time!"

Donna Reid, La Femme



KONFERENSIE

Met Ds. Barend Kotze se opening aan die hand van die veelkleurigheid van Josef se klee, beklemtoon hy dat elkeen uniek moet wees. Net so is elke konferensie uniek en as die gasvroutak, Middelvlei, slegs uit ses lede bestaan en hulle voorsitter, Ria Herbst, kort voor die geleentheid oorlede is, waardeur die gaste die uniekheid en afgerondheid van die dag soveel te meer.



Links: Kitty Kotse (links) ontvang 50 jaar-knopie van Malinda Raats



Regs: Gerda Benadie (links) ontvang 40 jaar-knopie van Barbara Nell



Links: Maryna van der Merwe (regs) ontvang 20 jaar-knopie van Gerda Benadie



Regs: Susan Cronjé regs ontvang 20 jaar-knopie van Carol Boonzaaier



Links: 'n Dankie aan Baba Dippenaar wat die ete voorberei het.



Bo: Sally Ferreira (Streeksvoorsitter - Pretoriastreek) & Diana Keulder (Overvaal skakelbeampte) het pret met die pampoene.

PAMPOENE BY KONFERENSIE

Alhoewel die pampoene nie eintlik vir ons Konferensie bedoel was nie, het die dames dit terdeë geniet - foto hierbo is genoeg bewys.

Die week tevore was daar 'n Pampoenfees by die saal waar ons konferensie gehou het en ons was net bevoorreg om ook sulke massiewe pampoene te sien. Die grootste pampoen het 218 kg geweeg.

Daar is meer as 'n honderd verskillende kultivars om van te kies. Boerpampoenvariëteite is Crown Prince, Flat white Boer, Ford, Jarrahdale, Long Island Cheese, Queensland Blue, Star 7001 en 7002

Hubbard-pampoenvariëteite is Green Hubbard, Chicago Warded, Golden Hubbard, Exxex Red en Blue Hubbard.

Hoeveel verskillende Pampoenvariëteite/ kultivars ken jy?



Bo: Debbie Basson steek 'n kers aan ter nagedagtenis aan Ria Herbst - Middelvlei, Amanda Cilliers - Krugersdorp en Henriette du Plooy - Westonaria.

- Ronel de Greeve, Witwatersrand-skakelbeampte

RIDDERSPORE



Patroon vir 'n klein beertjie vir die "I Can can"- blikkies.

Patroon

30 steke

30 rye

Elkeen besluit self oor die kleur.

Nek word met wol ingetrek en ore word in vorm gewerk. Die beertjie word opgestop. Neuse, oë en mond kan met swart wol gewerk of met swart pen geteken word.

- Leoni Calitz, Skakelbeampje



Bo: Ons dames is hard aan die werk om te leer hoe om Macrame-artikels te maak. Maryna van der Merwe van Fuchsiaat het bietjie hand by gesit en die verskillende knope kom leer. Dames is baie ywerig en hard aan die werk met die nuwe tegnieke wat geleer is.

LENTE

SUKSESVOLLE VERKOPE OP 'N MARK

Met Kreatiewe en Produktiewe Vaardighede as tema, fokus ons op die maak van produkte en raad oor hoe om te verkoop. Handewerk is harde werk en niemand wil die teleurstelling hê om min of selfs niks te verkoop nie.

Gelukkig het ons lede wat baie suksesvol by bekende markte verkoop en ons kon tap by die ervaring van twee van die dames, Cillie van Rooyen en Chelize Badenhorst, wat beide ook hul eie, suksesvolle besighede bedryf. Die talentvolle en baie produktiewe Cillie het die praatjie hanteer met Chelize se insette. Haar raad was soos volg:

- ◇ besef dat jy nooit vir jou **tyd** vergoed gaan word nie en moenie verwag om ryk te word nie,
- ◇ **lok** voornemende kopers met goedkoper items en ooreed hulle dan om duurder items te koop,
- ◇ maak **planne** soos 'koop een, kry een gratis' of ruil ware met ander verkopers. Sodoende kry jy iets wat jy nodig het, sonder dat jy ekstra geld uithaal EN jy pak jou kar nie weer vol terug huis toe nie.

Jou Teikenmark

Jy moet weet **aan wie** jy jou produk wil verkoop sodat jy verskille in smaak, voorkeure, kultuur en lewensfases in ag kan neem.

Wat wil mense graag koop?

Mense wil iets koop wat nou in die **mode** is, oftewel wat **"trend"** en om dit vas te stel, moet jy weet wat in die winkels, tydskrifte, Pinterest en Instagram aangaan - veral **kleure en style**. Maak seker wat reeds op markte en in geskenkwinkels beskikbaar is – jy wil jouself **onderskei** deur te verbeter daarop en nie presies dieselfde aanbied nie.

Tye beweeg aan en wat vyftien jaar gelede **populêr** was, is nie meer gewild nie. Cillie het gemaak dat mens moet let op die fyn lyn tussen 'vintage' en oud-modies. Veral **materiaal** lyk gou outyds en benadeel die fraaiste artikel. Onthou ook dat die gesegde **'less is more'** dikwels in die kol is – moenie oorboord gaan met versierings nie". Selfs die materiaal wat

jy gebruik vir hekelwerk, kan jou produk meer hedendaags of outyds laat vertoon. Tans is hekelwerk van katoendraad en tou byvoorbeeld meer gewild as van die tradisionele, dun hekelgare.

Vra jouself af **of JY geld sou spandeer** op die produk wat jy wil verkoop. Volgens Cillie bly gebruiksartikels gewild, iets wat jy byvoorbeeld vir 'n gasvrou as 'n bederf kan saamneem.

Jou verpakking is die kersie op die koek wat jou dadelik in 'n spesifieke kategorie plaas. 'n Sellofaansakkie vertoon jou ware netjieser en meer keurig as net 'n plastieksakkie. Dikwels moet mens geld uithaal om geld te maak. Kyk hoeveel mooier lyk growwe tou of 'n laplint saam met jou produk, eerder as blink bloemistielint. 'n Item wat meer professioneel vertoon, gaan meer belangstelling lok!

In dieselfde trant lyk 'n 60x60cm of reghoekige 60x40cm strooikussing mooier as 'n 50x50cm kussing. Oorweeg ook of die vulsel van jou kussing dit in waarde laat toe- of afneem.

Laastens verwag mense **unieke** produkte by 'n mark anders kon hulle mos net sowel 'n draai by "China Mall" gemaak het.

- Marlene Joubert, Skakelbeampje



Cillie van Rooyen wat interessante raad gee oor die maak, verpak en bemerking van artikels wat soos soetkoek op markte verkoop.

