

VLU OVERVAAL

NUUSBRIEF / NEWSLETTER

JAARGANG 31 • VOLUME 2 • APRIL - JUNE 2025 • YEAR 31



30

100

FEESJAAR:

**OVERVAAL 30 JAAR
AFRIKAANS 100 JAAR**

VLU HOOFKANTOOR / WAU HEAD OFFICE**076 431 2250** vluovervaal@gmail.comEenheid/Unit 13, Central Office Park,
Jeanlaan 257 Jean Avenue, Centurion, 0157Kantoorure / 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 du Plessis

083 264 3486 ronelduplessis1@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

Skakelbeampste / Liaison Officer

Diana Keulder

076 645 8038

skakelbeampsteovervaal@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!****Voorblad / Cover***Ons eie nuwe embleem***VLU OVERVAAL****Non-profit Org.: 010-582 NPO****nuusbrief | newsletter****JAARGANG 31 • VOL 2 • APRIL/JUNIE 2025 • YEAR 31****Boodskap / Message:**

- **President - Barbara Nell**

Bladsy / Page**3****Uit Hoofkantoor / From Head office**

- **Belangrike datums & afkondigings**
- **Rekenaarkursusse**
- **'n Mylpaal vir 30 Jaar - nuwe embleem**
- **Kongresprogram**
- **Beskrywingspunt**
- **Vrouedag**

4**5****6****7****9****Streeknuus / Regional News:**

- **Goudrif**
- **Goue Suide**
- **Jakaranda**
- ⇒ **Streekprosas - In 'n Oogwink**
- **Pretoria**
- **Witwatersrand**
- ⇒ **Streekprosas - 'n Hoëveld Donderstorm**

10**17****26****29****37****43****44****Artikels**

- **Afrikaans 100**
- **Glorieryke dae van die 50's en 60's huisvrou**
- **Wanneer gaan julle weer bietjie oorsee
by die kinders kuier...**
- **Produk van die jaar: Oor bye en Heuning**

8**14****23****42****Dit & Dat / This & That**

- **Borrie**
- **Dubai**
- **Goud by Chelsey**
- **Stof tot nadenke**
- **Hertzoggies, Smutsies & Tweegevreetjies**
- **Die Storie van Coke**
- **The Overberg Retreat**
- **Blokraai**
- **Persone van die Jaar**
- **Verreux's Black Eagle**

16**19****24****25****38****39****41****45****48****51****Resepse / Recipes****54****REDAKSIONEEL**

Hierdie is 'n nuusbrief propvol interessante brokkies oral tussen die berigte gestrooi. Dankie vir al die bydraes!

Ons is in 'n feesstemming reeds van die konferensies af met pragtige prestasies en mooi handwerk, die vrolike Vrouedag, Afrikaans 100 en nou nog die verjaarsdagvieringe wat kom.

Geniet elke dag, wees sag met mekaar en maak 'n verskil!

Groete, *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. Briewe, 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 liewe vriendinne,

Oumas, ma's, tannies, dogters, kleindogters, vriendinne en mede-FLU-lede, almal kosbare vroue wat ons geslyp, gevorm, ondersteun, geloof en vertrous deur al die fases van ons lewe.

Ek was gelukkig genoeg om 'n paar dae saam met vriendinne by die Suidkus te spandeer.

Ons het gelag dat die trane rol,

tot laat in die aand gekuier en saam bordspeletjies gespeel. Die saamwees het maklik gekom, aangesien elkeen net haarself kon wees, sonder enige pretensies. Elke oomblik was kos vir die siel! Ek het weer besef hoe geseënd ek is om 'n vrou te wees. 'n Vrou is 'n spesiale wese wat uniek, pragtig, sterk en wonderlik geskape is.

Wanneer vroue saamstaan, mekaar ondersteun, mekaar na waarde ag, saamlag, bymekaar leer en saamwerk, gebeur besonderse dinge. Voorbeelde hiervan was die unieke en spesiale konferensies wat in die streke aangebied is. Elke konferensie was 'n voortreflike vertoonvenster van die jaar se aktiwiteite.

Die vindingrykheid en deursettingsvermoë van vroue het verseker dat Overvaal se Vrouedag kon plaasvind ten spyte van onbeplande uitdagings. Honderd-en-dertig vroue het heerlik gekuier, gesels, gespeel en geleer.

Ek het die voorreg gehad om Desiré Jooste, van Pretoria Noord-tak, se 70ste lidmaatskaptoekenning aan haar te oorhandig (*foto bl.28*). Haar lewe, bydrae en vrouwees is behoorlik deur haar dogters en mede-taklede gevier deur staaltjies en stories. Verseker 'n vrou wat 'n vol lewe lei.

Alhoewel vroue 'n wonderlike skepping is, het vroue verskeie uitdagings waarmee hulle gekonfronteer word. Die volgende word op verskeie webwerwe gemeld:

- Daar word van vroue verwag om naatloos oor te skakel tussen verskillende rolle – vrouens, moeders, dogters en werkende professionele persone. Die verwagtinge kan soms oorweldigend wees.
- Moeders word gereeld aan hoër standaarde gehou in terme van kindersorg- en huishoudelike verantwoordelikhede.
- Vroue wat sterk emosies uitdruk, kan as te emosioneel of irrasioneel afgemaak word.
- Vroue in leierskaprolle kan as baasspelerig of te aggressief beskou word. Mans met soortgelyke leierskapstyle word as selfgeldend en sterk ervaar.
- Meer as 70% van vroue bestuur 'n groter deel van huishoudelike pligte soos versorging, skoonmaak, wasgoed, kruideniersware-inkopies en maaltydvoorbereiding.
- Die meerderheid vroue word deur die media aan onrealistiese norme rondom fisiese voorkoms en skoonheid blootgestel. Dit kan lei tot 'n negatiewe selfsiening.

Die volgende statistiek is gereedlik bekikbaar:

- Vroue maak 66% van die wêreld se ongeletterde volwassenes uit. Ongeveer 496 miljoen volwasse vroue wêreldwyd kan nie lees en skryf nie. Twee derdes van die wêreld se kinders wat minder as vier jaar onderwys ontvang, is meisies. Meisies verteenwoordig byna 60% van die kinders wat nie op skool is nie.
- Studies dui daarop dat meer as 40% van moeders in Suid-Afrika enkelouers is, wat finansiële druk ervaar.
- Wêreldwyd word gemiddeld 140 vroue of meisies daaglik deur iemand in hul eie familie vermoor.
- Tussen April 2022 en Maart 2023 is 53 498 seksuele misdrywe, insluitend 42 780 verkrachtings, in Suid-Afrika aangeteken.
- Tussen 25% en 40% van Suid-Afrikaanse vroue het seksuele en/of fisiese intiemepaargeweld in hul leeftyd ervaar.
- Ongeveer 75% van die vlugteling en intern ontheemdes in die wêreld is vroue wat hul gesinne en hul huise verloor het.

Ek deel hierdie uitdagings en statistiek met julle omdat nie een van ons met 100% sekerheid kan weet wat in 'n ander vroue se denke en hart aangaan nie. Elke vrou het haar unieke uitdagings.

Soms kan vroue se "ek-weet-beter"-houding, haar vinnige en kwetsende tong en haar negatiewe gesindheid ander vroue benadeel. Persoonlike verskille en vetes kan soveel skade aanrig.

Kom ons laat die son oor mekaar skyn eerder as om onnodige konflik te ontketen. Gee jou mede-vrou die geleentheid om haar kop en kroon hoog te hou. Vroue moet daar wees vir mekaar. Een van die grootste sterkpunte van vrouwees lê in ons vermoë om empatie te hê.

Mag ons as FLU Overvaal, die nalatenskap van ons voorgangers eer deur altyd 'n organisasie te wees waar vroue tuis voel en waar vroue na hartelus kan groei, floreer en leer. Mag FLU Overvaal vir alle vroue 'n plek wees waar sy die beste weergawe van haarself kan wees. Kom ons wees die verskil.

"Ek is vrou Ek is Moeder Ek is suster Ek is trooster Ook vriendin Ek is sterk maar ook swak Ek kan huil in my trane proe ek vertroosting Ek kan veg ... teen onreg ... Ek kan skree vir die lions, bulle, sharks en die Springbokspan, my hand is oop, my hart is reg vir die arm kind, halfkaal in die koue wind ... Ek kan skaterlag en huil van verlange... Ek kan raas, 'n vinger wys soms vergeet ek my eie foute... want ek is maar net mens my hand is sterk om iemand op te tel... my skouer is sag vir troos Ek ken seer en soveel meer Ek is ook stout ondeund verby...Ek is nie 'n engel nie, ek raak ook soms kwaad op my knieë bid ek keer op keer vergeef my swaktes O Heer... Ek ken my eie naam ek weet wie ek is... Ek is maar net ek... Ek wil niemand anders wees nie niemand kan soos ek wees nie Ek is uniek... Ek is 'n Godskind... my anker in stormwind... Ek is vrou volkome vrou en in my spieël sien ek... 'n traan lag 'n droom ... wat wag ... " (Facebook plasing op [Uit my hart](#) 9 Augustus 2017)

Mooi loop tot ons mekaar weer sien.

Groete

Barbara



INLIGTING VANUIT HOOFKANTOOR

NEEM KENNIS: METAALVOORRAAD TE BESTEL per Google Forms alleen:

- Wapen met vaste balkie: R185
- Balkie met twee ringetjies weerskante: R125
- Balkie met twee ringetjies net aan een kant: R125
- 5-, 10-, 20- & 30 jaar knopies: R 90
- 40-, 50- 60- & 70 jaar knopies: R155

<https://forms.gle/XcNKyAqyp2zcAAqd9>

AFFILIASIEFOOIE: Jaarliks vooruitbetaalbaar / AFFILIATION FEES: Annually payable in advance

Affiliatiefooi / Affiliation fees	(voljaar / full year) (halfjaar vanaf 1 Julie / half year from 1 July)	R200.00 R100.00
Projek- en ander fondse / Project- and other funds	(voljaar / full year) (halfjaar / half year)	R20.00 R10.00
Totaal / Total Halfjaar / half year		R220.00 R110.00

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 yluovervaal@gmail.com

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



Overvaal Omgeeprojek: SAVF 2025

Bydraes van **opvoedkundige items** word gevra.

- Boeke:** lekker lees- en skoolboeke in Afrikaans, Engels, Zulu & Tswana.
- Skryfbehoeftes**, sakrekenaars (calculators) gewoon of wetenskaplik - gebruike sal baie welkom wees.
- 'n Spesiale **nie-bederfbare bederfie** vir 'n kind.

Die projek strek tot met die datum van Kongres 2025 (einde Augustus)

OVERVAAL VAARDIGHEIDSONTWIKKELING: REKENAAROPLEIDING

Rekenaaropleiding gaan voort by Overvaal Hoofkantoor vir 2025. Mercia Coetzee administreer die besprekings d.m.v. Google Forms. Betalings geskied aan Overvaal. Elke kursus het sy eie prys wat op die Google Form aangedui word. Die skakels na die uiteensetting van die bestaande kursusse is by Mercia beskikbaar. Nie-VLU lede is ook welkom om die rekenaaropleiding by te woon, maar dit kos R150 per persoon ekstra. Elkeen bring sy eie skootrekenaar. Die handleidings en kursusbywoning is 'n pakket. Bykomende kursusse word beplan en sal bekend gestel word, soos dit beskikbaar word.

LET OP: Elke klas het 'n "course outline". Mense wat 'n konsultasie wil hê m.b.t. File Explorer en die Microsoft Office Suite, moet 'n persoonlike afspraak met Alta maak: altalich@gmail.com



DATUMS VIR JOU DAGBOEK:

- BEURSAANSOEKE:** 31 Julie
- KONGRES:** 28 & 29 Augustus
- BYDRAES VIR OVERVAAL NUUS:** 8 Oktober
- KLETS EN KUIER:** 24 Oktober by die Voortrekkersaal, Wierdapark vir al die streke.

VROUEDAGBORGE / UITSTALLERS

Besture woel en werk

maar borge maak ons sterk ...

Met die vrouedag is dit weer gesien

Wie die dankies verdien ...

- ♥ Riëtte Cloete - Stella Sojaprojekte
083 631 2058 / 079 142 9198
riette@ojafarms.co.za



- ♥ Nita Fourie, Purple Posy
Laventelprodukte
082 562 9515
nitapurpleposy@gmail.com



- ♥ Marlene Kriel - Verklas
083 400 7908
bapskriel@gmail.com

- ♥ Effiecientgroep - borg 10 kinders vir die dag
Tel: +27 (87) 944 7999
Fax: +27 (12) 346 6135
E-mail: info@efgroup.co.za



- ♥ Ansie - Passion Jewels
082 499 4878

- ♥ Ria Nutt - Heuning & Gesondheidsprodukte
082 940 5063

‘n Nuwe embleem vir VLU Overvaal met die mooiste simboliek:

VROUE VIR VOORUITGANG

1. Kersiepienk Vrou – Veerkragtigheid en Diversiteit | Vasberadenheid en Deursettingsvermoë

Die kersiepienk vrou wat elegant bo die wêreld uitstyg, verteenwoordig moed, passie en vasberadenheid. Die kleur kersiepienk is ‘n simbool van innerlike krag, groei en die vermoë om uitdagings met selfvertroue te oorwin. Sy beeld die veerkragtigheid van vroue uit – hoe hulle aanpas, ontwikkel en steeds floreer, ongeag omstandighede.

2. Kersiepienk Protea – Omgee en Hoop | Wysheid en Groei

Die kersiepienk protea staan vir uniekheid, diversiteit en oorlewing. Soos hierdie blom onder moeilike omstandighede groei, so staan vroue sterk in uitdagende tye. Dit simboliseer liefde, omgee en hoop vir die toekoms.

Wêreldwyd word die protea gesien as:

- **‘n Simbool van aanpasbaarheid en evolusie** – Dit groei in verskeie vorms en kleure, wat veelsydigheid uitbeeld.
 - **Leierskap en selfvertroue** – Dit herinner mense om hul eie pad te volg.
 - **Vernuwing en hergeboorte** – Proteas floreer ná veldbrande, wat ‘n simbool van transformasie is.
- Sterkte in verskeidenheid** – Dit bestaan uit verskeie lae, net soos diverse gemeenskappe.



3. Turkoois Kontinente – Vrede en Harmonie | Balans en Insig

Die turkoois kontinente op die wêreld verteenwoordig die verbintenis tussen mense regoor die wêreld en die strewe na vrede en harmonie. Die kleur turkoois simboliseer kalmte, balans en insig, wat vroue se rol in die bou van ‘n vreedsame en samewerkende samelewing beklemtoon. Dit wys hoe vroue se invloed nie net beperk is tot hul onmiddellike gemeenskap nie, maar oor landsgrense heen strek.

4. Goue Koringaar – Lewenskrag en Volhoubaarheid | Erfenis en Rykdom

Die goue koringaar beeld voorspoed, vrugbaarheid en volhoubaarheid uit. Dit simboliseer die lewenskrag en voortbestaan van vroue as die versorgers van hul gesinne en gemeenskappe. Soos koring ‘n basiese lewensbron is, so dra vroue by tot die groei en vooruitgang van die samelewing.

Die goue kleur verteenwoordig nie net oorfloed en stabiliteit nie, maar ook Suid-Afrika se minerale rykdom en geskiedenis. Dit dui op ‘n sterk verbintenis tot ons erfenis en volhoubare ontwikkeling.

5. Goue Vroue-hande – Diensbaarheid en Toewyding | Samewerking en Ondersteuning | Krag en Eer

Die goue vrouehande wat die wêreld vashou, is ‘n kragtige simbool van samewerking, ondersteuning en omgee. Dit dui op vroue se diensbaarheid en toewyding aan hul gesinne, gemeenskappe en die wêreld as geheel.

Die goue kleur verteenwoordig waardigheid, eer en die skatryk erfenis van ons land. Die hande self is ‘n pilaar van krag en ondersteuning, wat wys hoe vroue mekaar dra en saam ‘n beter toekoms bou.

6. Blou Water - Water en die blou kleur verteenwoordig groei en diens.

Water is ‘n simbool van lewenskrag en volhoubaarheid wat die groei van mense, plante en gemeenskappe moontlik maak. Blou dui op vrede en harmonie waarna elke vrou streef.