MIDDELVLEI

Na die ontydige afsterwe van Ria Herbst op die 14de Oktober 2023, was Middelvleitak in sak en as. Wat gaan nou met die tak gebeur, kan dit aangaan of gaan dit ontbind?

Baie vrae is gevra en baie antwoorde is gegee maar niemand kon tot 'n oplossing in daardie seer tyd kom nie. Niemand wil die voorsitterskap (verantwoordelikheid) oorneem nie en daar was gewik en geweeg of ons die tak moet sluit en oorgaan na ander takke toe.

Konferensie was op hande, lede het bedank tot so 'n mate dat daar net ses lede oorgebly het, waarvan een 'n ere-lid is. Konferensie moes egter afgehandel word en alles was alreeds bespreek en aangekoop terwyl Ria nog daar was. Sy sou wou gehad het dat ons moet voortgaan met alles, selfs die swart boksies was haar idee. Sy het selfs met haar siekte in die hospitaal die kruisies gehekel.

Die laaste strooi en oorwinning het gekom vanaf Salomé op die 8ste Maart 2024, die dag voor die Konferensie. Sy het vir Judie Wagner oorreed om oor te neem en hulle sal help as daar enige probleme opduik - hulle was Salomé de Jager, Gerda Benadie, Ronel de Greeve en Adri van Niekerk (streekvoorsitter).



Ek is hier nog onseker of ek moet oorvat maar Elaine de Koker werk aan my...

Ek is 'n groentjie wat dit betref en het op die harde manier geleer. Vergeet was een van my sterkpunte. As ek nie iets neerskryf nie, gaan ek dit nie onthou nie, ek krabbel hier en daar op papiertjies en op die ou einde weet ek nie waar ek dit neergeskryf het nie. Moes die eerste vergadering vir die sekretaresse vra wat alles behels en waaroor ons gaan praat.

Middelvlei begin nou weer optel en na die Konferensie het ons een nuwe lid bygekry, nl. Analize Oosthuizen en ons het alreeds ons tweede vergadering hierdie jaar gehad met my as voorsitter.

Die program is klaar uitgewerk, opstaan sal ons weer opstaan en aangaan.

- Judy Wagner, Voorsitter Westonaria tak

(‘n Gideonsbende is die woord wat by my opkom. Julle kan baie vermag! - Red)



*Judy Wagner (voorsitter en tydelik tesourier), Elaine de Koker (visevoorsitter), Tertia Herbs (het intussen verhuis) Lettie Bosman (addisionele lid)
Voor: Francis vd Merwe (sekretaresse) en Bokkie Meyer (skakelbeampte)*

WESTONARIA

MAKLIKE GESIGROOM RESEP

Bestanddele:

- 100ml Pienk Speensalf (Melk salf)
- 60ml Elizabeth Anne's Baby Lotion
- 60ml Wit Akwa Room (Aqueous Cream)
- 30ml Weefselolie (Tissue Oil)
- 30ml Bioderma Photoderm Max SPF 100
- 30ml Elizabeth Anne's Aqueous Cream
- 30ml Amandelolie

Metode

Meng alles goed deur en gooi in houertjies.

As jy die room klaar aangemaak het, bêre dit in 'n skroefdekselpotjie.

Vir 'n nagroom vervang jy die Bioderma Room met 30ml Gliserien

- Judy Wagner, Voorsitter Westonaria



Carol Boonzaier (Westonaria Voorsitter) en Pastoor Jackie du Plooy.

Jackie du Plooy vertel baie interessant oor kleur in ons lewe asook die simboliek daarvan in die Bybel.

“Wynrooi - nuwe wyn: nuwe passie, nuwe uitkyk op die lewe. Ons kan nie nuwe goed in ou idees probeer maak werk nie. Nuwe wyn in ou wysakke laat die sakke skeur.

Olyfgroen: Laat ons dink aan olywe. Olyfolie is duur en olywe word deur 'n proses gepepers om dit te kry. Die lewe is nie maklik nie en druk soms baie hard maar om die beste uit ons te kry. Ons is baie kosbaar vir die Here.

Pers: Is 'n koninklike kleur en ook duursaam. In die antieke tyd kon net mense van hoë aansien purper bekostig. Ons besef nie altyd hoe kosbaar en uniek ons is nie. Ons het Koninklike bloed wat in ons are vloei as ons Koningskinders is.”

- Susan Cronjé, Skakelbeampte

OM DIE KNOOP DEUR TE HAAK – sy KAN vir die “I Can can”- projek

Janine Scheepers is 'n vrou wat kán hekel en sy het haarself hart en siel in die Amigurumi-projek ingegooi. Sy het al meer as 100 items gemaak wat mooitjies in die blikkies kan pas; die een fraaier as die vorige! Baie van die karaktertjies het armpies of beentjies wat die kinders kan trek. Janine het spesiaal ook seker gemaak daar is speelgoedjies vir seuns ook soos ‘Spongebob’, en eenoog-monsters. Derhalwe het ek dit goed gevind om ‘n bietjie meer oor Janine se passie vir hekel uit te vind.

Reeds op ‘n jong ouderdom het Janine by haar ouma se suster die basiese steke geleer en kon op negejarige ouderdom selfstandig vir haar poppe kleertjies hekel.

Vanaf 2016 kon sy meer tyd aan haar passie wy toe haar twee seuns meer selfstandig begin raak het. Dis vir haar ‘n groot lekkerte om elke dag aan nuwe idees en kleurkombinasies te dink om sodoende ‘n uitsonderlike artikel te skep.

Janine put inspirasie by verskillende hekelgroepe wat sy op Facebook volg, idees wat sy op Pinterest raakloop, asook video’s op YouTube, wat haar help om ingewikkelde steke en tegnieke te bemeester. Media-platforms sluit vandag ‘n magdom van inligting oop vir enigiemand wat die Internet kan bemeester. Sy kry haar patrone op Ravelry en Pinterest, alhoewel sy dit na behoefte aanpas. Janine hou van die Russiese ontwerpers en gebruik Google Translate om hulle te verstaan. So, dis duidelik dat haar rekenaarvaardighede baie met haar stokperdjie help !

Janine droom om werkswinkels aan te bied, om ‘n reeks poppe

te maak wat uitsonderlik, lewensgetrou en spesiaal is, asook ‘n reeks unieke, interaktiewe babaspeelgoed. Haar groter poppies verkoop sy reeds aanlyn en ook by verskeie uitgesoekte handwerkmarkte, onder andere by Prison Break Market.

Geniet elke dag die uitleef van jou kuns, Janine!

- Marlene Joubert,
Skakelbeampste,
Lentetak



KRUGERSDORP

NUWEJAARSVOORNEMENS IS NIE EERS BY FEBRUARIE-VERGADERING GEBREEK NIE!

Daar was onversierde kolwyntjies (cupcakes) aangekoop en die dames het die kolwyntjies na hartelus met versiersuiker en versiersels getooi maar niks vir hulself nie - so, geen dieët is gebreek nie. Hierdie mooi koekies is aan die inwoners en die personeel van die tehuis vir fisies gestremdes waar die tak maandeliks vergaderings hou, gegee.

Matla A Bana is ‘n nie-winsgewende organisasie, gestig deur Monique Strydom wat destyds saam met haar man en ander mense deur die terroriste organisasie, Al Qaeda-gevangene gehou was. Toe sy vrygelaat is het sy haar voorgeneem om ander mense se help. Sy het Matla A Bana gestig na die verkragting van twee babas in 2002. Die organisasie werk saam met die polisie en maatskaplike werkers om gemolesteerde kinders te help. Hulle sorg dat daar pakkies by die polisiestasies en howe beskikbaar is waarin onder andere ‘n waslappie, ‘n sepie, skoon onderklere en ‘n versierde blikkie waarin daar ‘n beertjie is. Die beertjie is gewoonlik altyd by die kind vir vertroosting. Hierdie projek is deel van die Overvaal se “**I Can can -projek**” waarby Witwatersrand ook betrokke is. Klein gebreide of gehekelde beertjies of sagte diertjies wat binne in die blikkie pas, word ingesit. Lizel van Eden van Matla A Bana sê geen kind het nog ooit sy beertjie geweier of gevra vir ‘n mooier speelding nie. Hierdie kinders het dinge beleef wat volwasse polisiemanne laat huil. Hierdie is ‘n saak wat ons lede diep getref het en waar ons met graagte wil help deur die bietjie te doen wat ons kan doen om ‘n verskil in hierdie kinders se lewens te maak.

Krugersdorp groete
Hendi Joubert

Lizel van Eden en Henriette du Toit



FAIRLAND

HIERDIE MYLPAAL MOES GEVIER WORD!



By die NG Kerk Weltevreden se Koffie-winkel, met vonkelwyn op ys en groot opgewondenheid onder die bestuur, is die gaste en eregaste ingewag.

Ons word vereer met die teenwoordigheid van Barbara Nell, Overvaal President en haar pragtige dogter asook Adri van Niekerk, WWR Streekvoorsitter.

Die pragtige Rika Sennett-Borthwick is gasspreker en deel haar agtergrond. Met haar sagte soet stem lees sy vir ons gedigte voor.

Ina Booyse deel staaltjies uit ou notules en ons besef weereens hoe belangrik dit is om akkurate notules te neem. Cornel du Plessis verloor haarself in die ou takalbums van die 70 jaar se geskiedenis wat uitgestal is.

Dit was 'n heerlike pienk-oggend, afgerond met rose en pêrels, die heerlikste versnaperinge en pragtige kolwyntjies en ons drink op die "lang bestaan van VLU Fairlandtak!".



Bo: Cornel du Plessis



Bo: Ina Booyse en Rika Sennett.



Links: Mooiste kolwyntjies gebak en versier deur Elmarie Kirchner

VOORTREKKER MONUMENT WA-LAER.



Endriette Janse van Rensburg vertel dat hulle die Ossewa en die Kakebeenwa van mekaar onderskei. Albei waens is deur osse getrek en jy moes 'n goeie span osse hê om 'n wa te sleep/trek.

Die kakebeenwa was die wa waarin die Voortrekkers geslaap het, ook waar hulle die potte en panne gehang en die hoenderhokke onderaan die wa gehang het.

Die ander wa was om goedere te vervoer. Dit was ook die swaarder wa wat meer osse nodig gehad het om te trek.

Endriette vertel ook hoe die waens skud. Sy sê wanneer jy gesond is loop jy liever want teen die tyd dat

die wa vanaand stop is jou rug af. Meestal is net siek mense in die waens vervoer.

Sy verduidelik hoe hulle daardie tyd melktert gemaak het. Jy het 'n spesiale pan nodig gehad sodat die kole bo-op die deksel gegooi en onderin geskuif kon word en dan het dit 3 ure geneem om gaar te word. Daar was nie 'n stoof of 'n oond nie. As daar kaneel beskikbaar was, is dit oorgestrooi maar dit was baie skaars.

Die boere het nie winkels besoek nie, die smouse het met hulle waens boere-laers gesoek om goedere te verruil. Daar was ook nie geld om voorraad te koop nie, dit was dus meestal ruiltransaksies.

Drie van die dames het ook probeer om die sweep te klap. Die sweep se stok is ongeveer 2 meter lank en die slag is om en by 5 meter lank met die voorslag aan die voorpunt. Die sweep is nie gebruik om osse te slaan nie, net die geklap van die sweep het die osse aangespoor om die waens te trek.

Baie van ons is dankbaar dat ons nie in die Voortrekker-tyd grootgeword het nie. Dit was baie interessant om meer te leer van hoe ons voorvaders gelewe het.

- Zaria Oliver, Skakelbeampte



Links: Dit was ook Ina Booyse se verjaarsdag en Renette le Grange wens haar geluk.

Onder vlnr soos gesigte verskyn: Ina Booyse, Pina vd Venter, Zaria Olivier, Nettie Vorster, Ronel de Greeve, Obé Theron, Bets (gas), Ansie Reyerse, Ina vd Berg, Renette le Grange, Heleen Roux, Salomé de Jager, Santie Strydom. Susan Greyvenstein



Knitting

Knitting has a rich and fascinating history that spans thousands of years. The origins of knitting can be traced back to the Middle East, Asia, and South America, where archaeologists have discovered evidence of early knitting techniques dating back to around 2000 BCE.

- ◇ Ancient Civilizations (2000 BCE - 500 CE): Knitting was first developed using primitive techniques such as nalbinding, which involved using a needle to loop yarn. (*see more below—Ed) Early examples of knitting can be found in ancient Egyptian, Chinese, and Peruvian cultures.
- ◇ Middle Ages (500 - 1500 CE): Knitting spread throughout Europe during the Middle Ages, where it was used to create clothing, accessories, and textiles for the wealthy. The first knitting guilds were established in Europe during this time.
- ◇ Renaissance and Baroque (1500 - 1800 CE): Knitting became more widespread during the Renaissance, with the introduction of new techniques and tools such as the knitting needle. Knitting was used to create intricate and ornate designs.
- ◇ Industrial Revolution (1800 - 1900 CE): The Industrial Revolution brought significant changes to knitting, with the introduction of mechanized knitting machines and the development of new yarns and materials.
- ◇ 20th Century (1900 - 2000 CE): Knitting experienced a resurgence in popularity during the 20th century, with the rise of hand knitting and the development of new techniques and styles.
- ◇ Modern Era (2000 CE - present): Today, knitting is enjoyed by people all over the world, with a thriving community of knitters who share patterns, techniques, and inspiration online and in person.