Ons vier hierdie jaar die
TVLU 100ste bestaansjaar
&
Overvaal 30 jaar



kongresprogram

Woensdag 27 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

- Cindy Coetzee

Geleentheidspreker

- Johannes de Villiers

VERJAARSDAG TEE

Afskeid en verwelkoming

Welwillendheid

Lidmaatskaptoekennings

Aankondigings en Bedankings

Tafelgebed

MIDDAGETE

Orde en konstituering van die 30ste Algemene Jaarvergadering

Notule van VLU Overvaal Kongres 2024

Finansiële verslag

Jaarverslag

Skakelverslag

Redaksionele verslag

TEE

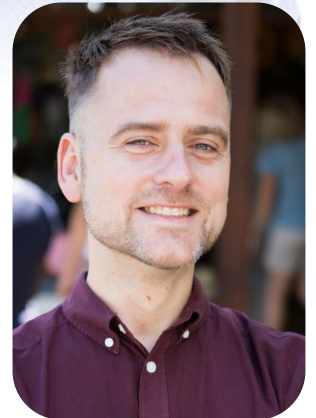
Spreker

Riana Mulder

Prysuitdeling

Aankondigings en Bedankings

Aandfunksie – Ruhan du Toit



kongresprogram

Donderdag 28 Augustus

Koffie/tee vanaf 7:00 beskikbaar

8:00 Ontbyt

Begin stiptelik 9:00

Orde en konstituering

Opening

Spreker - Natasha Lyon

Beskrywingspunt

Verkiesing/gelukkige trekking

TEE

Prysuitdeling

Aankondigings

Bedankings en tafelgebed

Afsluiting



GEROOSTERDE BROODJIES SAL NA AFLOOP VAN DIE KONGRES BESKIKBAAR WEES

Hierdie program kan op kort kennisgewing gewysig word

BESKRYWINGSPUNT

VLU LE FLEUR-TAK, Goudrifstreek rig die volgende versoek aan die Uitvoerende Bestuur van VLU Overvaal:

TOEVOEGING TOT DIE GRONDWET 2024 – AFDELING C – TAKKE, PUNT 3.4

‘n Persoon mag slegs drie (3) vergaderings van ‘n tak as ‘n gas bywoon, daarna moet sy as ‘n lid by die tak aansluit.

Motivering

Lede het finansiële verpligtinge teenoor ‘n tak, streek en provinsie wat jaarliks nagekom moet word.

Lede is ook verantwoordelik vir sekere take wat maandeliks met ‘n takvergadering nagekom moet word.

Gaste wat gereeld takvergaderings bywoon trek dus voordeel uit al die werksaamhede, sprekers, ensovoorts sonder om enige bydrae en waarde tot die tak se groei en vooruitgang by te dra.

Die doel om gaste na ‘n vergadering uit te nooi is juis om gaste aan te moedig om by die tak aan te sluit en sodoende vooruitgang in die tak mee te bring.

Hierdie punt is slegs van toepassing tot maandvergaderings en nie spesiale funksies wat deur VLU-takke aangebied word nie.

Voorsteller Ria van Rensburg

Sekondant Susan Stock

WAU LE FLEUR BRANCH, Goudrif region, Overvaal province requests the Executive Committee of WAU Overvaal to address the following:

ADDITION TO THE CONSTITUTION 2024 - SUB TITLE C – BRANCHES, POINT 3.4

A person will only be allowed to attend three (3) branch meetings as a guest, thereafter, she must join as member.

Motivation

Members have a financial responsibility towards their branch, region and province annually and certain responsibilities towards their branch monthly.

Guests who only attend meetings, benefit from the presentations and other activities without having any responsibility or adding any value to the branch.

The purpose of inviting guests to monthly meetings is to promote membership and growth in the branch.

This request is only applicable to monthly meetings and does not apply to any special occasions.

Proposer Ria van Rensburg

Second Susan Stock

Een eeu gelede is Afrikaans amptelik as 'n taal in ons land erken en ons het pas allerlei vieringe hiervoor meegemaak. In hierdie honderd jaar het ons taal natuurlik verder ontwikkel en gegroei juis omdat dit gesond is. Groei en verarming is teenpole van dieselfde spektrum en juis daarom is ek dankbaar vir mense om my, vir wie goeie en suiwer Afrikaans belangrik is. Ek bely dat dit vir my dikwels nie die grootste fokus was nie, en nou dat ek 'n Engelse skoonseun het en my dogter in Londen woon, kan dit vir my selfs makliker wees om Mengels te praat. Maar, en dit is 'n groot MAAR, ek praat Afrikaans met die oorgrote meerderheid van my naaste familie, ek droom in Afrikaans, kerk in Afrikaans en die meeste van my vriende is Afrikaans. Ek luister na radio in Afrikaans, ek lees dikwels in Afrikaans: ja man, ek IS Afrikaans! Juis daarom wil ek vandag dankie sê aan 'n magdom mense.

Eerstens dankie aan my dierbare man, wat 'n fase van korrekte Afrikaans deurgegaan het en hartlike dank aan ELKE persoon wat fokus op die gebruik van kleurrike Afrikaans en sodoende ons **ander osse ook in die kraal** kry. Ek is so geïnspireer deur julle, ek besluit toe om sommer 'n storiekie met 'n heerlike, deurmekaar mengelmoe van wonderlike woorde in ons taal te skryf. Die woorde is meestal verskaf deur navolgers van 'n Facebook groep en ek het van harte saamgestem met hul voorstelle van gunsteling Afrikaanse woorde. Maar toe kry ek 'n plan wat selfs nog meer bak is: voer vir die toep CHAT GPT die lieflike klomp woorde en kyk wat spoeg sy uit (sy is uiteraard in dié geval vroulik, né!) Wel, ek het gelê soos ek lag en was terselfdertyd regtig aangenaam verras.

Titel: "Die Groot Sloertoer deur die Gramadoelas"

Op 'n sonnige Saterdagoggend het Ouma Sarie besluit dis tyd vir 'n **sloertoer** deur die **Gramadoelas**, saam met haar vriendinne van die kerk se bingo-klub. Met haar **katoeter (#)** in die een hand en 'n mandjie **padkos** in die ander, het sy almal ingelaai in haar ou rooi kar met die **kattebak** wat altyd net-net toe gaan.

"Inderdaad dames," het sy gesê, "vandag gaan ons soos regte avonturiers voel!"

Die kar was vol **tierlantyntjies** – plastiek **kammalielies(#)** teen die vensters, 'n reuse **veselperske** op die agtersitplek, en 'n

vonkprop as hangertjie aan die tru-spieëltjie. Hulle was skaars uit die dorp toe hulle die eerste **skorriemorrie** raakry – 'n **lieplapper** op 'n fiets met 'n babajakkals op sy skouer. Hy't 'n **kiekie** van die dames probeer neem, maar toe sy **toep** oopmaak, vries dit vas in 'n **kakofonie(#)** van opdaterings.

"Dis 'n **rampokker** daardie," sê Tant Lenie, terwyl sy 'n **skemer-kelkie** uit haar termofles uitskink. "Hy lyk soos 'n **karnallie** wat by die skool se **kroostrooster(#)** uitgesmyt is."

By die eerste stop word daar 'n **potgooi** opgeneem – "Ouma Sarie se **Rondomtalie** Avonture" – met een van die dames as proefkonyn vir 'n nuwe **kotelette**-resep. Maar toe val sy houer uit die **kattebak** en sy gaan **holderstebolder** die wal af. (#)

"Jy's 'n **mamparra!**" gil Ouma Sarie. "Moenie soos 'n **skobbejak (#)** op die grond lê nie!"

'n **Vabond** kom uit die bosse aanhardloop, waarskynlik gelok deur die geur van **padkos**. Ouma Sarie probeer hom **fnuik** met 'n worsrolletjie, maar hy gryp net die res van die **veselperske** en

hardloop weg.

"Wat 'n **fiemies**," sug sy. "Ek het daardie perske self gedroog!"

Tant Lenie, 'n natuurlike **aansitter (#)**, probeer dinge ongekunsteld hou deur grappies te vertel en almal weer **gesellig** te laat voel. Die **woelwater**-tweeling agter in die kar het intussen 'n nuwe spel met hul **toep** begin – "Mamparras van die Maan."

Uiteindelik keer hulle terug dorp toe – vuil, moeg, maar met harte vol lag en kameras vol kiekies.

En Ouma Sarie? Sy het besluit volgende maand doen hulle dit weer – dalk met minder **fiemies** en meer **kotelette**.

Nou ja, CHAT GPT het 'n paar woorde lelik verkeerd gebruik, wat ek aandui met 'n #, maar dit was nogtans vermaaklik.

Groetnis van 'n CHAT GPT mamparra, self baie vol fiemies en kammalielies 'n skrywer

Marlene Joubert, Lentetak

Verskeie takke het die dag aktief gevier:

- met 'n piekniek en stomstrekspelletjie met Afrikaanse idioome en gesegdes,
- komiese en ernstige gesegdes wat deur die jare deel van elke familie geword het,
- 'n uitstalling voorberei wat ons ietsie vertel het van die geskiedenis van Afrikaans.

- Annatjie Lindsay, Skakelbeampste, Kroonblaar

Ons kleinkinders in Laerskool Anton van Wouw het met gewone klere en kostuums die intensiewe vorms van woorde uitgebeeld. Magnus was vuurwarm en Gideon was bloedrooi.

- Malinda Raats, Roodepoort-tak.

Idiome was 'n gewilde aktiwiteit:

- Die son trek water – Dit word laat
- Praatjies vul geen gaatjies – Met 'n blote gepraat rig mens niks uit nie
- As jakkals passie preek, moet die boer die ganse oppas – Wees versigtig vir 'n skelm se vroom praatjies.
- Jou twak is nat – Jy sal dit nie regkry nie, dit sal misluk.
- Daarvan sal die skoorsteen nie rook nie – Jy sal nie genoeg verdien om 'n bestaan te maak nie.
- Bruid is in 'n skuit, mooipraak uit – Na die huwelik kom daar 'n einde aan die komplimente.
- 'n Ou koetsier hoor graag nog die klap van die sweep – 'n Mens praat graag oor die werk wat jy vroeër gedoen het.

• By gesonde mense waak – By 'n meisie opsit.
- Gundi du Toit, Magalieskruintak

Verskeie takke rapporteer voorlesings van prosa waar idioome gebruik is om die hele storie te vertel.

TROTS AFRIKAANS!

OVERVAAL VROUEDAG

Vrouedag is nie net 'n dag op die kalender nie – dis 'n kans om stil te staan, saam te lag en te leer om iets mooi te skep. Dit is presies wat ons by vanjaar se Vrouweesoggendfunksie gedoen het!

Barbara Nell, Overvaal President laat ons met die mooi woorde: "Mag jy vir geen rede jou kop laat sak behalwe om jou oulike skoene te bewonder nie".

Kuns op doek: Met verkwaste in die hand het elkeen die skets wat vertoon is, begin. Eers is die agtergrond met geel akrielverf geverf en gelaat om droog te word. Later is die kleurwiel nader gebring en prent verder voltooi - elke kunswerk uniek, net soos elke vrou.

Selfsorg met 'n laventeldraai:

Die geur van laventel en roosmaryn het die lokaal gevul terwyl elkeen sy eie voetspamengsel gemaak het. Kosmetiesesout, laventelblomme, roosmaryntakkie en essensiële olie is in 'n sakkie gesit en pragtig met 'n lintjie en droë laventeltakkies versier. Die kalmerende waarde van laventel in 'n warm bad, onder jou kopkussing en vele ander maniere en die effek op die groep is ook 'n herinnering aan die belangrikheid van selfsorg.

Smaaklike soja:

Die kosdemonstrasie verras almal met soja as die hoofbestanddeel. Vyf proebakkies is uitgedeel en gewys dit is nie net besonder gesond nie, maar ook smaaklik en maklik om heerlike etes op te dis. Wie sou nou kon dink dat soja so veelsydig kan wees?

'n Soen van die natuur – Lipsalf (lipbalm):

Ons het afgesluit met die maak van lipsalf. Heuning (Overvaal se produk van die jaar) saam met klapperbotter, kleursel en 'n paar ander bestanddele en siedaar, 'n heerlike bederfie en maklik om self te maak:

- 1 e vitamine E-olie
- 1 e klapper botter (cocoa butter)
- ½ e byewas (beeswax)
- 8 druppels peppermint essensiële olie (of ander soos verkies)

Meer as net 'n paar aktiwiteite, was hierdie 'n viering van gemeenskap, kreatiwiteit en vroulikheid. Dit is sulke oomblikke dat ons onthou elke vrou het iets besonder om te bring – en soms is dit nodig om saam te wees en dit te vier!

Tot volgende jaar!

Diana Keulder, Overvaal Streekskakelbeampte.

KONFERENSIE



Bo: Dit was ook die laaste konferensie van Ronél Lombaard voor haar uittrede as streekvoorsitter. Anna-Marie Axer spreek dankbaarheid en waardering vir haar toewyding en leierskap uit. Haar onvermoeide diens en inspirasie het 'n blywende impak op die organisasie gemaak.

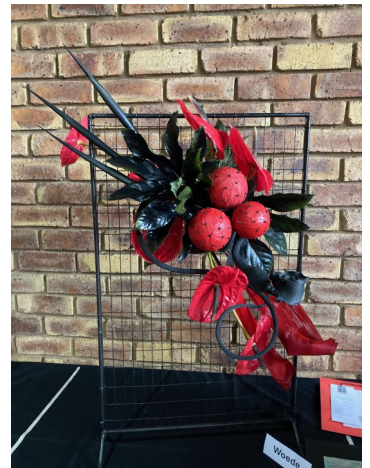
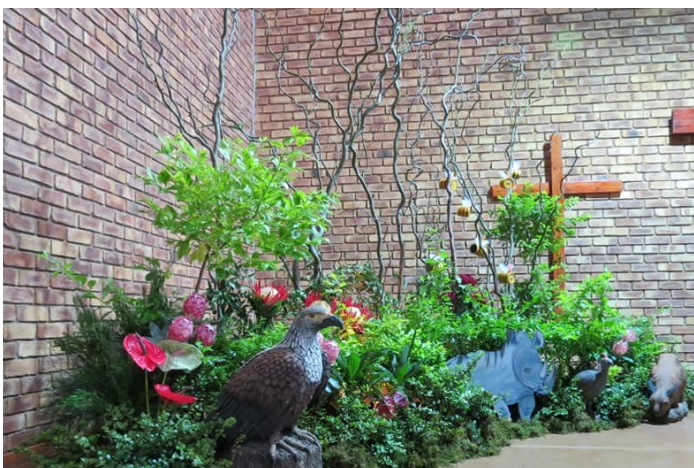


Bo: Die nuwe streekvoorsitter is Ronél du Plessis (regs), visevoorsitter Catherine Henning (middel) en skakelbeampte Myra van der Merwe (tussen Catherine en Ronél du Plessis). Ronél Lombaard en Barbara Nell links spreek die wens uit dat hulle termyn gevul sal wees met inspirasie, leierskap en samewerking.

Onder: Die Uitvoerende Bestuurslede wat die Konferensie bygewoon het is Ronél du Plessis, Almarie vd Berg, Diana Keulder, Adri van Niekerk, Elize Coetzee, Tina Ainslie, Sally Ferreira, Ronél Lombaard, Barbara Nell en Heléne Richter.



Die verhoog met tema “Wees die verskil”, ‘n interessante tafefrangskikking en Beste rangskikking by Konferensie. Dit is in die tema Emosie - hier “Woede” en deur Lulu Pieterse gedoen. - Elsa Greyling, Skakelbeampte



BRAKPAN

Jy weet die winter begin byt as VLU-lede vra vir 'n patroon vir bed-sokkies. Vinnig, vinnig het die ander gereageer en patrone aange-stuur. (fotos aangeheg)

Ons tak is besig om vingerlose handskoene te brei/hekel om die jaar aan bejaardes te oorhandig.

Loom-breiwerk is 'n teg-niek waar 'n raam in plaas van breinaalde gebruik word om gebreide materi-aal te skep. Dit word beskou as sagter op die hande en kan 'n vinniger manier wees om gebreide items soos hoede, serpe en komberse te maak. Hier is 'n meer gedetailleerde kyk na loom-breiwerk:



Hoe dit werk:

- **Raam:** Die raam is 'n toestel met penne wat die gare op hul plek hou terwyl jy dit met 'n haak of jou vingers manipuleer.
- **Gare-manipulasie:** Jy draai die wol om die penne en gebruik 'n haak om lusse oor die wol te trek en so die steke te vorm.
- **Materiaalvorming:** Terwyl jy werk, sluit die lusse ineen om 'n gebreide materiaal te vorm.

Tipe Rame:

- **Sirkelrame:** Hierdie maak 'n buisvormige materiaal, dikwels gebruik vir hoede of sokkies.
- **Platrame:** Hierdie skep 'n enkelpaneelmateriaal, geskik vir serpe of komberse.
- **Dubbel-breirame:** Hierdie vorm 'n dikker, dubbelsydige materi-aal.