Some notable milestones in knitting history include:

- ◇ The invention of the knitting needle (circa 1500 CE)
- ◇ The publication of the first knitting pattern book (1524 CE)
- ◇ The development of the first mechanized knitting machine (1800 CE)
- ◇ The rise of hand knitting as a popular hobby (1960s CE)

*** Nalbinding:** The word literally means “**binding with a needle**,” and that describes this technique rather effectively. In essence, it’s binding stitches together with a single needle to create textiles. One of the main differences between nalbinding and knitting or crocheting is that there is no set gauge. This is because rather than creating gauges with specific needle sizes, the stitches are created with one’s thumb. Since everyone’s thumbs are different sizes, the textiles created will all vary in size as well.



Crochet

The word "crochet" comes from the French word for "hook," and the craft has its roots in ancient cultures around the world.

- ◇ Ancient Egypt: Evidence of crochet-like techniques dates back to around 1000 BCE, with tombs containing intricately crocheted clothing and accessories.
- ◇ South America: The Incas used a primitive form of crochet to create clothing and textiles around 2000 years ago.
- ◇ Europe: Crochet emerged in the 19th century, popularized by Irish and Scottish immigrants who brought their skills with them. The first known crochet patterns were published in Europe in the 1840s.
- ◇ North America: Crochet became popular in the United States during the Civil War era, with women creating clothing and blankets for soldiers.
- ◇ 20th century: Crochet experienced a resurgence in popularity during the 1960s and 1970s, with the rise of handmade crafts and DIY culture.

Throughout its history, crochet has been a symbol of creativity, resourcefulness, and community. From traditional lace-making to modern amigurumi toys, crochet continues to evolve and inspire crafters around the world.

- Ronel de Greeve, Streekskakeelbeampste, Witwatersrand



Bo: Annemarie le Roux is 55 jaar lank lid van Roodepoorttak.

Haar verskriklike unieke blikkie en die poppies het sommer ons ander dames ook geïnspireer. Die gebreide poppies is so oorspronklik met baie detail versier. Sy het met liefde ure aan elkeen gespandeer en dit gaan baie harte verbly.

- Malinda Raats, Voorsitter

MEIMAAND IS CHELSEA BLOMMESKOU-TYD

In Mei 2023, op besoek aan my dogter en sus in Londen, bederf my sus my sowaar met 'n toegangskaartjie na die Chelsea blommeskou! Ek deel dié voorreg graag met julle, want die prentjie in my geestesoog was nogal anders as die ware Jakob. Groter en baie besiger as die prentjie in my kop.

Die oggend op pad na dié skou van blommeskoue, die RHS Chelsea, dis nou die Royal Horticultural Society, kon ons al vroue op pad na die blommeskou op die moltrein eien, baie van hulle in vrolike, vroulike rokke getooi. Dié was duidelik 'n gunsteling uitstappie vir groepies vriendinne. Die hoeveelheid mense het my steeds verbaas, al het my sus gewaarsku dat daar na elke geleentheid in Engeland áltyd massas mense stroom.

Nadat ons deur die hekke van die Royal Hospital Gardens is, het 'n lang boomryke laning voor ons uitgestrek, vol feestelike stalletjies aan weerskante. Ek sou heeldag by die fraai stalletjies gedraal het as my sus nie verduidelik het dat hierdie net 'n bysaak vir later is nie. Met die sowat 160 000 mense wat in 5 dae die blommeskou besoek, maak dit vir maatskappye sin om hul ware in die kortste tyd aan die meeste potensiële kopers moontlik bekend te stel. Jy kan maar opnoem en dis daar: snoeiskêre, sonhoede, kweek- en sonhuise, stoepmeubels, selfs bronsbeelde vir jou tuin of skilderye van blomme. Die uitstallings is 'n fees vir die oog en is met blomme versier, soos die populêre, pragtige pers poeierkwas "Aliums", 'n familielid van die ui en knoffel.

By die tuinuitstallings was dit haas onmoontlik om die tuine te geniet saam met duisende mense. Wanneer bekende Britse tuinboukundiges besig is met 'n TV-opname, is daar nie 'n kat se kans nie - jy kom nie binne meters van die tuin nie! Daar is natuurlik wonderlike, vreemde maar ook geniale idees in dié tuine wat ook gerangskik is volgens kategorië, byvoorbeeld balkontuine. Onverwags genoeg, was dit BAIE warm en sonnig en bedompig in Londen en ons mik toe eerder na die saal wat my sus reken die hoogtepunt is.

Dié saal, of Grand Pavillion, is 'n wonderwêreld van kleur, maar baie bedrywig en daar is g'n kans om verbouereerd te wonder watter kant toe nie. Soos beeste in 'n voerkraal beur ons vorentoe en sou mens te lank loer na iets wat jou betower en dalkies skielik teen 'n ouer dame tot stilstand kom, word jy vermaan met 'n snedige "never mind me"! Nou ja, die wonderlike, yslike saal is waar plantkwekers hul ware vir tuiniers uitstal. Daar is paviljoene met onder andere lelies van alle soorte en kleure denkbaar wat op drie of vier trappe vertoon word, met 'n lengte van 'n paar meters. Dis die mooiste mooi wat aanhou en aanhou. Die rose beslaan 'n baie groot gedeelte in die middel waar hulle vertoon

word saam met "hard landscaping" van byvoorbeeld plaveisel, mure, brue, boë en trappies. Romanties, geurig, kleurvol, charismaties!

Ons het vergeefs gesoek na die Suid-Afrikaanse uitstalling. Suid-Afrika het nie deelgeneem nie, maar ons "BlackJack" Agapanthus van Hartebeespoort se wêreld, het my van trots laat swel met 'n eerste prys as beste nuwe plantsoort! Voorwaar 'n pragtige plant wat ek graag self in my tuin sou wou hê.

Die blommerangskikkings was droommooi en het baie mooi foto's opgelewer, veral met die fotogeniese peonies. Opvallend was ook die ekstra groot houers waarin plante vertoon is. Byna asof 'n normale potplantpot ekstra groot getoor is!

Tussendeur het ons darem iets onder die bome gaan eet en het die essensiële Pimms die kredietkaart laat kreun. By 'The Newt' met sy Babylon-storen-konneksie, het ons darem 'n gawe proetjie gratis en verniet gekry en ek was beïndruk met hulle pragtige, vars stalletjie van groen appels wat hulle appelbier (cider) se oorsprong uitgebeeld het.



Teen dié tyd het honderde vroue iets lig op die grasperke gesit en geniet. Het ek al genoem van die manne met hul mooi linne-pakke wat darem ook kom

loer het?

Uiteindelik kon die voete en bene net nie meer nie (ek het waarskynlik my daaglikse tree verdriedubbel). Die gees was gewillig, maar die vlees was swak en ek moes halt roep. In die perfekte wêreld sou mens vir drie dae lank alles rustig kon geniet.

Nog 'n groot bederf vir die volgende dag, was winkelveters in Chelsea en die rykmansbuurt Belgravia – onbeskryflik!! Een mooier as die ander - meer blomme, méér imposant, beter idees! Enige ontwerper se absolute droom! Chelsea blommeskou het nie teleurgestel nie.

- Marlene Joubert, Lentetak



BOSLELIES

NUWE TAK VIR WITWATERSRAND.

Randfontein het nou hulle eie VLU-tak gestig onder die leiding van die takvoorsitter Debbie Coetzee. Ons het op die naam Boslelies besluit aangesien dit Randfontein se blom is. Ons vergader een keer 'n maand en dit is gewoonlik die 2de Woensdag van die maand. Julle kan ons kontak by boslelierandfontein@gmail.com

Regs: Debbie Coetzee (links) saam die Streekvoorsitter van die Witwatersrand, Adri Van Niekerk.



Links: Agter: Debbie Coetzee, Adele Venter, Lashsia Olivier Susan Combrink, Dania Kruger. Voor: Rita Engelbrecht, Adri Nel & Suzetta Schoeman



KINDERHOF VIER PAASFEES

"Op jou verjaarsdag moet jy koek kry. Op Kersdag moet jy 'n geskenk kry en op Paasfees moet jy paaseiers eet," sê Adele Venter, skakelbeampte van Boslelies. Saam met Nicky Redelinghuys en Annamarie Deyssel het hulle kinders in veiligheidsorg wat wag op die bepalings van die kinderhof, met 'n ete by Spur bederf na 'n danskompetisie waar hul pryse kon wen. Daarna het die kinders die geleentheid gehad om wasgoedpennetjies te soek om dit te ruil vir 'n paaseier.

Nicky vertel dat die kinders wat wag vir die kinderhof, nie interaksie met hul ouers mag hê nie en daarom het sy besluit om die geleentheid vir die kinders aan te bied. Sy het vertel dat die meerderheid van die kinders gewoonlik verlate is en in dromme of bokse gevind word en dat baie kinders ook verwyder word van huishoudings as gevolg van dwelmmisbruik. Elke kind by die kinderhof het 'n hartseer storie.

Die kinders het nie familieledes tydens spesiale dae soos Paasfees, Kersfees en verjaarsdae nie. Daarom probeer ons om dit vir hulle spesiaal te maak sodat hierdie kinders kan beseft dat hulle belangrik is."

- Adel Venter, Skakelbeampte.

Annamarie Deyssel, Nicky Redelinghuys en Adel Venter was die organiseerders van die geleentheid.



Bo & onder: Debbie wen 'n 3D-drukker by die Paasrand se skou waarvoor sy net een kaartjie gekoop het. Hiermee druk hulle allerhande diertjies wat hulle weer kan verkoop.



Koeksoda

Hierdie is nie 'n onbekende produk nie want as daar gebak word, gebruik ons meestal bakpoeier of koeksoda as rysmiddel. Ons weet nie noodwendig hoe dit werk of wat dit presies is nie, maar die resepte sê so en ons gebruik dit soos die resepte sê.

Die probleem kom wanneer ons Engelse resepte kry en daar soms na "baking soda" of by ander na "bicarbonate of soda" verwys word. Wat is die verskil? Die kort antwoord is – dis dieselfde produk en dit hang net af vanwaar die resepte kom.

In die VSA gebruik hulle die term "baking soda" en in Australië en die Verenigde Koninkryk "bicarbonate of soda". Die chemiese samestelling is (NaHCO_2) en die gebruik is dieselfde. Dit speel 'n groot rol in gebak maar ook in die gebruik as skoonmaakmiddel en vir die verwydering van reuke. Koeksoda is alkalies en word gekombineer met 'n suur en vloeistof om die reaksie aan die gang te sit. Dit word dikwels in kombinasie met kremetart, karringmelk, jogurt en melk gebruik in gebak soos brood en koek. Wanneer dit met 'n suur gemeng word vorm koolsuurgas wat lug verplaas en 'n ligte tekstuur aan die gebak gee.

Hoe verskil dit van bakpoeier? Bakpoeier is koeksoda wat reeds met 'n suur gemeng is en benodig slegs 'n vloeistof om te begin reageer. Die algemeenste suur wat in bakpoeier voorkom is kremetart. Die mengsel is gewoonlik twee dele kremetart en een deel koeksoda. Die smaak is neutraal en word dan dikwels met iets soos melk gekombineer wat ook 'n neutrale smaak het.

Koeksoda het ook baie ander gebruikte behalwe in gebak. Die mees algemene waarvan ons gewoonlik weet is dat dit die slegte reuke in yskaste kan verminder. Dit kan egter oral gebruik word vir 'n gesonder lewensomgewing en ook gesondheid.

Koeksoda het 'n lang geskiedenis en was oor eeue heen gebruik. Die antieke Egiptenare het 'n bestanddeel genaamd "natron" gebruik. Natron in Afrikaans word ook wassoda, kristalsoda of natriumkarbonaat genoem. Hulle het dit as skoonmaakmiddel en vir mummifikasie gebruik.

Koeksoda word as *soda ash* uit die erts genaamd Trona, gemyn. Die wêreld se grootste neerslag van hierdie mineraal is in Wyoming, VSA. In 2018 alleen is meer as 17 miljoen ton van hierdie erts ontgin en oor die wêreld versprei. Suiwer koeksoda word verkry deur natriumkarbonaat, water en koolstofdoksiedgas te vermeng. Na verdamping word 'n wit poeier, genaamd koeksoda of *bicarbonate of soda*, verkry. Hierdie erts word na 6 lande in die Ooste uitgevoer wat die roumateriaal in fabriek verwerk en in massa na die res van die wêreld uitvoer om daar verpak te word.

Drie maatskappye in Suid-Afrika voer hierdie verwerkte produk in uit verskeie lande, verpak dit onder hulle eie naam en versprei die produk na ander lande in suidelike Afrika.