Voordele van Loom-breiwerk:

- **Sagter op hande:** Loom-breiwerk kan minder spanning op die hande en vingers plaas as tradisionele breiwerk met naalde.
- **Vinniger:** Dit is dikwels vinniger om gebreide materiaal op 'n raam te maak, veral vir eenvoudige patrone.
- **Geskik vir beginners:** Loom-breiwerk word oor die algemeen as makliker beskou om aan te leer as breiwerk met naalde.
- **Lekker vir kinders:** Die proses is relatief eenvoudig en kan 'n prettige bekendstelling aan breiwerk wees vir kinders.

Loom-breiwerk vs. Naald-breiwerk:

Albei tegnieke skep gebreide materiaal maar gebruik verskillende gereedskap en tegnieke. Loom-breiwerk bied 'n alternatiewe be-nadering tot die maak van steke, wat vir sommige mense makliker is om aan te leer en te bemeester.

<https://youtu.be/3mzrJfVhIOE?si=6hGoElstEgJVxPRV>

- Jeanette Minderon, Skakelbeampte



Cast on 29 stitches.

Rows 1 through 10: Knit

Row 11: K12, K2tog, K1, K2tog, K12.

Row 12: P11, P2tog, P1, P2tog, P11.

Row 13: K10, K2tog, K1, K2tog, K10.

Row 14: P9, P2tog, Purl 1, P2tog, P9.

Row 15: K8, K2tog, K1, K2tog, K8.

Row 16: P7, P2tog, P1, P2tog, P7.

Rows 17 through 22: Knit.

Bind off, leaving 10" of yarn to sew up back seam. Make 2.

Make 2 obviously!

About 150 yards of Worsted or Aran yarn

Size 5 needles for kids and size 6 needles for adults.



Directions are for Children, with Adult sizing in parenthesis - (and)

Notes: SPP is a slip as if to knit, slip as if to knit, purl the two slipped stitches together decrease. If this is too much for you, simply purl these two stitches together through the back loops, without twisting or slipping.

Cast on 76 (86)

Knit 14 rows of garter stitch.

Decrease row 1 - K35(40), K2tog, P2, SSK, K35(40)

Decrease row 2 - P34(39), SPP, K2, P2tog, P34(39)

Continue working these two decrease rows, keeping the decreases on either side of the center 2 stitches, until there are 40(50) stitches left.

Work 7 rows of garter stitch. For a fold down cuff, work additional rows. Bind off with size 8 or 9 needle (keeps the from being too tight) and seam back and sole.

Daphne van Deventer and Johanna Vohollstein van Heerden.

'n Nuwe Afrikaanse woord ?
'n Pensionaris is 'n "Rumatiekulant"



Van ons vier Afrikaans se 100 jaar op 'n vrolike, prettige, plesierige en sprankelende wyse. Sonder padkos durf ons die snelweg na Pretoria aan. By die Metro Teater in Menlyn, koop ons met kindervreugde springmielies en iets koels vir die keel en fliekkaartjies vir 'n rêrige-êrige lekkerlagfliek, "Die Kwiksilwers", in Afrikaans. Een van ons dames was in 1970 laas in "die flieks".

Regs: Marina Bessinger, Rina Grobler, Marié Clarke en Hendrien Olivier met Hilda van Aswegen voor.



Met die viering van ons 75 ste bestaansjaar, is die skrywer van die jaar, Susan Coetzer, die gasspreker. Sy praat oor "Smarties vir die Siel" en daar was ook lustig Smarties geëet. Die verskillende kleure van die Smarties het sy verbind met tekse uit Die Bybel. Die harde buitekant is die klipharde hart en die sagte binnekant is selfliefde.

Links: Annette Stroebel, Susan Coetzer en Annette se skoondogter.

Ons besoek Laerskool Bredell se graad 7 dogters by die skool. Alhoewel van die kleurbaadjies omrand is met goue erekleure lint en balkies vir akademiese-, sport- en kultuurprestasies, was van die knope afwesig. Die dames leer toe die dogters om knope aan die baadjies en ook om some in klere te werk. Hendrien Olivier analiseer die dogters se vel op die gesigarea en gee leiding oor versorging van die vel. Elenor Boers praat oor persoonlike versorging en neem klein groepies dogters wat meer vertroulik met haar wou gesels. Die dogters ontvang geskenke van serpe, musse, lekkers en toiletware.

Regs: Agter: Hendrien Olivier Sharon McGill, Ida McGill, Marina Bessinger, Marié Clarke & Marlene Huyzers.
Voor: Elenor Boers

Die VLU dames trakteer die bejaardes met smaaklike eetgoed, lekkers en vrugtestokkies. Klaar gebreide- en gehekelde blokke is uitgedeel om aanmekeer vasgewerk te word vir komborsies. Die tannies werk fluks en die omies gesels en bemoedig.

- Marina Bessinger, Skakelbeampte



Links: Lulu Pieterse, twee tannies van Herfsland en Laetitia Marais



Sharon McGill (links) & Ida McGill (bo) wys dogters hoe om 'n knoop aan te werk

Wees die Warmte in Winter

Wanneer die ryp die veld wit verf,
en die wind sy koue asem stoot,
kan jy 'n vlam in iemand se dag wees—
'n lig wat deur die duisternis skyn
Maak 'n sop vir iemand sonder hoop,
deel 'n glimlag, gee jou tyd.
Want al is die seisoen ysig en bleek,
kan vriendelikheid 'n wêreld versag.
Winter vra nie net vir warmte binne,
maar vir warmte wat ons met mekaar deel.
Wees die lig, die vuur, die hoop,
die verskil wat harte heel.
- Elsa Greyling

NIGEL

Nigeltak het onlangs 'n baie suksesvolle konferensie in Goudrifstreek met die tema "Wees die Verskil" aangebied.

Die VLU se konferensies het ten doel om vroue te bemagtig, kennis te deel en gemeenskapsontwikkeling te bevorder. Dit is 'n geleentheid waar lede saamkom om vaardighede te verbeter, projekte te bespreek en erkenning te gee aan uitstaande prestasies. Dis nie net 'n plek vir leer nie, maar ook 'n geleentheid vir netwerkbou en samehorigheid.



HERWINNING

Marcelle Bonafe lewer 'n boeiende praatjie oor die belangrikheid van herwinning. Sy het beklemtoon hoe herwinning afval verminder, natuurlike hulpbronne beskerm en energie bespaar wat 'n gesonder omgewing bevorder. 'n Interessante perspektief is gedeel oor hoe straatmense 'n sleutelrol in die herwinningsiklus speel deur herbruikbare materiale te versamel en so 'n positiewe impak op volhoubaarheid te hê.

"Beskerm wat jy liefhet: Herwin vandag vir 'n beter môre."

- Elsa Greyling, Skakelbeampte



Lede het hoede uit herwinningsmateriaal gemaak en kom wys.

JASMYN

DONDERDAE OP MAGNOLIASTOEP

Daar's 'n spesiale soort vrede wat net op 'n stoep gevind kan word. Op hierdie stoep word vrouwees gevier met die geur van koffie en vriendskap wat in die lug hang.

Elke Donderdag bring Jasmyn se vroue hul harte, hul handewerk en hul stories na die Magnoliastoep by Spinnerin. Dis nie net 'n kuiergroep nie — dis 'n ruimte van eghtheid. 'n Spasie waar jy jou masker kan afhaal, jou skoene kan uitskop en jou siel kan laat asemhaal.

Ons lag, o ja, ons lag — tot ons mae seer is en die trane oor ons wange rol. Maar tussen die lag deur is daar ook dieper waters: sagte gesprekke oor die dinge wat saak maak. Die liefde. Die pyn. Die drome wat nog blom en soms wonde wat stadig genees.

Ons werk aan projekte, ja, maar dis die samesyn wat die ware werk doen, mekaar dra en mekaar inspireer. Want op Magnoliastoep is jy nooit alleen nie. Daar word geluister sonder oordeel, vasgehou sonder voorwaardes.

Donderdae het nou 'n ander betekenis. Dis nie meer net die dag voor Vrydag nie — dis Magnolia-dag. 'n Stoep vol samesyn en susterskap wat net 'n oop hart en 'n warm groepie kan bring.

- Myra vd Merwe,
Streekshakelbeampte

Diana vd Walt, Spinnerin



Links:
Charlotte
vd Linde en
Ronél du
Plessis



Links: Ansie
Schroeder en
Sarie Nelson

Onder: Catherine
Henning en
Linda Botha



DIE GLORIERYKE DAE VAN DIE 50'S EN 60'S HUISVROU

'n Tong-in-die-kies terugblik op vrou-wees in 'n era van perms, pastelle en patriargie



Daar was 'n tyd toe die perfekte vrou altyd 'n pêrelhalssnoer, 'n stewige vleisgereg in die oond en 'n glimlag op haar lippe gehad het – ongeag of sy sop staan en roer met 'n baba op die heup en 'n hond wat aan haar pantoffel kou.

In die vyftigs en sestigs het ons oumas die kuns van onderdanigheid vervolmaak. Hulle moes soos Elizabeth Taylor lyk, maar met die vernuf van 'n Masterchef, die geduld van 'n predikantsvrou en die fermheid van 'n huishoudster met OCD. En, moenie vergeet nie – die man se pantoffels moes klaar voor die kaggel lê as hy van die werk af kom. Moeg van sy dag in die “regte wêreld” waar mense dinge “gedoen” het.

Dan was daar natuurlik die verwagtings... Die gemiddelde man van die 50's en 60's het geglo sy vrou word met 'n ingeboude “timer”, stofsuier en vleistermometer gebore. As sy nie teen 17:30 'n driegang-maaltyd op die tafel gehad het nie, was daar beslis iets fout met haar opvoeding. En hemel help haar as sy 'n opinie oor politiek, rugby, of sy ma gehad het.

Werk? Nee, liewe hemel! 'n Vrou wat gewerk het, is óf 'n weduwee óf in “moeilike omstandighede”. Dis ook moontlik dat haar man haar waarskynlik gelos het omdat haar pastei nie krummelrig genoeg was nie.

Nou die mans van daardie era – o, hulle was konings in hul eie huise. En nie net gewone konings nie – nee, soort van Napoleon en Jan van Riebeeck in een, met 'n ego wat selfs die dakrak van die Ford Fairlane gebuig het. Hulle het geglo hulle vroue moet stil, rein en altyd beskikbaar wees – soos 'n warm bord kos, maar net met minder opinies.

Dis asof hulle hul eie Bybelvertaling gehad het: “En sy sal hom dien, en hy sal rus met die koerant oor die gesig en 'n dop in die hand, want dit is goed in sy oë.” Die ideale vrou was soos Martha uit die Bybel – altyd besig, altyd soet, altyd deeg aan die knie en nóóit met 'n eie droom of opinie nie.

Preuts en gepoeier. Swanger wees was amper 'n konstante toestand vir die vroue. Die geboorte-interval tussen kinders kon jy dophou volgens wanneer die appelbome geblom het.

Tog, tussen die melkbottels deur, het dié vroue dit gemaak werk. Hulle het nie net hul huise bestuur nie – hulle het gemeenskappe gebou. Die VLU, die kerktee, die skoolbasaar.

En dan was daar natuurlik die mode...

Vroue moes hul lywe in onderrokke, gordels en puntige bra's vasdruk tot hulle soos uitgedrukte tandepastabuisies gelyk het – met borste wat soos wapentuig vorentoe wys en 'n middellyf wat net met 'n GPS opgespoor kon word.” Dit alles net om in die kombuis te staan!

En die hare? 'n Hele Saterdag is afgegaan om onder die haardroër te sit, terwyl die kinders mal gaan en die man buite braaivleis vuur maak (want d/s mos man-werk).

Die hemel behoed jou as jy winkel toe gaan sonder lipstiffie – dis basies soos om kaal in die dorp in te loop. Selfs as jy net sout gaan koop het, moes jy soos Miss South Africa se tante lyk.

Tupperware-partytjies: Geen vyftigerjare-huisvrou se sosiale kalender was volledig sonder 'n Tupperware-partytjie nie. Dis waar die vroue van die dorp bymekaar gekom het – nie om te kuier nie, o nee – maar om mekaar stilweg te beoordeel oor wie se kombuis kaste die meeste pastel deksels bevat.

Hierdie was nie net plastiekhouders nie, dis was statussimbole. Daardie deksels wat so met 'n “poef” gesluit het as jy hom reg toe druk, was soos 'n applous van jou kombuis kas af.

Ons kom dalk van 'n tyd waar vroue gesweef het op 'n wolkie van haarsproei, onderdrukte ambisie en oondskottels... maar kyk net hóé ver het ons gekom! Vandag kan ons werk, bestuur, stem én besluit watter Tupperware ons wil hê (of glad nie!).

En as ons kaalvoet is – dan is dit uit vrye keuse. Swanger? Met trots. Agter die stoof? Net as ons lus is vir pannekoek. En as die man nie sy eie pantoffels kan kry nie ... wel dan bly hy maar daarsonder !!

Ja, ons lag vandag vir daardie tyd – maar kom ons gee ook 'n klein buiging aan daardie generasie vroue wat met lipstiffie aan hul voorskote vasgebind was en steeds die wêreld maak draai het – een vetkoek op 'n slag.

- Myra vd Merwe, Jasmyn Goudrifstreekskakelbeampte

CALLIE SE SHOP

ek dra altyd
rooi lipstiffie
en 'n glansende
bloedrooi bloes
sodat jy nie
my bloeddrupe
van my eensame,
stukkende hart
wat tot my siel
deurweek,
kan sien nie,
maar by die
vreemde karwag
by Callie se Shop
draai ek my trane
se krane oop
praat praatjies
tot hy sê: “God bless you”
maak soms of
ek brood nodig het
stap in by Callie se Shop
om te koop
wat ek nie
broodnodig het nie
om omgee
aandag
glimaggies
hulp
van rakpakkers
en kassiere
te kry en dalkies
gesels Callie ook
nog met my
daar sien ek
laggende mense
wat saamkloek
met hande vol
Rainbow swissrollkoek
weg is my eensameheid
weg is my sielshonger
my magie vol proehappies
my trollie vol
ons twee stap saam
tot by die tilltannie
wat vrolik groet en glimlag
my hunker na saamwees
en koek
is vervul
dankie tog
Callie se
Shops
is TOPS



Geskryf deur Marina Bessinger Skakelbeampte, Kempton Park

KASTEROLIE EN LION'S MANE

Adele Harm van K Skunz is 'n kenner van die gesondheidseienskappe van kasterolie.

Adele vertel dat sy in 2018 met lupus gediagnoseer is, met medikasie was daar verligting maar met nuwe-effekte. Sy het ook alternatiewe medikasie probeer maar die koste daarop het ± R20 000.00 per maand beloop. Die nuwe-effekte van sodanige medikasie was tuberkulose.

'n Tweede produk wat sy bemark is Lion's mane wat onder meer verligting bring vir angstigheid, depressie, slaaploosheid, stres, Alzheimers/demensia, diabetes, inflammasie. Hierdie medikasie word vervaardig uit 'n seldsame sampioen..



CARPE DIEM



Bo: Elize Botha bedank Adele Harm

Van ons prysweners:

Bo: Adele Horn en Sankie Jordaan.

Middel: Bettie Bezuidenhout het letterlik nie genoeg hande vir trofee nie.

Onder: Marsha Horn, Bettie Bezuidenhout en Ericha Bezuidenhout,

Ons "verf met koffie" en leer om met die ligste kleur van die koffie te begin en dit dan mettertyd al hoe donkerder te maak. By die maak van papierkrale is ons aanbeveel om op 'n harde oppervlak te werk en ook om nie die hele papiertjie te gom nie aangesien die gom aan die einde van die kraletjie al klaar droog geword het.

- Ericha Bezuidenhout

PRYSWENERS

Die tak het baie goed gevaar tydens die konferensie en die vreugde van pryse ontvang by die tak voortgesit.



Bo: Sankie Jordaan ontvang sertifikate vir onder meer macrame en jaarprogram vanaf Ronel Lombard, streekvoorsitter van Goudrif Streek



Bo: Sankie Jordaan (waarnemende Voorsitter), Ericha Bezuidenhout (skakelbeampste), (Ronel du Plessis, ons nuwe Streekvoorsitter), Bettie Bezuidenhout (kompetisie-koördineerder). & Marie Bouwer (tesourier)



Bo: Ons ondersteun o.a. die liefdadigheidskoenboks, sanitêre doekies, sopmengsels in bottels, tehuis vir bejaardes in Benoni & Joy of Hope. Hier is ons saam met van hulle: Sankie Jordaan met gaste van die liefdadigheidsorganisasie Hope, Faith and Grace: Venecia Middelton; Nathalie Strang, Heili Olivier en voor Kerry Wright en Desiree van Wyk

Marco Polo was gefassineerd toe hy borrie in die Suid van China ontdek het. Hy het gesê: "Daar is 'n groente wat al die eienskappe van egte saffraan het, ook die geur en die kleur en tog is dit nie saffraan nie."