Hedendaags word dit ook deur 'n chemiese reaksie tussen trona ure ('n kristal), koolstof dioksied, water en ammoniak vervaardig. (*Trona (trisodium hydrogendicarbonat dihydrate, also sodium sesquicarbonate dihydrate, $\text{Na}_2\text{CO}_3 \cdot \text{NaHCO}_3 \cdot 2\text{H}_2\text{O}$) is a non-marine evaporite mineral.*)

As produk van die jaar is die uitdaging om die moontlike gebruikte te ontdek en daarom sien ons uit na lede se bydraes.

Bron: Internet
& Amari Haumann, Skakelbeampte Monumentpark.



"DIP 'N OUMA" - Gebore uit nood 1930

Op 'n plattelandse dorpie in die Klein Karoo, Molteno, was daar 'n predikant wat gedurende die 1930-depressiejare, 'n paar vroue uitgedaag het om met die halfkroon wat hy hulle gee, uit te gaan om daarmee te gaan woeker.

Elizabeth Ann Greyvensteyn het haar halfkroon dadelik gebruik om bestanddele te koop om beskuit te bak.

Sy betrek haar gesin by die beskuitbak en gou-gou was haar beskuit 'n groot sukses.

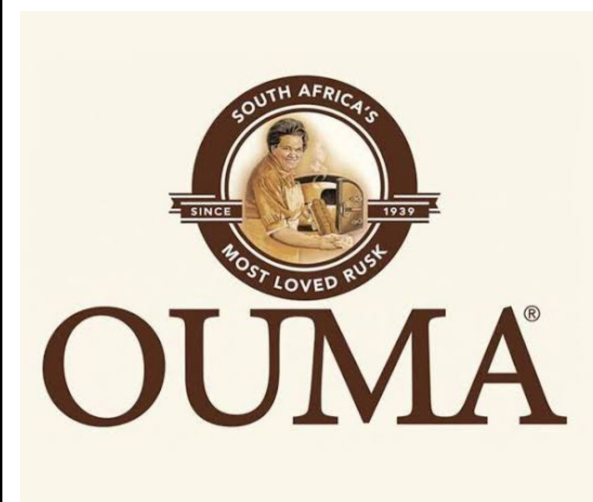
Sy bou 'n klein fabriek langs die plaashuis en verskaf sodoende werk en inkomste vir baie gesinne in nood.

1941 brand die fabriek af, maar hierdie dapper vrou laat niks haar stop nie. Met haar gesin se hulp en ondersteuning bou hulle die keer nog 'n groter fabriek.

Nou, na 94 jaar, is Ouma-beskuit nog steeds een van die bekendste produkte in SA.

Die visie en uithouvermoë van 'n merkwaardige vrou saam met haar gesin wat gebore is gedurende uitdagende tye.

- Susan Greyvenstein, Fairland tak



GOOEY SJOKOLADEBRUINTJIES.

Hierdie is die heerlikste sjokoladebruintjies. Dit kom uit 'n kinderboek.

- 130 g botter gesmelt
- 250 ml suiker
- 2 eiers
- 10 ml vanieljegeursel
- 125 ml melksjokolade
- 110 g koekmeel
- 60 ml kakaopoeier
- 2,5 ml sout
- 250 ml heel sjokoladesplinters of neut gekerf



Wat om te doen:

1. Verhit die oond tot 180°C.
2. Spuit 'n oondpan met Spray and Cook (die pan moet 23 cm x 23 cm groot wees).
3. Smelt die botter in 'n groot mengbak en mikrogolf vir 'n paar sekondes.
4. Klits die suiker by die gesmelte botter.
5. Voeg die eiers een vir een by en klits baie goed.
6. Voeg die vanieljegeursel by en klits vir 1 minuut.
7. Smelt die melksjokolade in 'n ander bakkie in die mikrogolf vir ongeveer 90 sekondes.
8. Voeg die gesmelte sjokolade by die eier- en suikermengsel en meng goed.
9. Voeg die meel, kakaopoeier en sout by.
10. Klits alles goed saam.
11. Roer laaste die sjokoladesplinters by.
12. Gooi die mengsel in die oondpan en maak dit bo-op met 'n lepel glad.
13. Bak vir 30 minute teen 180°C.
14. Laat dit vir 30 minute afkoel voordat jy dit sny.

Jy kan my later bedank.

- Zaria Olivier, Fairland Skakelbeampste

A PAIR & A SPARE How to Make Every Type of Coffee



Latte

Milk Foam
1/3 Steamed Milk
2/3 Espresso



Americano

2/3 Water
1/3 Espresso



Espresso

Espresso
(1 Shot)



Breve

2/3 Steamed Half & Half
1/3 Espresso



Flat White

2/3 Steamed Milk
1/3 Espresso



Cappuccino

1/3 Milk Foam
1/3 Hot Milk
1/3 Espresso



Mocha

(Whipped Cream)
1/5 Steamed Milk
2/5 Chocolate
2/5 Espresso



Caffè Affogato

2/5 Espresso
3/5 Vanilla Ice Cream



Galão

3/4 Steamed Milk
1/4 Espresso



Macchiato

Dash of Steamed Milk
Double Shot Espresso



Café au Lait

1/2 Steamed Milk
1/2 Coffee



Iced Coffee

Ice Cubes
Chilled Coffee

APAIRANDASPAREDIY.COM

USE THE RIGHT ONION

SWEET ONION

BEST FOR FRYING

USE FOR:
ONION RINGS,
GRATINS,
ROASTED
VEGETABLES

RED ONION

BEST EATING RAW

USE FOR:
GUACAMOLE,
PICKLED
ONIONS,
SALADS,
SANDWICHES

WHITE ONION

CRUNCHIEST & SHARPEST ZING

USE FOR:
SALSAS,
CHUTNEYS,
STIR-FRIES

YELLOW ONION

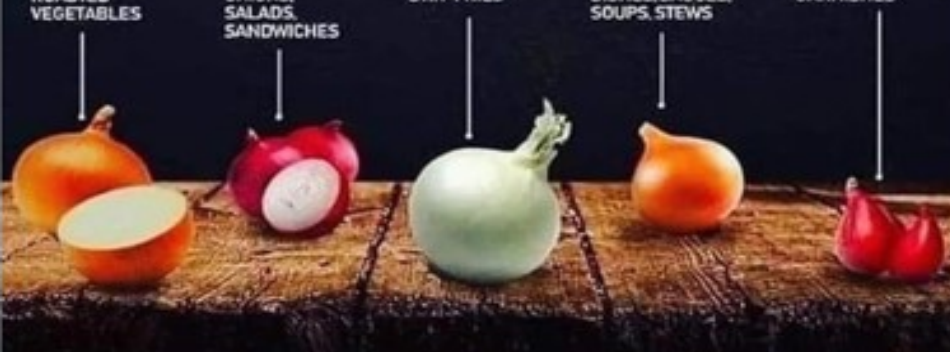
BEST ALL-AROUND COOKING ONION

USE FOR:
MEAT ROASTS,
BRAISED MEAT
DISHES, SAUCES,
SOUPS, STEWS

SHALLOT

MILDER & MORE SUBTLE

USE FOR:
VINAIGRETTES,
EGG CASSEROLES,
GARNISHES



PICKLED CUCUMBERS

7 cups unpeeled pickling cucumbers, sliced thin (about 7 large dills)