Sover ons weet, kom borrie uit Indië. In Maleisië word borrie na geboorte op die ma se maag en op die naelstring van die baba gesmeer want borrie is ook bekend as 'n antiseptiese middel. Dit word ook baie algemeen in die Ooste in kos as 'n alledaagse spesery gebruik. Disse vir spesiale geleenthede word ook soms met saffraan gegeur wat 'n duur spesery is.

Borrie gee kerrie daardie bekende, unieke goue kleur. Dit word ook gebruik in Piccalilli, Kedgeree en ander Indieserys-, groente- en dhaldisse. In Noord-Afrika word borrie gereeld in sterk geurde lam- en groentedisse gebruik. Dit word gebruik om katoen en sy te kleur en word algemeen in die kos-industrie as 'n kleurmiddel vir mostert, botter, kaas en likeur gebruik. Medies gesproke is borrie 'n aromaryke en sagte maagspoelmiddel. Borrie verlaag ook bloedsuiker wanneer dit in 'n gereg gebruik word. In Asië word borrie gebruik om lewerklagtes en maagsere te behandel. Wanneer dit met melk en suiker gekook word, gebruik sommige mense dit as 'n medisyne teen verkoue.



Borrie bevat curcumin; maar dit is 'n opdraende stryd vir jou liggaam om hierdie curcumin uit borrie op te neem. Baie word gesê oor die voordele van curcumin bv. dat dit anti-inflammatories, anti-kanker, anti-diabetes, anti-diarree, anti-mikrobiese, anti-virus, and anti-oksidente eienskappe besit. Wetenskaplikes ondersoek egter nog die veiligheid van hoër curcumin konsentrasies vir die liggaam.



Plant gerus jou eie Borrie!



In die tuin is dit 'n pragtige blaarryke en interessante plant. Hier in die hoëveld wil borrie 'n bietjie beskerming hê. Myne groei in semi-skadu binne ons binnehof. Maak die grond los, sit lekker baie kompos in en plant die borrie so 5 cm diep. Moenie oorwater nie, so eenkeer 'n week gedurende die groeiseisoen – lente en die somer. Dit is nie te moeilik om te kweek nie. Vars borriestokkies is ook in jou groentewinkel

beskikbaar, naby die vars gemmer en knoffel. Vee die wortelstokkie met 'n klam lap af om die groeivertraginghormone af te vee voordat jy dit plant. Borrie het ook 'n baie interessante blom.

Borrie begin sy lewe as 'n wortelstok (rhizome). 'n Wortelstok is 'n ondergrondse stok met ogies waaruit die nuwe wortels en takkies groei. Plant borrie vanaf Oktober tot Desember. Die plant hou van 'n beskermde plek in vol son. Om wortelstokkies te produseer het borrie temperature van 20 - tot 30° Celcius nodig. Maak seker die plant het geblom voordat jy borrie probeer oes.

1. Plant die wortelstokkies so 5cm diep met die groeipuntjies wat boontoe wys.
2. Plant die wortelstokkies 15cm uitmekaar
3. Moenie oorwater nie maar hou die stokkies klam terwyl hulle ontkiem.

Oestyd is agt tot tien maande later wanneer die borrieplant se blare geel en droog is. Grou die wortelstokkies op, was hulle en stoor hulle op 'n droë plek. Die wortelstokkies vorm slegs nadat die borrieplant geblom het. Jy kan die borriewortelstokkies gebruik wanneer hulle groot genoeg is. Dit is ook die tyd om die plant tot teen die grond terug te snoei indien jy nie alles geoes het nie.

Oes Borrie so:

1. Lig die hele plant aan die einde van die groeiseisoen of grou versigtig in die bedding en ontbloot die borriewortelstokkie. Sny dit so 1 tot 2 cm bo die wortelstok af.
2. Vir korttermyn gebruik, stoor die borrie by kamertemperatuur of in 'n lugdigte houer in die yskas.
3. Langtermynoplossings: skil die borrie, vries of droog dit uit en verpoeier in 'n voedselverwerker.
4. Om vars borrie te stoor vat 'n emmer met speelgrondsand en bêre jou vars afgewaste borrie daarin. Gebruik soos jy dit nodig het.

Wees versigtig met vars borrie, dit kan jou klere permanent vlek asook enige toerusting wat jy gebruik om dit te verwerk.

- Marina Bessinger, Skakelbeampte, Kemptonpark

CITRUS PEELS

Citrus peels often end up in the trash but they're incredibly versatile and flavourful and can easily have a second life. Here are just a few ways to use them:

- **Lemon pepper seasoning:** Grind up lemon peels with salt and pepper to make your own lemon pepper seasoning.
- **Elevate bath time:** Save those citrus peels and throw a few into your next bath. It'll smell great and might help you relax.
- **Body scrub:** Add it into a sugar scrub and get a citrus sugar scrub.
- **Candied citrus peels:** You can make your own candied citrus peels. Cover citrus peels in cold water and bring them to a boil. Remove them and place them in cold water. Scrape off the white pith. Then, place the peels in a pan with equal parts water and sugar and bring them to a simmer. When the peels turn translucent and the syrup thickens, you have your candied citrus peels. Pour it all into a storage container and put it in the fridge. The syrup is ideal for drinks. The peels can be eaten on their own or used in baking a variety of delectables.
- **Make Moroccan food:** Instead of preserving citrus peels with sugar, you can preserve them in salt. In fact, preserved lemons are one of the cornerstones of one of the most popular Moroccan dishes, a tajine with preserved lemons, olives and chicken. Although many recipes call for using the full lemon, the recipe works just as well with just peels.
- **Make your own household cleaner:** Soak citrus peels in water and leave for a week or two. Then mix vinegar with equal parts water and place it in a spray bottle. You just made your own household cleaner.

- Earth up food waste reduction tips



KONFERENSIE

Met 'n begrotingsvriendelike Meksikaanse-tema het Brackenhursttak die konferensie aangebied met die hulp van Goeiehooptak wat die tafels gedek het. 'n Oormag van gekleurde papierblomme is gemaak onder geklets en gekuier, beskuit gedip, geknip en gevou.

Om konferensie aan te bied beteken vroegdag arriveer, die saal gereedkry en versier en na die lang skof, verander ons die VLU afkorting skielik na **VREESLIKE LANG URE...**

Twee uitstallers en 'n marktafel het vir interessante kopies gesorg. Die alom gewilde "Knuppeldik aan Koningskos"-resepteboeke is deur Annelien Oberholzer en Dr. Elma Kruger, bemark en deur laasgenoemde geteken. Die inkomste uit verkope gaan aan die Polisie se Weduwee en Weesfonds.

Pa en seun, Louis en Luhan van Wyk, se heuningprodukte ter ondersteuning van die produk van die jaar was gewild.



Brackenhursttak se nuwe vaandel is bekendgestel (sien bl.22) waar sewe taklede, elk met 'n individuele letter die leuse uitgespel het.

- Hanneltjie Nolte, Streekskakelbeampste

Onder: Almien Mahne van Visarende met toekenning vir meeste punte verwerf.

Onder: Skakelbeampste van die jaar, Mara Swanepoel (Visarende), saam met Barbara Nell, Overvaal President.



Regs: Teikje Lubbe, 'n pasgetroude bruidjie is die gelukkkige wenner van 'n groot mandjie vol kruide-niersware. René Bredenhann oorhandig dit.

Onder: Brenda van Zyl bedank Marius de Jager vir sy spitsvondigheid en mooi klaviermusiek waarmee hy vermaak het.



Onder: Susan Smit, Rensburgtakvoorsitter, ontvang opgewonde die tweede plek wat haar tak behaal het van Elize Coetzee, Streekvoorsitter.



Bo: Marion Boucher & Elsa Cronjé (Naguile) en Linda Victor (Brackenhurst) vrolik by die konferensie.



Dr Elma Kruger van Knuppeldik aan Koningskos, gee aan Elmari Eygelaar (Rensburgtak) die resepteboek wat sy met 'n trekking gewen het.



RENSBURG



Valentynsdag by Adventhaven aftreeoord met Klaas Buikspreker en sy Kierang geselsoppe, saamsing van FAK-liedjies en heerlike eetgoed het gesorg vir vrolikheid.

Onder: Louise Verdonck, Yolande Klingbiel, Elmarie Eygelaar, Geraldene Janck, Anet Hammond, Laetitia Erasmus en Petra Basson

Bo: Petra Basson, Louise Verdonck, Stienie Venter, Laetitia Erasmus, Susan Smit, Yolande Klingbiel, Joanie Geldenhuys, Geraldine Janck, Minette Roodt, Elouise Smit, Anet Hammond, Sarie Knoetze, Marlize Muller en Jeanie Boshoff.

Die tak is op 20 Maart 1973 in die NG Kerkzaal Rensburg gestig met 14 dames. Die lede was almal jong huisvrouens en onderwyseresse en in die dorp woonagtig. Hulle het ondersteuning van die plaaslike skoolhoof ontvang. Gedurende die eerste 2 jaar het hulle reeds 'n modeparade gereël en koekverkopings gehou ter stuiwing van fondse. Nou kon ons 52 jaar vier!

52



- Elmarie Eygelaar, Skakelbeampste

SUIKERBOS

50 JAAR VAN TOEWYDING: ANNAMARIE DU TOIT

Annamarie se verbintenis met die VLU begin al in haar kinderjare, toe sy saam met haar ma die vergaderings bygewoon het. In 1975 het sy amptelik by die organisasie aangesluit en het sedertdien 'n rotsvaste pilaar in Suikerbostak en die breër VLU-gemeenskap geword.



Die streekvoorsitter, Elize Coetzee, het die eer gehad om die 50 jaar lidmaatskaptoekenning te oorhandig.

As boervrou op die plaas het sy nie net die landbou se ritme geleef nie, maar ook haar kreatiwiteit ten volle benut in naaldwerk, bak en brou. Dié kundigheid het haar oor die jare vele pryse by kompetisies besorg – iets waarvoor sy welbekend is. As Annamarie inskryf, kan mens maar weet daar kom 'n weninskrywing.

Met haar vriendelikheid, haar onwrikbare lojaliteit en haar liefde vir alles wat mooi en deeglik is, is Annamarie 'n inspirasie vir jonger lede en 'n voorbeeld van ware VLU-gees.

Mag jou nalatenskap nog lank voortleef in die harte van dié wat jy aangeraak het."

Suikerbostak, die oudste tak in die streek, het hulle 66ste bestaansjaar op feestelike wyse gevier.

66

Ds. Jaco Pienaar, wat die tema **"Wees die Verskil"** met insig en deernis toegelig het, het daarop gewys hoe die samelewing oor tyd dramaties verander het, veral onder die invloed van sosiale media en moderne wêreldbeskouings.

- Tradisionele aanspreekvorme soos "oom" en "tannie" het grootliks verdwyn.
- Morele standaarde en gesinsdinamika het verander; gesinne sonder vaders, of saamgestelde huishoudings, is deesdae algemeen.
- Geslagsidentiteit word nie meer slegs in twee kategorieë verstaan nie en sekere woorde en sienings van die verlede is nou taboe.
- Die kerk is nie meer die middelpunt van die samelewing nie – 'n kultuurskuif wat uitdagings vir mense van geloof meebring.

"Maar as kinders van God is ons geroep om self die verskil te wees." Ons mag anders wees.

Suikerbostak se 66 jaar bestaan is nie net 'n mylpaal nie – dit is 'n bewys van die getrouheid van God en die volharding van mense wat steeds kies om 'n verskil te maak. In 'n veranderende wêreld bly die tak 'n plek waar gemeenskap, geloof en waardes steeds 'n tuiste vind soos reeds oor dekades heen.

- Linnette Badenhorst, Skakelbeampste

DUBAI: 'N BELONINGSREIS VOL LUUKSHEID, ARGITEKTUUR EN KULTUUR

Met die tema *"Internasionaal"*, deel Linnette Badenhorst interessante inligting opgedoen met hulle onlangse besoek aan Dubai.

Dit is 'n stad wat aanhou beïndruk met sy mengsel van moderne ingenieurswese, kulturele rykdom en wêreldklas-besienswaardighede. Ons tuiste was in die pragtige Rixos The Palm Hotel & Suites, 'n luukse "all-inclusive" oord geleë aan die oostelike halwe maan van die ikoniese Palm Jumeirah. Van hier af het ons uitsigte gehad oor die Dubai Marina en selfs die Burj Khalifa in die verte. Die hotel het uitgestaan met sy puik diens, smullekker internasionale disse, rustige strande, en verskeie ontspanningsgeriewe wat bygedra het tot 'n ervaring van ware vyfster-bederf.

Hoogtepunte van die reis:

Die Burj Khalifa

Die besoek aan die wêreld se hoogste gebou was een van die grootste trekpleisters. Die uitsig vanaf verdieping 124 het 'n ongelooflike perspektief op Dubai gebied — 'n stad wat uit die woestyn opgestaan het tot 'n simbool van moderne vooruitgang.

The Palm Jumeirah

Ons het per bus deur die kunsmatige eiland gery wat in die vorm van 'n palmboom gebou is — 'n meesterstuk van ingenieurswese. Elke draai het nuwe luukse woonbuurte, pragtige hotelle en asemrowende argitektuur ontbloot. Dit was verstommend om te sien hoe menslike visie iets só groots en indrukwekkend kan skep. Ons het ook 'n tradisionele mark besoek.

Woestyn safari en Arabiese Aand

'n Woestyn rit in 4x4-voertuie oor die sandduine was 'n adrenaliënbelaaide avontuur, gevolg deur 'n tradisionele Arabiese aand onder die sterre. Ons het Arabiese disse geniet, na buikdansers gekyk, en foto's geneem saam met valke — 'n perfekte balans tussen kultuur en vermaak.

By die kultuurhistoriese museum is ons op 'n tradisionele wyse sittend aan tafel onthaal. Jy moet jou skoene uittrek en plat op die grond sit. Dit is sodat daar meer mense in 'n vertrek ontvang kan word en jy kry net 'n halwe klein koppietjie koffie om te drink as jy daar aankom sodat jy kan aanhou drink en gesellig wees. As jy 'n vol koppie koffie kry is jy nie welkom nie en moet gou loop! Die kos was baie smaaklik voorberei. Ons kon ook vrae vra oor hulle kultuur en gebruike soos om meer as een vrou te kan trou. Hulle mag dit net doen as hulle beide kan bekostig en mag nie die een vir die ander afskeep nie. Die kinders word aangemoedig om met mekaar te sosialiseer maar die vrouens is op hulle eie.

Dubai Mall en Fonteinvertoning

Die Dubai Mall is 'n wêreld op sy eie met sy winkels, restaurante en vermaak. Die dansende fontein net buite die Mall, met musiek en ligspel, het die nag op 'n magiese noot afgesluit.

Aandvaart op die Marina

'n "Sunset-cruise" op die Dubai Marina het vir ons 'n sprokiesagtige uitsig oor die glinsterende stad vanaf die water gegee. Die sagte briesie, stadsliggies en lekker kos plus goeie geselskap het dit een van die mees romantiese en rustige oomblikke van die reis gemaak.

Dubai: 'n Stad sonder Persoonlike Inkomstebelasting

Wat Dubai verder onderskei, is sy belastingvrye stelsel vir individue. Hier betaal jy geen persoonlike inkomstebelasting nie — iets wat wêreldwyd belangstelling wek. Dit dra by tot die stad se ekonomiese groei en maak dit 'n aantreklike tuiste vir entrepreneurs, beleggers en professionele mense van regoor die wêreld.

Die Ontstaan en Ontwikkeling van Dubai

Dubai het oorspronklik begin as 'n klein vissersdorp in die vroeë 18de eeu, maar die stad het dramaties verander oor die afgelope paar dekades. Die sleutel tot sy groei was die ontdekking van olie in 1966. Dit het Dubai in staat gestel om ambisieuse infrastruktuur projekte aan te pak en sy posisie as een van die wêreld se belangrikste internasionale-, kommersiële- en toerismebesigheid-sentrums te vestig.