1 cup sliced onions

1 cup sliced bell peppers

1 tbsp salt

1 cup white vinegar

2 cups sugar (can substitute with stevia)

1 tsp celery seed

1 tsp mustard seed



Mix cucumbers, onions, peppers and salt. Set aside.

Put vinegar, sugar, celery and mustard seeds in a pot and bring to a boil.

Remove from the heat and let cool for one hour.

Pour mixture over the cucumbers.

Put in jars in refrigerator.

It will keep for up to two months.

- Lynette Rossouw Meier (Ou Boerekos Resep)



AIRFRYER Conversions



10 minutes
15 minutes
20 minutes
25 minutes
30 minutes
35 minutes
40 minutes
45 minutes
50 minutes
55 minutes
60 minutes



8 minutes
12 minutes
16 minutes
20 minutes
24 minutes
28 minutes
32 minutes
36 minutes
40 minutes
44 minutes
48 minutes

150c	302f
160c	320f
170c	338f
180c	356f
190c	374f
200c	392f
210c	410f



Internal Temp

Rare - 52c / 125F
Medium Rare - 57c / 135F
Medium - 63C / 145F
Medium Well 66c / 150F
Well Done - 71C / 160F



Oven

190c **375f**
200c **400f**
210c **410f**
220c **428f**
230c **446f**



Fan

170c **338f**
180c **356f**
190c **374f**
200c **392f**
210c **410f**



Gas

5
6
-
7
8



AF

150c **302f**
160c **320f**
170c **338f**
180c **356f**
190c **374f**

Fahrenheit conversions added ~ Shirley Pollak ~ 18APR2023

INTERNAL TEMPS



Poultry

White
75C / 165F

Dark
79C / 180F



Pork

71C / 160 F

60C / 140 F
(Precooked)



Fish

63C / 145F

Tuna Med Rare
52C / 125F



Lamb

Rare - 52c / 125F
Medium Rare - 57c / 135F
Medium - 63C / 145F
Medium Well 66c / 150F
Well Done - 71C / 160F

www.wakelet.com/michael

Stick tablespoons Cups Blocks Ounces Grams

½ stick 4 tbsp ¼ cup ⅛ 2 oz 57 g

1 stick 8 tbsp ½ cup ¼ 4 oz 113 g

2 stick 16 tbsp 1 cup ½ 8 oz 227 g

3 sticks 24 tbsp 1.5 cups ¾ 12 oz 340 g

4 sticks 32 tbsp 2 cups 1 16 oz 454g



NUTTIGE WENKE OM KOS LANGER TE LAAT HOU

- Vrugte wat baie etlieengas uitskei (soos appels en piesangs) laat ander vrugte gouer ryp word. Bêre altyd verskillende soorte vrugte apart, hetsy in hul eie laai in die yskas of op aparte plekke op jou toonbank.
- Onseker wat om met oorskiet blaarslaai te doen? Plaas die blare in 'n houer saam met 'n paar velle kombuispapier. Die papier absorbeer die vog en verseker dat die blare nie pap raak nie.
- Om vars kruie in die yskas te bêre in dieselfde plastiekverpakking waarin jy dit gekoop het, kan tot 'n pappery lei. Behandel eerder jou kruie soos vars blomme – plaas dit in 'n glas of flessie water op die vensterbank.
- Helfte van 'n advokado: bedek die gesnyde kant met suurlemoensap of olyfolie. Albei beskerm die advokado teen oksidasie en verhoed dat dit verbruin.
- Wanneer jy seldery koop, verruil die oorspronklik plastiekverpakking vir foelie, dit laat die gas wat die stingels kan bederf uit sodat die seldery langer vars bly.
- Draai die stingels van piesangs toe met kleefplastiek en haal dit eers af wanneer jy reg is om dit te eet. Dit verleng die piesangs se rakleef tyd met drie tot vyf dae.
- Om te verhoed dat bessies muf, was dit met 'n mengsel van gelyke dele asyn en water. Laat dit deeglik droog word voordat jy die bessies in die yskas plaas. Die asyn raak ontslae van bakterieë en muwwerigheid.
- Om te keer dat aartappels uitloop, plaas 'n appel in die aartappelhouer. Die etlieengas hou aartappels vars en ferm.
- Haal die blare af: Wortels en beet lyk mooi met hulle blare aan, maar die blare stroop die wortelgroente van voedingstowwe nadat dit gepluk is. Deur die blare te verwyder, bly die eetbare dele langer vars.
- Die beste manier om jou sampioene te bêre is in 'n bruin papiersak. Wanneer vog uit die swamme verdamp, absorbeer die papiersak dit. Dit is die vog wat sampioene pap maak.
- Komkommers en tamaties vaar beter by kamertemperatuur. Komkommers raak waterig in 'n koue temperatuur en tamaties verloor hulle smaak.
- Om suurlemoene langer te bewaar, bêre dit in 'n plastieksakkie in die yskas.

- Ronel de Greeve, Streekskakelbeampte, WWR

SEWING SUPPLY

☎ 064 681 3466

Shop 20, Gift Acres Shopping Centre
c/o Lizann & Lynnwood Road
Lynnwood Ridge

Contact No: **064 681 3466** (If no
answer, please leave a message)

NOREEN42@VODAMAIL.CO.ZA

Sewing Machines and Overlockers

- **WORKSHOP Service -
Repairs - Spares**
- **General Service: R550.00**

WE STOCK:

- ♦ Elle, Stylecraft, Kismet, Vinnis Colours Ranges of Wool and Crochet Yarns, Schagenmeyer Regia Sock Wool.
- ♦ Elle, Pony and Knit Pro Knitting and Crochet Accessories.
- ♦ Collection d Art, RTO, DMC and Goblin L Tapestry, Cross stitch, Embroidery Fabrics and Kits.
- ♦ Complete Ranges of DMC Tapestry Wool, No 4 Tapestry Cotton, Embroidery Thread. Pearl Cotton No 5, 8, 12, 20, 60 and 80. Embroidery Rings.
- ♦ General Haberdashery: Threads, Buttons, Zips, Elastic, Scissors, etc, etc.
- ♦ Quilting Fabrics, Quilting Rulers, Rotary Cutters and Cutting Mats. Applique Paper. Iron On and Cotton Batting.