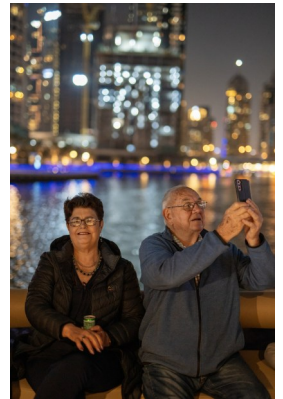
In die 1980's het Dubai begin om sy ekonomie te diversifiseer, veral deur in toerisme, handel en onroerende eiendom te belê. Projekte soos die Burj Khalifa, The Palm Jumeirah en die Dubai Marina het nie net die stad se horison verander nie, maar ook die wêreld se aandag getrek.

Van die Dubai Mall, een van die grootste inkopiesentrums ter wêreld, tot die Dubai Expo 2020 wat in 2021 gehou is, het Dubai gegroei tot 'n toonaangewende stad wat veral bekend staan vir sy ongelooflike argitektuur en futuristiese ontwikkeling. Hulle is besig om die fondasie vir 'n "Moon"-hotel te graawe en dit sal die maan voorstel - 'n indrukwekkende groot gebied en behoort baie mooi te wees.

Die stad is vandag een van die gewildste toeristebestemmings in die wêreld en 'n sentrum vir internasionale besigheid, "high-end shopping" en oorsese belegging.

Daar is ook die enigste 7-ster hotel in die wêreld. *(Hulle was seker ook jou gedagtes in daardie hotel want ek weet nie wat kan hulle meer byvoeg by die 5-ster status nie.)*

Hierdie reis was meer as net 'n vakansie. Dit was 'n herinnering aan hoe ver mens kan kom — en hoe wêreldklaservarings binne bereik is as jy dit nastreef. Dubai het ons nie net beïndruk nie; dit het ons harte verower.



'N TIKKIE WARMTE OP 'N KOUE HERFSOGGEND

Op 'n Saterdagoggend pak 'n paar van ons taklede die pad na Vereeniging aan. Sommige al rivierlangs en ander van die Goudstad af. Voertuie is gelaai met komberse, alles handgemaak deur die flinke dames van ons tak in samewerking met die Maak 'n Verskil-groep. 'n Kosbare konvooi!

Ons ontmoet die "hoofmeisie" van Mimi Fourie-huis ('n blok woonstelle waar SASSA-pensioenarisse woon). Daar word hard op 'n fluitjie geblaas en sommer gou kom die inwoners wat wel in staat is om te loop, by 'n gemeenskaplike punt bymekaar.

Hier luister ons na stories van lief en leed, van katte, van kinders wat vër oor die see woon en sommer van die wat alleen in die wêreld is.

Die Sakekamer oorhandig aan elke inwoner 'n pakkie met onder andere vars vrugte en ander bederfies. Ek verkyk my aan die inwoners se keuses by die kies van 'n kombers. Sommige oë straal by die aanskoue van pienk, ander verkies groen of ander kleure. Gou-gou is ons omring deur 'n see van helderkleurige komberse wat elke inwoner self gekies het. Negentig komberse is aan die 90 inwoners uitgedeel.

Dit is nog 'n lekker warm herfsdag, maar ek weet die koue gaan baie gou naderkruip en dan gaan die komberse handig te pas kom.

Madelein de Beer, Mara Swanepoel, Alice – sakekamerverteenwoordiger, Rene Bredenhann



Ons kuier nog so 'n rukkie en luister na al die staaltjies, ver-lange, wense, vreugdes en grappies van die inwoners. Met dankbare harte dat ons vandag 'n verskil kon maak, ry ons daar weg - terug na ons huise vol kos en warm komberse. Ek kyk vlugtig terug en sien nog 'n paar inwoners geniet die laaste bietjie somerson.

- Mara Swanepoel, Skakelbeampte

VAN SAK-EN-AS TOT WÊRELDKAMPIOEN

Dit was vir ons Visarendetak 'n groot voorreg om Tracy Smith as eregas te verwelkom.

Haar lewensverhaal is alles behalwe maanskyn en rose. In 1986 verloor Tracy volle sig na 'n motorongeluk. Soos enige trauma het Tracy deur die rouproses gegaan - al 5 die fases - ontkenning, woede, onderhandeling, depressie en aanvaarding.

Sedert Tracy by rolbal betrokke geraak het, het haar lewens-uitkyk verander. Sy het begin doelwitte stel en hard gewerk om dit te bereik.

Tracy se man, Tommy Smith, speel 'n baie belangrike rol in haar rolballoopbaan. Nie net is hy haar afrigter nie, maar ook haar spanmaat. Tommy "lees" die baan en gee Tracy leiding om te speel. In rolbalkringe is die twee 'n gedugte span. Hul uitmuntende prestasie sluit in 20 keer Suid Afrikaanse titelhouer en 11 keer wêreldkampioen. Tracy verwys grappenderwys na die wêreldkampioenskappe as die kompetisie vir die "wheelies, wobbles en blindies".

Tracy presteer nie net in haar sport nie, sy doen alles en meer vir haar kleinkinders as wat enige ouma kan. Sy help om na skool na hulle om te sien en vertel hoe lekker sy en haar jongste kleinseun tyd saam spandeer.

Al kan Tracy nie haarself in die spieël sien nie, is sy 'n mooi vrou wat deur 'n ring getrek kan word. Ondanks al die moeilike tye in haar lewe bemoedig Tracy ander vroue.

Vir Tracy wink die 2027 wêreldkampioenskappe en is sy nederig wanneer sy sê dat sy graag vir die span gekies wil word. Ons gaan beslis op die kantlyn die merkwaardige vrou aanmoedig om die twaalfde keer die kampioenbeker in haar hande te hou.

Nooi gerus vir Tracy as gasspreker na jul vergaderings toe. Haar storie sal almal inspireer en sy sal julle verras met haar sangtalent. 'n Merkwaardige vrou wat vër bo haar omstandighede uitgerys het. 'n Wenner van formaat.

- Mara Swanepoel, Skakelbeampte



KOFFIESKILDER

Dames kom bymekaar vir 'n koffietjie wat op 'n ander manier geniet word. Carol Willemse demonstreer die tegniek en verduidelik dat dit aangepas kan word na donker of lig afhangende van met hoeveel water dit verdun word. Die dames het hierna vrye teuels gehad en kon hulle idees op papier vaslê.

Stilte was daar nie regtig nie maar die gekuier en ontspan was baie duidelik.

- Lizette Pretorius, Skakelbeampste



Links: Marie Rosslee en Lene Marie Rosslee word deur Carol Willemse gehelp.

Bo: Joanita Rosslee, Bets Grobler, Magda Janeke, Lizette Pretorius, Lorraine Prinsloo en Marie Rosslee by die konferensie en die lekker kos wat vir die konferensie gemaak is.



Regs: Elize Coetsee, Streekvoorsitter en Petra Basson van Rensburgtak het die klas bygewoon. Regs is Bets Grobler



Bo: Goue Suide se Dagbestuur: Elize Coetsee, Hanneltjie Nolte, Brenda van Zyl, Lizette Pretorius, Rene Bredenhann en voor, Elize van Biljon

Die volgende versie kan in beide Engels en Afrikaans gelees word en is steeds sinvol.

MY STORIES BEGIN AS LETTERS

My pen is my wonderland.
Word water in my hand.
In my pen is wonder ink.
Stories sing. Stories sink.

My stories loop.
My stories stop.
My pen is my wonder mop.
Drink letters.
Drink my ink.

My pen is blind.
My stories blink.
by Joe Public

Hanneltjie Nolte
Brackenhurst Skakelbeampste

NAGUILE



Bo: Brenda van Schalkwyk, Milanie White en Alta Morgan van Naguiletak besig met heerlike wafels en alles nog wat by-passend tot die tema oor heuning

BRACKENHURST

Met 'n leuse soos "Geanker" glo ek dat ons plekkie in die VLU-samelewing beslis goed en finaal vas geanker is. Nou sit ons tak se besige vroue vir 'n wyle agteroor, vas geanker in ons stoele en spog oor die suksesvolle afgelope konferensie van 2025.

Brackenhursttak is ook die wentak met meeste punte vir kongresartikels, gevolg deur Rensburgtak in die tweede plek. Ons kraai ook weereens koning met die beste blommerangskikking in gevorderde klas deur Elmarie Wilkinson se eerste plek, Mara Scholtz tweede plek en ook beginners eerste plek Ida Hinds en tweede plek Linda Victor.

- Hanneltjie Nolte, Skakelbeampste.

Onder: Brackenhurst se blomme-meester Elmarie Wilkinson ontvang die trofee vir eerste plek in gevorderde afdeling van Barbara Nell



'n Nuwe vaandel vir die tak



Onder: Ida Hinds, eerste plek wenner met blommerangskikking in beginnersafdeling



OUMA SE SLIM STREKE

My vriendin vertel sy het haar moeder met 'n paar lekker warm pantoffels bederf vir die koue winter wat voorlê.

Nou die dag laai sy haar op vir inkopies en met die uitklamslag by die winkelsentrum sien sy haar moeder het dié pantoffels aan. "Mammie, daardie is pantoffels, nie stewels nie" sê sy. Haar moeder, heel verontwaardig sê: "Dit is nou te vêr terug huietoe" en haak by haar dogter in terwyl sy met 'n mank lopie na die winkel se ingang mik. Op die dogter se vraag "Wat nou, mammie..." sê sy "As ek so loop dan dink hulle ek het 'n voetbesering en kan nie skoene aankry nie". En so doen sy heeldag inkopies in haar gemaklike stewelpantoffels, met 'n mankoliekige huppel in haar stap en 'n glimlag op haar gesig.

- Hanneltjie Nolte, Brackenhurst



Onder: Linda Victor in Meksikaans



Onder: Kotie Rossouw meeste punte en borduurwenner ontvang toekenning van Barbara Nell



WANNEER GAAN JULLE WEER BIETJIE OOR-SEE BY DIE KINDERS KUIER?

geskryf deur Dr Sulette Ferreira

Ouers wie se kinders emigreer het, wil graag hul kinders in die vreemde besoek om ook so deel te word van hul kinders se nuwe leefwêreld. Maar hoekom gebeur dit so min?

"Wanneer gaan julle weer kuier?" is 'n vraag wat die bittersoet werklikheid beklemtoon vir al ons wees-ouers wat die kompleksiteit van transnasionale ouerskap moet trotseer. Soos een grootouer antwoord: "Ons het die kinders vyf jaar gelede gesien, maar ons gaan gelukkig nou met die eerste kleinkind se geboorte kuier - ons hoop net die visa arriveer betyds."

My onlangse navorsing, gepubliseer in die vaktydskrif *Genealogy*, ondersoek die komplekse uitdagings van Suid-Afrikaanse ouers se transnasionale kuiers en waarom dit nie so gereeld of soms glad nie gebeur nie.

Volgens Statistieke Suid-Afrika woon daar tans meer as 1 miljoen Suid-Afrikaners in die buiteland - sowat 1,6% van die land se bevolking van 63 miljoen. Hierdie koue syfers beskryf selde die volle omvang en kompleksiteit van die effek van emigrasie op gesinsverhoudings. Met 'n drastiese toename in die getal Suid-Afrikaners in lande soos Brittanje, Australië, Amerika en Nieu-Seeland, ervaar al hoe meer ouers die emosionele verlies van emigrasie.

Benewens die groot aanpassings wat die emigrant en sy gesin moet trotseer, rimpel die effek wyer uit as bloot die ouers en grootouers. Ouers gun die kinders 'n toekoms van groener weivelde oorsee, maar vir dié wat agterbly, is die skeiding wat emigrasie bring, 'n bittersoet werklikheid.

'n Tradisie verbreek

Die groot afstand tussen Suid-Afrika en die lande waarheen soveel burgers emigreer, het verreikende gevolge op gesinsverhoudings. Die afwesigheid van gereelde kuiers met kinders en kleinkinders skep 'n unieke emosionele leemte en 'n immer-teenwoordige verlange by ouers. Ons is daaraan gewoond dat familiebande gekoester word en gereelde familiekuiers is 'n diepgewortelde tradisie. Gereelde kontak deur digitale platforms, soos boodskappe, stem- en video gesprekke, vul egter nooit heeltemal die leemte van 'n persoonlike ontmoeting nie – hetsy in Suid-Afrika of oorsee. Die virtuele kontak bied nie die warmte, onmiddellikheid en emosionele diepte van fisieke teenwoordigheid nie.

Tegnologie kan soms die verlies aan spontaneïteit en fisieke teenwoordigheid beklemtoon. Ouers ervaar daarom dat hulle uiteindelik nie net op digitale kommunikasie kan staatmaak om die transnasionale gesinsverhoudings te handhaaf nie. Hulle probeer om hulle kinders minstens een keer in die vreemde te besoek. Met dié besoek wil hulle graag die wêreld van hul kinders eerstehands beleef: om deur hul woonbuurte te stap, hul daaglikse roetines waar te neem en te sien waar hul kleinkinders speel. Dié ervarings gee nie net 'n insig in hul kinders se lewe nie, maar maak die kontak tasbaar deur middel van fisieke aanraking.

Maar as kuier dan so waardevol is, hoekom kuier ons dan nooit of so min?



Finansiële struikelblokke

Geld is dikwels die grootste struikelblok vir Suid-Afrikaanse ouers wat hul kinders in die buiteland wil besoek. Internasionale reise, wat reeds 'n duur onderneming is, word al hoe minder bekostigbaar weens die verswakkende wisselkoers en stygende reiskoste. Bykomende uitgawes, soos tariewe vir visums, gesondheidstoetse en reisversekering, verhoog die geldelike las verder. Daarbenewens voel baie ouers verplig om sakgeld en geskenke saam te neem, wat hul begroting verder uitput.

Onlangse data deur Discovery toon dat reiskoste na gewilde reisbestemmings steeds toeneem. Die gemiddelde koste van 'n retoervliegkaartjie na Brittanje is tans R23 900, na Australië R35 550 en na Amerika R38 350.

Ouers kom al hoe meer te staan voor die vraag of hulle hul spaar- of aftrekgeld kan gebruik om dié besoeke te finansier, dalk ten koste van hul langtermyn-finansiële sekuriteit. So word besoeke aan familie in die buiteland 'n seldsame luukse eerder as 'n gereelde gebeurtenis.

Talle ouers is afhanklik van hul kinders om die koste van reise te dek om besoeke moontlik te maak.

Waar om te bly?

Akkommodasie en veral die duur van kuiers is delikate kwessies vir ouers wat hul kinders oorsee besoek. In ag genome die hoë koste van internasionale reise, verkies baie ouers langer kuiers om soveel as moontlik tyd saam met hul kleinkinders en kinders deur te bring en kosbare herinneringe bymekaar te maak.

Die meeste ouers bly tydens dié besoeke by hul kinders, wat meer bekostigbaar is, maar ook unieke uitdagings meebring. Elke gesin het gevestigde roetines en hul eie huishoudelike reëls. Hul besige programme verskil aansienlik van dié waaraan ouers gewoond is. Dit vereis heelwat aanpassing. Ouers (veral pa's) kan dit moeilik vind om hul rol as huishoudelike hoof prys te gee en voel soms soos gaste in hul kinders se huis, wat verdere ongemak kan veroorsaak.

Ouers stel dikwels onrealistiese verwagtings aan die kuiers, veral in ag genome die geldelike en emosionele investering wat daarmee gepaardgaan. Na jare in 'n ander land het die emigrante-kindere 'n nuwe leefstyl en wêreldbeskouing ontwikkel. Dié uiteenlopende leefstyle kan selfs die beste verhoudings onder druk plaas, al is liefde en goeie bedoelings steeds soos voorheen teenwoordig.

Die "skoonfamilie"-dinamika sal seker altyd met ons wees. Maar dis self meer opsigtelik as die ouers die emigrante-gesin net een of twee keer per dekade sien. Sulke verskille kan 'n subtile maar tasbaar emosionele afstand tussen ouers en kinders skep, en sommige ouers kan na so 'n besoek terugkeer met 'n gevoel van teleurstelling.

'n Ver, vermoeiende reis

Die gewilde lande waarheen Suid-Afrikaners emigreer, vereis reise wat tussen 15 uur en 30 uur duur. Die fisieke en psigiese eise van die reise word dikwels onderskat. Die lang ure in 'n vliegtuig, die besige en intimiderende internasionale lughawens en die administrasie van →

... Vervolg

reisdokumente plaas aansienlike druk op selfs die gesondste ouers.

Vir ouer reisigers, en veral dié wat vir die eerste keer sulke groot afstande aflê, kan die ervaring oorweldigend wees. Vir dié met gesondheidsprobleme word die struikelblokke meer ingewikkeld. Oorstaan-vlugte, bagasie-probleme en taalverskille dra by tot 'n reis wat nie net fisiek uitmergelend is nie, maar ook emosioneel veeleisend.

Om aanhoudend te groet

Na die vreugde van so 'n kuier volg die onafwendbare afskeid. Ouers vermy selfs toekomstige kuiers weens die intensiteit van die verlies wat moeilik is om te verwerk.

'n Transnasionale besoek herinner ouers aan hoe vinnig die tyd verbygaan en hul eie sterflikheid. Die besef dat die kuier moontlik die laaste een saam met hul kinders kan wees, skep 'n gevoel van dringendheid en verlies wat die afskeid bitter moeilik maak.

Die gedeelde oomblikke tydens so 'n kuier is van onskatbare waarde. Gesamentlike ervarings - soos gesprekke, saam lag en drukkies gee - word kosbare herinneringe. By hul terugkeer na hul eie wêreld bied dit 'n bron van troos en 'n onsigbare verbinding met hul geliefdes.



Die komplekse werklikheid

Navorsing toon dat Suid-Afrikaanse ouers dikwels voel hulle besoek hul kinders oorsee te min. Geld is meestal die grootste struikelblok, terwyl ander faktore, soos gesinsverhoudings, gesondheid en die emosionele las van afstand, ook 'n rol speel. Elke besoek is uniek en word beïnvloed deur omstandighede soos ligging, reisreëlings en die toeganklikheid van bestemmings.

Transnasionale ouerskap vereis voortdurende aanpassing, maar skep ook geleenthede om nuwe maniere te vind waarop ouers en kinders kontak kan behou. Hoewel 'n besoek van onskatbare waarde is, bied aanlyn kommunikasie onkonvensionele alternatiewe. Elke stembodskap, foto en geïmproviseerde slaaptydstorie oor 'n video-oproep word lewenslyne – simboliese brue wat verhoudings lewend hou.

In dié balans tussen verlange en betrokkenheid lê die bittersoet werklikheid van transnasionale ouerskap.

Dr Ferreira is 'n sosiaal-wetenskaplike navorser van Pretoria met 'n belangstelling in die emosionele effek van emigrasie op Suid-Afrikaanse gesinne. Sy het ook haar eie Facebook-blad "Worlds Apart Living In One Heart". Sluit gerus daarby aan.

- Heléne Richter, Jakaranda streekvoorsitter

GOUD VIR SUID-AFRIKA BY CHELSEA FLOWER SHOW

South Africa has done it again! For the 36th time (!) South Africa has won Gold at the prestigious Royal Horticultural Society (RHS) Chelsea Flower Show in London, UK.

That's 36 times in the 43 years that SA has exhibited at the international flower show, that it has been awarded Gold.

All accolades for the Kirstenbosch National Botanical Garden exhibit go to the incredible Leon Kluge, master designer and gardener, and his team for this year's amazing culturally-oriented display (featuring not only SA's unique flora, but also the Cape Flats).

Tanya Visser, Editor of The Gardener, revealed that not only was the display beautiful but "we were also greeted with a glass of SA's very own wine from Babylonstoren".

Congratulations to Leon Kluge and team for making South Africa proud!

<https://www.facebook.com/SouthAfricanNationalBiodiversityInstitute/posts/1351234941575400>

<https://www.facebook.com/TanyaVisserGardener/videos/1603616903070747/>

Tanya vertel Suid-Afrika het twee toekennings hier gekry, nl. Die beste op die Chelsey skou maar ook die trofee vir die beste uitstalling gedurende die jaar by RHS se uitstallings wat 12 uitstallings behels.

OPREG TROTS SUID-AFRIKAANS!



STOF TOT NADENKE...

JY IS NIE REG NIE OU MAAT, JY IS NET BELEDIG

Ek sê dit met respek en 'n bietjie jammerte in my hart, want sien, dis maklik deesdae om beledig te voel. Almal voel. Die wêreld is vol gevoelens. So vol dat die waarheid skaars plek kry om haar skoene uit te trek.

Maar laat ek nou maar reguit praat, soos 'n ou op 'n stoep sou gesels met sy pyp en sy hond. Om beledig te voel beteken nie jy is reg nie. Dit beteken bloot iets het jou gevat op 'n plek waar jy broos is. En elke mens het daai plek. Maar om nou te dink jou seer is 'n kompas vir almal se morele rigting, is soos om te sê die wind moet stil raak omdat jy nie hou van hoe hy jou hoed waai nie.

Aanstoot is nie 'n bewys nie. Dis nie 'n stelling nie. Dis nie 'n grondwet nie. Dis net daai gevoel hier onder jou bors, wat sê: ek hou nie daarvan nie. En dis reg. Jy hoëf nie van alles te hou nie. Maar moenie nou begin reëls maak vir almal net omdat jy jou tone gestamp het teen iemand se opinie nie.

Jy sien, die waarheid is nie 'n sagte ding nie. Sy's skurf op die rand en maak soms die mond droog. Sy sit nie altyd mooi nie. Maar sy hou stand. En dis die verskil. Jy kan beledig wees deur haar, maar sy beweeg nie vir jou trane nie.

Ek het al mense gesien wat vuurwarm aangevat het omdat iemand 'n grap gemaak het, of 'n standpunt uitgespreek het en hulle vat dit as 'n persoonlike oorlog. Maar die grap is nie 'n mes nie. 'n Mening is nie 'n klap nie. En jou gevoel is nie 'n hofsak nie.

Dis nie onmenslik om aanstoot te neem nie. Dis juis baie menslik. Maar dis kinderlik om te dink dit maak jou reg. Want 'n volwassene vra eers: Hoekom voel ek so? Wat sit agter my ongemak? En wat as die waarheid wat ek nie wil hoor nie, juis die een is wat ek die nodigste het?

So kom ons wees sterk. Nie hard nie. Net sterk genoeg om waarhede aan te hoor sonder om skietgoed van ons gevoelens te maak. Laat ons voel, ja, maar ook dink. Laat ons praat sonder om elke woord te weeg uit vrees vir wie gaan frons.

Want op die ou end is daar net een vraag wat saak maak: nie wie is beledig nie, maar wat is waar....

Dis al. Nou maak jy vir jou 'n koppie tee en dink daaraan.

- Margaret Viljoen, VLU-vriendin

HOE OM KRITIEK TE HANTEER:

Eric Geiger sê dat om kritiek goed te hanteer, het ons vyf karaktereienskappe nodig.

1. Nederigheid

Mense wat kritiek goed hanteer is nederig. Hulle stem nie noodwendig met die kritiek saam nie, maar hulle besef dat hulle nie altyd reg is nie. Dit vereis nederigheid om nie te oorreegeer nie

2. Liefde

Kritiek maak seer. Al mag ons dit probeer wegsteek, maak dit diep binne-in ons seer. Wat ons in staat stel om kritiek te verwerk, is nie 'n dik vel nie, maar liefde vir die mense en organisasie wat ons dien. Ons liefde vir mense hou ons aan die gang ten spyte van kritiek. Mense wat die organisasie vir wie hulle dien liefhet, laat nie toe dat kritiek veroorsaak dat hulle nie verder dien nie.

3. Oortuiging

Mense wat oortuig is van hulle opdrag, word nie sommer deur kritiek van stryk gebring nie. 'n Mens sonder oortuiging word deur elke mening beïnvloed. As 'n mens oortuig is van die pad wat hy moet loop, sal kritiek seermaak, maar dit sal hom nie ontspoor nie.

4. Wysheid

Wyse mense kan onderskei tussen kritiek wat geïgnoreer kan word en watter kritiek ernstig is. Ernstige kritiek is belangrik – ons moet daarvoor nadink en daaruit leer. Omdat ons met wysheid die insig het om te besluit watter kritiek geïgnoreer kan word, word ons nie platgedruk deur kritiek nie.

5. Geloof

So baie mense is afhanklik van die goedkeuring van ander mense. As jy die Here ken en aan Hom behoort, het jy reeds Sy goedkeuring. Kritiek verander nie hierdie werklikheid nie. Net deur Jesus Christus te volg, kan jy mense liefhê en nie ontsteld word as hulle jou kritiseer nie. As ons identiteit in Hom is, word ons nie deur kritiek vernietig nie.

Om kritiek te verwerk, is nooit maklik nie.

Maar kom ons gebruik hierdie riglyne om ons te help.

- Suzie Gerrits, Lid, Magalieskruintak

EK IS SO ONTSETTEND JAMMER

Inspirasie deur 'n onbekende

Potlood: Ek's jammer.

Uitveër: Waarvoor? Jy't mos nie iets verkeerd gedoen nie.

Potlood: Ek's so jammer dat jy as gevolg van my seerkry. As ek 'n fout maak, is jy altyd daar om dit reg te maak. Maar namate jy my foute laat verdwyn, verloor jy 'n deel van jouself. Jy word net al hoe kleiner...

Uitveër: Dis waar, maar ek gee nie regtig om nie. Ek is mos gemaak om dit te doen. Ek is gemaak om jou te help wanneer jy ook iets verkeerd doen. En selfs al sal ek eendag heeltemal daarmee heen wees en jy my met 'n ander een vervang, is ek eintlik baie gelukkig in my werk. Hou nou maar op bekommerd wees. Ek haat dit as jy hartseer is.

Hierdie gesprek tussen die potlood en die uitveër is so op ouers en kinders van toepassing. Ouers is die uitveërs en

kinders die potlode. Ouers is altyd daar vir hulle kinders: hulle hanteer die foute en somtyds kry hulleself as gevolg daarvan baie seer. In die proses word hulle kleiner/ouer en uiteindelik is hulle nie meer daar nie. Kinders vind mettertyd iemand in hulle ouers se plek (huweliksmaat), maar ouers is nog steeds daar vir hulle kinders en sal altyd alles in hulle vermoë doen om die kinders se kommer of hartseer minder te maak of te laat verdwyn.

Ek was my hele lewe nog 'n potlood. En dit maak my baie seer om my ouers, wat my uitveër is, onder my oë te sien wegkrimp. Ek besef baie goed dat ek eendag net met die uitveërfrummels en herinneringe van wat ek gehad het, sal sit.

En hierdie lofrede is vir elke ouer wat hulle allerbeste vir hulle kinders gee.....

Judie Wagner, Skakelbeampte Middelvlei

KONFERENSIE



Bo: Nellie de Crom het die gehoor aan haar voete gehad met haar praatjie oor die verskille tussen die Ekostelsel en die Ek-stelsel (persoonlike ekostelsel). EGO - ECO en die groot vraag: "Hoe begin ek verander? Waar moet ek begin?" Natuurlik met die oog op "Wees die verskil."

Die blikkiespiramiede is ook die aarde se hiërgargie van lewe met elemente soos lug, lig, water & grond onder, dan gras, struik & bome, dan voëls & diere en mens heel bo. Haal een element uit en die balans versteur en tuimel inmekaar.

- Ronél Lubbe, uitgetrede Skakelbeampste



Bo: Tutti Rudman sny die 30ste verjaarsdagkoek en die konferensiegangers lê weg aan heerlikste 'cupcakes' deur Elna de Waal gebak.

Regs: Sanger Johan Scheepers se pragtige stem het die dames heerlik laat saam neurie en soms ook hardop laat saamsing.



Murasie

Murasie eenkant, verlate, onbewoond
jou mure kantel en kraak
daar is plekke waar die verf nog net-net wil bestaan
jou fondament steeds stewig en ten volte op sy plek

Die plek waar aga warm stil kon staan,
leeg eensaam en verlate koud
die stewige handgemaakte stinkhoutvoor deur koessyn,
lê net 'n enkele geroeste skarnier
die sederbalk, die anker punt van geweldak,
lê vergete eenkant stil
waar 'n wakis van geelhout uit tsitsikama bos
eens trots in die voorhuis gestaan het,
nou net 'n laag herinneringsstof.

'n Tweespoorpad loop rustig deur die aangeplante
eikelaning
van die grootpad tot op jou groot, oop waenhuysdeur,
tekens van baie wawiele is hier verby
wiele wat gerol het om siele tot by jou te bring
siele wat hier kon skuiling en liefde vind
Daar is een spoor wat weglei hier van jou
die vendusie hamer het hard geslaan
die bod is toegestaan
die laaste omkykgroet met hartseer traan
moes hul jou gedwonge hier verlaat om elders heen te gaan

Murasie,
ek is oortuig dat iemand, iewers, baie lief was om in jou te woon

- Barend de Beer, (beoordelaar van en geïnspireer deur Jakarandastreek se foto's)



Uittredende voorsitters: Suzie Gerryts (Magalieskruin), Diana Keulder (Avanté), Kollie Esterhuizen (Naledi) en Johanna van Biljon (Eldoraïne) en Renda Fourie as Streektesourier.



Nuwe takvoorsitters: Annette Bester (Avanté) en ook streek-skakelbampste, Petra Neethling (Magalieskruin), Nadine Esmeraldo (Eldoraïne) en Trudie Esterhuizen (Naledi)

Oorgangsritueel: n seuntjie word 'n jagter!

My vriendin se kleinkind, Joshie het onlangs saam met sy oupa en pa gaan jag. Ouma was natuurlik ook saam met 'n paar ander familieleden.

Kort voor lank het Joshie, uitgevat in sy gekamofleerde jaguitrusting, sy eerste rooibokkooi in die blad geskiet. Baie trots en breëbors is daar toe vir die kiekies geposeer wat vir ewig in die toekoms 'n bewys sal wees van die feit dat Joshie nou ook 'n jagter is.

Die jong jagtertjie word egter gou meegedeel dat die skiet van 'n bok maar net een van die vereistes is vir 'n man om as 'n jagter geëien te kan word: Die lewer van die bok moet ROU geëet word voordat die woord "jagter" enigsins met verwysing na sy nuwe status gebruik mag word.

Effens opgewonde, maar ook ietwat bekommerd sluit Joshie hom toe dieselfde aand by die kampvuur aan waar bykans sy hele familie ook teenwoordig is. Sy pa verduidelik dat hyself deur dieselfde ritueel is toe hy 12 jaar oud was. Joshie voel nou omtrent trots - hy is immers net 8!

Die lewer-eter begin egter al hoe minder aantreklik lyk vir Joshie. Dit lyk glad nie soos enigiets wat sy ma nog ooit vir hom opgedis het nie – dis so 'n rooi-bruin massa wat boonop vreemd ruik. Sy pa belowe dit proe net soos spek (Joshie se gunsteling) maar hy weet darem nie. Sy pa gee hom 'n repie daarvan en Joshie sit dit ewe versigtig in sy mond. Maar sjoe! Die besigheid proe glad nie soos spek nie, dit is koud en nat en het 'n vreemde wilde smaak. Hoe meer hy sluk om dit af te kry, hoe meer rebelleer sy keel en kruip die lewer weer op tot in sy mond. Joshie spoeg dit dat dit daar trek! Nee wat, hierdie jagter besigheid verg baie meer as wat van 'n jong seun verwag kan word!

Die manne kreun van teleurstelling! Met "nee wat" en "dis nie so erg nie" word Joshie moed ingeprepraat vir 'n tweede probeerslag. Soos gewoonlik kom Ma met raad wat werk: "probeer dit sluk met bietjie water, my kind". Pa bied aan om 'n

stukkie rou lewer saam met Joshie te eet en skielik begin die situasie nie totaal verlore lyk nie. Met luide aansporing van "een, twee, drie" deur almal glip die rou stukkie lewer by Joshie se keel af en NET SO is Joshie 'n JAGTER.

"Doen dit weer boetie" roep Kai, Joshie se tweejarige boetie, "ag toe – nog 'n keer!"

"Jy het nie 'n kat se kans nie" is al reaksie wat hierdie versoek kry!

- Reana van Zyl, Skakelbampste



Dankie, Skakelbeampste – Julle maak die verskil!

Aan al ons toegewyde skakelbeampste – **baie dankie** vir julle volgehoue toewyding, kreatiwiteit en entoesiasme. Julle dra 'n onmisbare rol in die VLU – 'n rol wat dalk nie altyd in die kollig is nie, maar wat die *hartklop van kommunikasie* in ons organisasie vorm.



Uit die *Skakelwerkhandleiding 2025* is dit duidelik: julle is nie net die skakeling tussen die tak en die publiek nie, maar ook tussen die verlede, hede en toekoms van ons organisasie. Julle bewaar geskiedenis, deel stories, skep netwerke en bring lig.

Ons sien en waardeer:



Julle leergierigheid en aanpasbaarheid – Van verslagdoening teen 30 November, tot die bemeester van Facebook-bladsye en digitale albums – julle wys dat vroue van enige ouderdom nie net kan byhou nie, maar kan *voorloop*. Julle neem deel aan aanlyn werksinkels, konferensies en help mekaar om tegnologie te benut tot voordeel van die tak.