Know your Presser Feet

(will vary by sewing machine)



Zig-zag or all-purpose foot - Use for most utility sewing from straight stitch to zig-zag stitching.



Clear satin stitch or embroidery foot - the open toe and clear plastic allow you to easily see your stitches.



Zipper foot - used for inserting zippers. You can also use it to attach piping or decorative cording.



Invisible zipper foot - specialty foot with two grooves on the bottom that guide the zipper teeth.



Sliding buttonhole foot - plastic and metal sliding foot for stitching automatic buttonholes.



1/4 inch foot - used for piecing quilt blocks, sewing narrow 1/4-inch seams and topstitching.



Stitch-in-the-ditch foot - helps you achieve perfect stitches on the top of your quilt. The guide rides smoothly along the seam for perfect "stitching in the ditch".



Walking foot - has a set of feed dogs to help feed multiple layers evenly without shifting. Wonderful for fabrics that stretch or slip easily.

SewCANShe.com

"When you buy something handmade, you are buying more than one object. You are buying hours of experimentation and failure; you are buying days, weeks, and months of work. You are NOT buying anything, you are buying a piece of the heart and soul of the craftsman. ❤️"



BERNINA

made to create **MOOT**

BERNINA MOOT SHOP 3, 1085 CUNNINGHAM AVENUE, VILLIERIA, PRETORIA

— — — — —

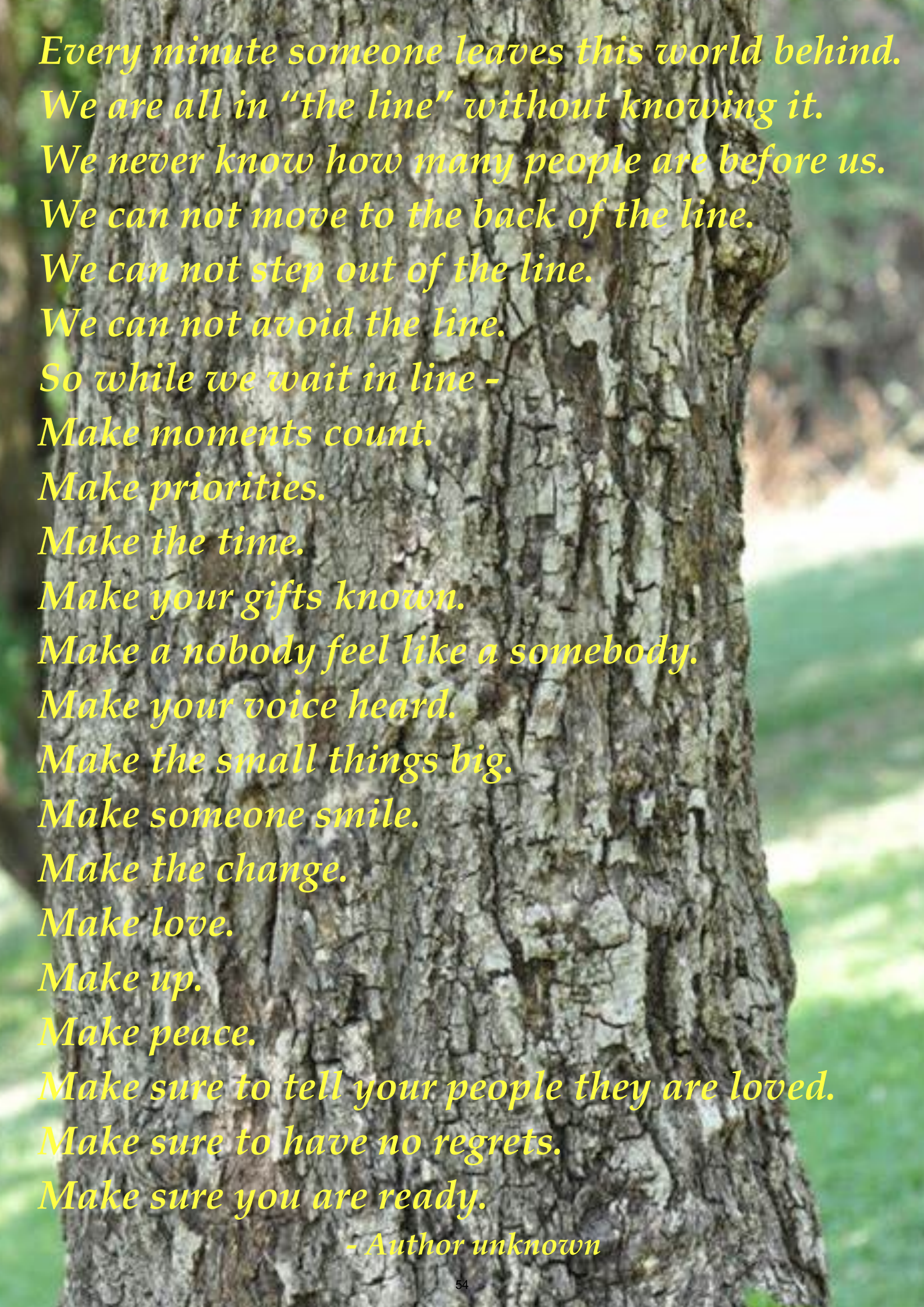
- BERNINA & BERNETTE DOMESTIC MACHINES
- MAQI & JACK INDUSTRIAL MACHINES
- TECHNICAL SERVICES ON ALL MAKE / MODEL MACHINES
- SPARE PARTS AND ACCESSORIES
- VARIOUS CLASSES AVAILABLE



065 975 8873/ 065 932 2725

berninamoot@gmail.com





*Every minute someone leaves this world behind.
We are all in "the line" without knowing it.
We never know how many people are before us.
We can not move to the back of the line.
We can not step out of the line.
We can not avoid the line.
So while we wait in line -
Make moments count.
Make priorities.
Make the time.
Make your gifts known.
Make a nobody feel like a somebody.
Make your voice heard.
Make the small things big.
Make someone smile.
Make the change.
Make love.
Make up.
Make peace.
Make sure to tell your people they are loved.
Make sure to have no regrets.
Make sure you are ready.*

- Author unknown