Julle oog vir detail en bewaring – Elke duidelike foto, elke byskrif, elke naam en datum dra by tot die VLU se visuele en skriftelike geskiedenis. Julle hou elektroniese lêers, organiseer takfoto's en sorg dat geen herinnering verlore gaan nie. Selfs iets so eenvoudig soos 'n foto van 'n glimlag of spanpoging vertel 'n storie.



Julle stem en impak – Julle skryf vir die Overvaal Nuus, help met bemerking, deel plasings op sosiale media en versprei belangrike nuus. Julle is die gesig van die VLU in julle gemeenskappe. Deur goeie kommunikasie, help julle om nuwe lede te werf, bestaande lede te verbind en die groter VLU-familie saam te snoer.



Julle harte vir mense – Julle onthou gelukwensings en troosboodskappe, merk borge op Facebook, ondersteun fondsinsamelings en dra by tot vreugde én empatie. Julle bring die menslikheid terug in kommunikasie.



Julle hou die takgeskiedenis op datum. Julle maak seker dat foto's, verslae en herinneringe veilig en netjies oorgedra word aan die volgende generasie. Julle **skryf ons VLU-storie – met oorgawe en trots**.

Mag julle moed, energie en passie aanhou groei – want sonder julle sou die VLU nie so kleurvol, verbind en vol lewe gewees het nie.

Met diepe waardering en bewondering – dankie dat julle die verskil is.

- Lilian Bierman, Skakelbeampste.



PRETORIA-NOORD

Opedag: "Back to school" met hoofmeisie Hester Botha (foto regs)
"Leerlinge" was opgewonde om weer terug op die skoolbanke te wees!



Agter: Rina Grobler, Francine Becker, Helena Bezuidenhout, Juliette Claasen, Petro Hayes, Marita Theron, Daphne Bester, Luisa Jacobs, Luna Schoeman, Marlene Smith, Carlien Olivier, El'Ria Stassen, Hendrinie Huisman & Sophie Knoetze.

Middel: Alida Olivier, Martie vd Merwe, Annatjie O'Kelly, Hester Botha, Wilma Brink, Sonja Labuschagne & Beulah Moller.

Voor: Ronél Lubbe, Rina Bekker, Marlene Venter, Isabel v Rooyen & Bokkie Pretorius



Bo: Nuwe lede: Beulah Möller en Ria Pretorius.

Onder: Overvaal President, Barbara Nell wens Desiré Jooste geluk met haar 92 ste verjaarsdag en oorhandig haar 70 jaar lidmaatskaptoekenning aan haar.

Regs: Hierdie lede het gedeel in die verjaarsdag:

Voor: Bokkie Pretorius, Desiré Jooste, Annatjie O'Kelly,

Agter: Tienkie Smit, Alida Olivier, Petro Hayes, Luna Schoeman, Leonie Gilliland, Christine Jooste.



In Memoriam:

Marlene Smit

† 6 Mei 2025

Dis met groot hartseer dat ons verneem het van die afsterwe van een van ons nuwe lede wat op 13 Maart 2025 by die tak aangesluit het. Marlene was ook bekend vir

die koekies wat sy op Saterdag by stalletjies in Pretoria-Noord en ander markte verkoop het. Sy het in die Ruimte Dienssentrum in Pretoria-Noord gewoon.

- Ronél Lubbe, Skakelbeampte



‘N VERRASSEDE ONTMOETING (In ‘n Oogwink)

Om tyd in die natuur deur te bring, is seker een van die lekkerste maniere om my vrye tyd te spandeer. Laatmiddag, wanneer die voëltjies nog vinnig die laaste wurms uittrek, die beeste hul laaste bietjie gras afvreet en die rooibokke hul laaste slukkies water by die watergat drink, is dit asof die natuur jou kop skoonwas en jou voete weer grond toe bring – dikwels op maniere wat jy die minste verwag.

Ek en my twee kinders het een Vrydagmiddag gaan stap om die skape in die veld te kry waar hulle wei. Die son se strale was fel, al was dit reeds laatmiddag, en ons was gepantser met veldstewels en elk ‘n wyerandhoed op ons koppe.

Die skape is mak, so ons het nie nodig om hulle aan te jaag nie. Sodra ek hulle gewaar, begin ek ritmies my hande klap. Aanvanklik hou hulle aan wei, traag om te beweeg, maar dan, asof hulle skielik onthou van die vars, groen moerbeiblare en soet mielies wat in die kraal op hulle wag, begin hulle lui-lui in ons rigting stap.

Ek hoor ‘n ligte geritsel skuins links voor my, maar steur my nie daaraan nie, want my aandag is op die trop skape gevestig. Die kinders hop en spring soos vlakhase oor die graspolle, en ek teug behaaglik aan die reuk van die vars gekneusde gras. Toe hoor ek dit weer – die geritsel in die gras. Skielik skiet die blinkgladde, skubberige lyf van ‘n swart mamba in die lug op.

Ons verstar almal en staan botstil. My oë ontmoet pleitend die swart, peinsende kraalogies van die bakkop gedierte. Ons drie haal hoorbaar asem, tyd staan vir ‘n oomblik stil. Die sonbesies sing hard in my ore.

In ‘n oogwink verdwyn die mamba met ‘n geritsel – net so skielik as wat hy verskyn het. Alles is doodstil. My bene kan nie besluit of hulle moet hardloop of bly staan nie en ek weet instinkatief dat die kinders dieselfde voel. Intussen het die skape nader gekom, salig onbewus van die dreigende gevaar wat ons so pas trotseer het.

Nadat ons die hek veilig agter die trop toegemaak het, kom die tonge los. Die ontmoeting, al was dit kort, het ons almal in verwondering gelaat oor die mamba se ratsheid en elegansie. Dit was ‘n belangrike leerskool vir die kinders en vir my ‘n herinnering aan hoe onvoorspelbaar en wild die natuur kan wees. Dit het ons ook weer eens laat besef hoe belangrik dit is om die natuur en alles wat daarin woon, met respek te behandel.

- Arma Oberholzer (Wierdapark)



“Skwiek, skwiek.” My hand, wat die spieël blinkvryf, ruk tot stilstand. Ek pluk dit weg en gooi die lap in die wasbak. Soos die geluid van bordkryt wat gil oor ‘n skryfbord, skeur dit my binneste in flarde!

Ek kyk na my gebroke beeld deur die seepstrepe op die spieël. “Wie’s jy?”, vra ek die gesig wat uitdrukkingloos terugstaar na my. Ek begin wieg, vorentoe en agtertoe. Iets borrel op binne-in my en dreig om te ontsnap. Met flappende hande verdwaal ek in die weerkaatsing van die gysblou. Vandag ...?

“Mevrou, vul in en teken asseblief hier,” sê die ontvangsdame vriendelik. Ek gaan sit in die verste hoek om die brandende oë in die wagkamer te ontwyk.

My hand bewe as ek die pen styf vasvat. “Skryf netjies. Skryf duidelik. Moenie spelfoute maak nie. Vul alles in,” sê die stemmetjie in my kop (my eie Jiminy Cricket!) Ek gaan alles ‘n duisend keer deur om seker te maak dis reg, dis duidelik, dis netjies en dis verstaanbaar.

Met die knypbord styf teen my vasgeklem probeer ek toonbank toe sluip, maar vyf pare oë dra my, elke tree. Ek weifel, dan plak ek die vorms vinnig neer en verdwyn in my hoekie.

Ek wikkel my neus. Daai reuk! Die mengsel van walglike soet parfuum, ou sigaretrook, vars sweet, stink voete, koue koffie en die vrot reuk van die half dooie rose in die potjie op die tafel, pen my vas!

Ek loer versigtig rond. Die enigste skildery, ‘n gesig met ‘n halwe kop en ‘n reënboog wat daaruit opskiet, hang skeep. Die maer vroutjie langs die natgeswete vet man, het ‘n rafeltjie aan haar romp en haar voorvinger se vals nael het verloor. Een vloerteël lig op. Daar is ‘n kraak in die ruit ...

Die aanhoudende geklingel van sleutels, gerattel van die stokou dakwaaier, dawerende stemme wat kom en gaan, voetstappe, ritselende papiere, mense wat snuif, proes en lag in die gang. As daai kind net wil ophou om aan die strootjie te suig!

My beker loop oor. Ek moet vlug!

Net toe my handsak oor my skouer glip: “Mevrou, kom saam asseblief.” Met ‘n leër in sy hand beduie die witkop dokter, in ‘n blou-en-wit strepies hemp, my die spreekkamer binne.

“Dokter, is ek ...”

Dit juig in my toe ek uitstap. In ‘n oogwink vervang een woord die ander.

Spektrum ... mal!

- Bettie Boshoff (Midstream)

(Sien bl. 31 vir nog ‘n prosastuk - Red)

TIME is precious..
Waste it wisely

DE WILDT

As 'n mens terugkyk oor die afgelope paar maande, is dit duidelik dat die dames van De Wildttak nie net besig is om dinge te doen nie - hulle lééf dit. Elke byeenkoms, elke spreker, elke oomblik saam dra by tot 'n groter prentjie van vrouekrag, erfenis, leer en ware verbondenheid.

Die jaar het afgeskop met 'n dag van dankbaarheid, erkenning en nuwe planne. En hoe spesiaal was dit nie om ook sommer ons kreatiewe flair te wys tydens die mini-skou nie! Van gebak tot handwerk - ons lede het gewys dat daar talent is in elke hoek van die saal.

In Februarie het ons in rooi geklee gekom - want ons het liefde gevier. Nie net romantiese liefde nie, maar daardie spesiale soort vriendskap wat net tussen vroue bestaan wat mekaar regtig verstaan. Daar was ook 'n kompetisie aangekondig vir die mees aktiewe lid - die wenner gaan wegstap met 'n selfoon!

Tegnologie werk vir ons. Van PowerPoint-aanbiedings tot stembodskappe van kunstenaars - ons tak wys dat tegnologie nie iets is om voor bang te wees nie. Ons gebruik dit om beter te kommunikeer, om meer te wys en om lede op nuwe maniere betrokke te hou.

'n Reis deur tyd saam met Louis Bester, wat nie net sy privaat museum inligting met ons gedeel het nie, maar ook die stories van 29 ongelooflike vroue uit die geskiedenis was een van daardie byeenkomste waar jy uitstap en anders voel - meer trots, meer bewus van wie ons as vroue is, en watter pad al geloop is.

En regdeur hierdie besige maande is daar een ding wat soos 'n goue draad deur alles loop - die viering van Afrikaans 100. Ja, ons is deel van 'n landwyse viering van Afrikaans as amptelike taal, en ons gesels gereeld daaroor. By elke byeenkoms raak ons weer stil oor wat ons taal vir ons beteken. Ons deel en dra hierdie taal met trots - nie net op papier nie, maar in ons dade.

Wat 'n voorreg is dit nie om deel te wees van 'n groep vroue wat mekaar ondersteun, saam leer, en 'n verskil maak nie. Of jy nou die tee skink, 'n aanbieding doen of stil-stil agter sit en luister - jy is belangrik. Want by VLU De Wildt sê ons nie net "Wees die verskil" nie - ons is die verskil.

Onder: Vir die maand van liefde in rooi geklee en hard besig om gebaretaal te leer..



TAKPROJEK SKOP AF MET GEBARE EN GEVOEL

Ons voorsitter, Mary Ann du Preez, het 2025 op die mooiste manier afgeskop deur ons takprojek van die jaar bekend te stel - die inisiatief om Suid-Afrikaanse Gebaretaal (SASL) aan ons lede bekend te stel en aan te leer. Hierdie projek kom uit haar visie vir groei, insluiting en gemeenskapsbewustheid.



Dr. Karin Joubert het die pragtige lied You Raise Me Up in gebaretaal vir ons vertolk - 'n aangrypende oomblik wat stille-tjies harte geraak het. Sy deel hoe belangrik gebaretaal in Suid-Afrika is en haar passie vir SASL het elkeen van ons aangesteek. Sy het dit duidelik gemaak: hierdie is nie net 'n taal vir dowe mense nie, maar 'n waardevolle brug na begrip en verbondenheid.

Suid-Afrikaanse Gebaretaal is die 12de amptelike taal van Suid-Afrika. Dit beteken dit word wettig erken en gerespekteer - net soos Afrikaans, Engels of isiZulu. Wat

'n voorreg om hierdie unieke taal aan te leer en 'n bydrae te maak tot 'n meer inklusiewe samelewing!

Ons eie Lilian Bierman gaan die opleiding in die tak aanbied sodat ons praktiese gebare kan aanleer wat daaglik gebruik kan word. Ons sien uit na 'n prettige, interaktiewe en insiggewende leerpad - saam met mekaar, op ons eie pas, met hande wat leer praat.

Ons sien opgewonde uit na die res van die jaar waarin ons nie net ons hande gebruik om te werk nie, maar ook om te kommunikeer, verbind en verstaan.

- Lilian Bierman,
Skakelbeampte

Regs: Mariette
en Louis Bester



“IN OF UIT JOU GEMAKSONE – WAAR WIL JY WEES?”

Wat antwoord 'n mens as iemand vra wat die VLU vir jou beteken?

Met betrokkenheid oor tyd word ons blootgestel aan baie onderwerpe: opvoedkundige praatjies, aktuele sake, demonstrasies, werksinkels, voorbeelde van ander se skeppendheid, uitreiking na persone met minder as onself en goeie vriendskappe.

De Nuit het vroeg vanjaar as taklede saamgestaan om as een van die drie gasvroutakke mede-aanbieders van die Jakaranda konferensie te wees.

Baie dankie aan VLU Overvaal, vir die stimulerende Vrouedaggeleentheid en aanbiedings te Bapsfontein. Geluk aan die bestuur wat midde in 'n programuitdaging twee dae voor die tyd die spreekwoordelike “haas uit die hoed kon haal”. Wat 'n demonstrasie van veerkragtigheid!

“Get up, otherwise your comfort zone might kill you”, sê That Quote Guy.

“Your world will expand for every step you dare to take outside your comfort zone”, sê Maria Irving.

Dis is so lekker om te kyk wat vroue doen. Dis so lekker om self vaardighede aan te leer en self te doen.

Bring jouself, jou behoeftes en jou kundigheid en **Wees Die Verskil** by ons, op die eerste Saterdagoggend van elkeen maand, in Centurion.

Nelie Viljoen-Toet, voorsitter /skakelbeamppte.

vludenuit@gmail.com



Ada Bester, Ronel Newman en Kobie du Toit bedien verversings tydens die konferensie.

JAKARANDASTREEKPROSA: IN 'N OOGWINK

Die lewe is van nature onvoorspelbaar. Maak nie saak hoeveel ons beplan of oor die toekoms droom nie, omstandighede kan in 'n oogwink verander...

My kind se motorongeluk, op die eiland oorkant ons huis, het alles onherroepelik verander. Niks sou ooit weer dieselfde wees nie. Net daar het dit gebreek. Terwyl 'n toneel voor my afgespeel het van kinders wat roep, nooddienste, Johan langs my en in die donker 'n jongerige vroujie wat ons vrees bevestig het dat Tes wel daar iewers in die lang gras gelê het, het ek buite myself getree. Een deel wou na haar toe gaan, maar die ander deel het toegelaat dat hulle my keer. Een deel wou haar stukkende lyfie teen my vashou, die ander deel het geluister dat ek haar moes onthou soos wat sy was.

Ons Tes was weg. Ons Tessie was dood. Dood? Waar gaan ek haar nou kry? Ek het opgekyk. Alles in my wou haar volg en haar gaan soek waar sy tussen die wolke in die donker nag moes wees. Ek het bly soek terwyl ek in pyn en smart weggesink het. Waar is sy? Waar is die hemel? Waar is u Here?

Ek maak kennis met angste en verlies. Pyle van verlange word afgeskiet in my bors wat maak dat ek nie kan asem kry nie. Soos met geboortepyne wat kom en gaan, krimp ek ineen met elke vlaag van seer wat oor my spoel. Elke gebed is 'n net noodkreet: “Ag Here!” Op 'n manier voel ek Jesus se lyding, beleef ek Getsémane en weet hierdie beker het nie by my verbygegaan nie. Sê nou net almal wat vir my sou bid raak aan die slaap? Ek dwaal deur my leë huis na haar kamer. Ek gaan lê op haar bed en soek na haar reuk. Ek raak lighoofdig van onthou en van seer.

Mense kom kuier. Blomme, kaartjies en sms'e stroom in. Ek begin die woorde vat en in 'n woestyn van verlies kom daar, soos klein oases, weer “goeie” dae. Vrede begin die angste verdryf. Tussen die verlange kruip 'n vaste wete in. Tes is veilig - vir ewig. Ek weet dat ek haar weer sal sien.

Tes se dood was my grootste aardse verlies, maar ook my grootste geestelike wins. Ek lewe nou met 'n ewigheidsperspektief – altyd bewus van die broosheid van die lewe en die vlietende aard van tyd,

- Susan Strydom (Wierdapark)

HULETT'S (wisdom from a packet of sweetness)

In a land where hardships grind,
And hope, at times, is hard to find,
Small acts of kindness pave the way,
To a brighter future and a kinder day.

From coastal shores to inland plains,
Kindness sows like gentle rains,
Planting seeds of warmth and care,
Stirring hearts with love to spare.

A smile, a hug, a helping hand,
Small acts of love, across the land,
A culture booms, where kindness reigns,
Healing wounds and soothing pains.
So sprinkle hope near and far,
With kindness as your guiding star,
It may not be all our nation needs today,
But just a little sweetness
Goes a long, long way.



- Gundi du Toit,
Skakelbeamppte,
Magalieskuin

GHOLFDAG

Gholfdag vol pret en sukses!

Die jaarlikse gholfdag, aangebied by die Pretoria Gholfbaan, was weereens 'n groot sukses en het spelers, borge en ondersteuners bymekaar gebring vir 'n dag vol pret en kompetisie - alles ter wille van fondse waaruit die begunstigde organisasie, Van Dalen Versorgingseenheid in Pretoria-Noord, die streek en takke voordeel trek.

Een van die hoogtepunte van die dag was die opwindende **"putting"-kompetisie**, waarin deelnemers hulle vaardighede op 'n setperk vol pryse gemeet het. Sommige spelers het selfs tot agt pryse losgeslaan met sewe balle! (foto regs).

Na afloop van die dag is daar 'n **veiling** gehou waar waardevolle items, insluitend geskenkpakke, handgemaakte penne en selfs 'n skildery, onder die hamer gekom het. (foto regs)

Die **kruwa gevul met drank** wat uitgeloot is, is deur Reana van Zyl van VLU Eldorainge gewen, maar sy was so gaaf om dit terug te skenk sodat dit opgeveil kon word.

Die dag is afgesluit met 'n gesellige **prysuitdeling**, waar weners in alle afdelings beloon is vir hulle uitsonderlike spel. Selfs die spelers wat die langste op die baan was, het 'n prys ontvang!

- Annette Bester, Jakarandastreeksskakelbeampte



Bo & regs: Die pryse spring nie self in die sakke nie... Daleen Scholtz, Diana Keulder & Almarie vd Berg sorteer en verpak en geniet daarna 'n blaaskans saam met Renda Fourie



Regs: Derick Schoeman met die groot hart vir die saak stap weg met die hele kruwa vol verrassings!



Links: Die wenspan: Johan Watermeyer, Larry Nell, Kirwan Boshoff & Bossie Boshoff



Bo: Pastoor Roedolf & Chantel Brits van Van Dalen Versorgingseenheid.

JOHANNA VAN BILJON – ONS BLOMMERANGSKIKKING-BAKEN VAN INSPIRASIE

Wanneer dit kom by blommerangskikkings en blomkuns, is daar een naam wat by die VLU Overvaal telkens opduik met bewondering en respek – Johanna van Biljon.

Met haar jare se ondervinding, haar kenmerkende kalmte en haar passie vir alles wat groei en blom, is sy ons **“go-to person”** wanneer ons meer wil leer oor rangskikking, kleur, lyn, balans en natuurlike skoonheid. Johanna deel haar kennis met soveel grasie en geduld, en elke demonstrasie of werksessie met haar is 'n waardevolle leergeleentheid – nie net vir die hande nie, maar ook vir die hart.

Haar bydrae strek egter veel verder as tegniek alleen. Sy bring met elke klas 'n gevoel van erfenis, van stories en herinneringe, van vroue wat oor geslagte heen hul kreatiwiteit met mekaar deel. Vir baie van ons roep haar naam herinneringe op aan ons ma's en oumas wat juis by haar geleer het, en aan die vroeë dae van blomkompetisies en kerkbasare waar rangskikking 'n kunsvorm en 'n erfenis was.

Ons is opreg dankbaar dat ons steeds van haar kennis kan leer en dat sy so gewillig is om haar vaardighede aan die volgende generasie VLU-lede oor te dra. Sy is werklik 'n baken van kreatiwiteit en 'n kosbare deel van ons gemeenskap.

Dankie, Johanna – ons leer met elke blom wat jy plaas.

- Lilian Bierman, Skakelbeampte, De Wildttak



SINTANA



Bo: Annetjie Botha, die voorsitter pragtig getooi.

'n Vrolike opedag vir Sintana met 'n hoede-tema uit die Oudedoos. Van die lede het voortrekkerrokke gedra en gaste het die pretspeletjie van 'n skinkborddans baie geniet. .

Elsa Naude, Skakelbeampte,

Onder: Die taklede het saamgespeel met die tema en hier is hulle: Staande: Annetjie Botha, Elsa Naude, Igna Smit, Loraine Kruger & Helena Greyvensteyn. Sittend: Fabiola Pieri, Elsabé Greeff, Laetitia Bahlmann, Marietjie Kruger.



WELWILLENDHEID

Die Diakonale Pleegsorghuis in Sinoville is een van ons begunstigde liefdadigheidsprojekte van 2025. Daar is ses huise vir seuns en dogters in verskillende dorpe in Gauteng. Hierdie huis huisves ses dogters tussen die ouderdom van twaalf tot sestien jaar. Susan Vorster, een van ons lede, het twee jaar gelede by die huis betrokke geraak. Sy neem die dogters gereeld op uitstappies en na haar huis waar daar koekies gebak en kuns gedoen word. Ons tak het aan hulle geskenk-pakkies oorhandig met bederfgoedjies vir meisies en ook gehelpe en gebreide serpe, musse en vingerlose handskoene as verjaarsdaggeskenke. Hulle het ook die Overvaal Vrouedag bygewoon wat deur die Efficient Groep geborg was - 'n groot lekkerte het hulle gesê!

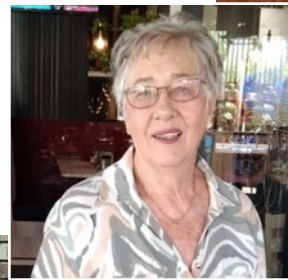


Susan Vorster (links) en Marietjie Furstenberg (regs) saam met die dogters

OUDERDOM is nie 'n verskoning as dit by betrokkenheid kom nie. Meisie Wessels en Rienie van den Berg het altwee hulle 80ste verjaarsdag gevier. Albei het in 2008 by ons tak aangesluit en is baie betrokke met bywoning en deelname aan kompetisies. Rienie het 'n partytjie gehou en vir die gaste gevra om geld te skenk aan Wollies i.p.v. aan haar. Daar is R1 800 ingesamel en sy en Petra Neethling (voorsitter) het honde- en katkos gekoop en aan Wollies oorhandig.



Sarie Booysen (links), 85 jaar oud, is een van vier lede wat mussies en handskoene brei en hekel vir pre-matuur gebore babas wat aan hospitale in Gauteng geskenk word vir behoeftige mammas.



Miemie Matthée (links), 89 jaar oud, het laslapkombersies gemaak wat aan die Rock of Hope huis vir babas geskenk is. Sy is vir 63 jaar 'n VLU-lid, steeds 'n groepleier en het verskeie posisies beklee en aan baie kompetisies deelgeneem.

Ons bewonder hulle en sê dankie vir sulke voorbeelde!

- Gundi du Toit, Skakelbeampste

MARLEEN BURE

Totsiens is altyd 'n bietjie moeilik veral as daar 'n "leeftyd" agtergelaat word. Sintana het afskeid van Marleen geneem en sy het dadelik haar voete by VLV Montagutak, Wes Kaap, gevind.

Marleen het in 1980 by VLV Upingtontak aangesluit en daar opleiding as beoordelaar by die Landbouskou gekry wat sy vir 6 jaar gedoen het.

In 1987 verhuis hulle na Witbank waar sy die volgende jaar as voorsitter verkies is tot 1989 toe hulle na Pretoria verhuis en sy by Sintanatak aansluit. In 1992 is sy as voorsitter verkies tot einde 2023 - 31 jaar sonder onderbreking. Sy was Jakarandastreek se sameroeper van Tuisteskepping vir 32 jaar. Sy het vir 34 jaar uitreikwerk in Wolmer gedoen en voortspruitend Avantétak gestig met Annetjie vd Merwe as President toe, en was ook betrokke met die stigting van Naleditak. Sy verower 'n 2de prys met 'n uitreikkompetisie in S.A en dien die afgelope 6 jaar as raadslid by Tshwane North Outreach.



Ook totsiens aan Vera Smit (93 jr), Sintana se oudste en stigterslid,

Die tak vier hulle 42 ste verjaarsdag met 'n Valentynstee en kosdemonstrasie by Kappie'CCino in Clubview, Centurion. Chef WP demonstree 'n Carbonara pastagereg wat vinnig met bestanddele reeds in jou kombuiskas, berei word. Ongeveer 15 minute nadat jy begin gaarmaak is jou dis reg vir opskep. Bedien met 'n vars slaai vir 'n smaaklike min-moeite maaltyd.

Chef WP se wenke vir 'n suksesvolle Carbonara:

- Deur voorsiening te maak vir 60g spek, 40g cheddar kaas en 1 eier per persoon is die resep maklik aanpasbaar by die getal gaste wat bedien moet word. Berei jou spaghetti voor volgens aanwysings op die pakkie. Moenie die spaghetti in kleiner stukkies breek nie. Die lang stukke spaghetti hou die sous beter.
- Gebruik altyd "streaky bacon" want die uitgebraaide vet word benodig vir geur in die sous. Die eiergeel voorsien die sous se romerigheid. Die spek moet in sy eie vet bros gebrui word.
- Gebruik gelyktydig twee plate op die stoof, een vir kook van spaghetti die ander vir braai van die spek.
- Klits die gerasperde kaas en eier liggies met 'n vurk saam. Voeg 'n bietjie lou afgekoelde pastawater by die eiermengsel om te keer dat die eier te gou gaar word wanneer dit by die pasta en spek gevoeg word.
- Skep altyd 'n bietjie pastawater saam met die pasta by die spek in die pan. Roer deur en verlaag die temperatuur voor die eiermengsel bygevoeg word. Roer aanhoudend vir die kaas om te smelt en 'n romerige sous saam met die eier te vorm. Strooi vars gemaalde swart pepper na smaak oor. Smul lekker.

WP deel ook die herkoms van die gereg. Tydens die Tweede Wêreldoorlog was eiers en spek deel van die Amerikaanse soldate se rantsoene. Die soldate het dikwels hul rantsoene vir die Italiaanse huisvroue gee om voor te berei. Met die byvoeging van pasta is die rantsoene gered en Carbonara gebore.

- Elna de Waal, Skakelbeampste



Joke Kronberger & Rosemary Coetzee



Niggies Adri Stephansen & Sue-Ann Bezuidenhout.



Anneli Kleynhans, Elna de Waal & Susan Strydom



Links: Almarie van den Berg bedank Chef WP vir sy smullekker demonstrasie en wenke.



Hetta Schenck, Karin Terreblanche & Polanie van Vollenhoven.

RANGSKIK MET LOOF.

Pierre Jacobs sluit 'n wêreld oop vir die dames wat nuut is tot blommerangskikking en bied inspirasie vir dié wat reeds ervare is hierin. 'n Rangskikking sonder oase? Wel, Pierre het die antwoord. 'n Eenvoudige takkie of twee wat 'n snit in kry en binne die bak of pot se rand gespan word is 'n toepaslike wenk. In sy hande het ons geleer hoe om blare te rol, vou, sny, veer, knip, bondel en knoop - alles woorde wat 'n mens nie normaalweg met die woord "loof" assosieer nie! Die algemene kommentaar op hierdie interessante manier van rangskik was dat dit nie net baie kreatiwiteit aanwakker nie, maar dat dit ook 'n baie koste-effektiewe manier is om jou rangskikkings te laat uitstaan.



Barbara Nell sê dankie

DIE MEDISINALE WAARDE VAN PLANTE

Te gou, in hierdie moderne era met sy tegnologiese vooruitgang, mediese navorsing en gebruik van chemiese tegnologie, vergeet 'n mens van jou wortels. Die persepsie bestaan dat medisyne net effektief is as dit jou 'n arm en 'n been kos en in 'n laboratorium ontwikkel en vervaardig is. Op hierdie manier vergeet en misken ons dit waarop al hierdie mediese ontwikkeling gebou is: medisinale plante. Louise Binneman maak ons weer bewus van die onmisbare waarde van medisinale plante - 'n ware apteek in jou tuin, as jy sou wou...



NOG OOR HEUNING...

Bye-boer Dave Swemmer vergroot op 'n praktiese en verstaanbare wyse dames se kennis van bye en heuning en leer die volgende:

- Lees die etiket voordat jy heuning koop. As dit ingevoerde heuning is, is die kans 100% dat dit nie suiwer heuning is nie, maar versnitte stroop.
- Slegs 0.01% van die wêreldmark se heuning is suiwer.
- 'n Toets vir goeie heuning: draai die bottel onderstebo. Indien daar net 1 lugbol styg is dit goeie gehalte heuning.
- Gepasteuriseerde heuning verloor al sy medisinale waarde omdat dit verhit word.
- Wanneer heuning sandsuiker, moenie dit in warm water sit of in die mikrogolf verhit nie, anders verloor jy die medisinale waarde daarvan. Sit die houër in die son neer en suikerkristalle sal self oplos.
- In gebak kan heuning suiker op 'n 1 tot 1 basis vervang.
- Kinders onder 1 jaar moet liefies nie heuning gegee word nie.



Dave Swemmer & Millie Spies



USE THOSE ROOTS, SHOOTS AND PEELS

Ironically, the parts of veggies we must often throw away are the most nutrient rich. Using carrot tops, fennel fronds, beet greens, kale stalks, celery leaves and more will not only help you be healthy, it will also help you save money. These veggie roots and shoots can be used in a variety of ways:

- Juice them: The easiest way to start using your veggie parts is in smoothies and juices. Simply chop up all those bits, stick them in a freezer-safe reusable bag and whenever you want, throw a handful in the blender with some water for a delicious healthy juice or smoothie.
- Stock up: Veggie peels, roots and shoots are perfect for making rich stocks and broths.
- Leave them on: Leave the peels on your parsnips, potatoes and carrots. Given them a quick scrub is faster than peeling them. And veggie peels aren't just nutrient rich, they also add an appealing texture and appearance to your veg.
- Feature them: While many of us throw away these veggie roots, shoots and peels, both traditional cooking and modern gourmet chefs feature them prominently. Beet greens are delicious sautéed with garlic, olive oil and caraway seeds. And veggies are not only more nutritious but more delicious with the skins on.

- Earth up food waste reduction tips

KONFERENSIE

Pretoriastreek bied 'n swierige 30ste konferensie aan met die tema “**Vroulik – Pêrels en Rose**” en was dit nie vroulik nie. (Pêrels is die steen vir 30 jaar huweliksherenking)

Na 'n buitengewone reën bui die vorige dag, breek 'n pragtige dag aan en niks demp die atmosfeer nie. Die openingsboodskap was “daar is niemand soos jy nie en die grootste verskil wat jy kan wees is om jouself te wees”.

Die tema “Wees die Verskil” is verder deur Trudie Steyn uitgebrei en sy sê: “Ek is nog nie daar nie, ek word dit nog - dis 'n proses”. Swaarkry is nooit verniet nie, dis deel van groei.

'n Hoogtepunt was al ons weners in die verskeie afdelings asook die takke met die meeste punte vir artikels wat ingehandig is en die tak met die meeste lede teenwoordig by die konferensie.

Kroonblaar se jeugtak het besonder goed gedoen en van hul lede was ook teenwoordig.

Sally Ferreira, Pretoriastreekvoorsitter, is weer eenparig verkies vir 'n volgende termyn.

Die heerlikste hoenderslaai is bedien en **Kleinfonteintak** het die resepsie goedgunstiglik gedeel:



KOUE HOENDERSLAAI

Koue, gepeurde hoenderstukkies, in stukkies gesny.

Spinasie, in eetbare stukkies gesny (of slaai-blare maar dit kan pap raak). Stysels: al dente afgekoelde penne-noedels (of enige ander soort pasta volgens keuse) / blokkies gaar aartappel.

Brokkoli-stukkies (opsioneel) / gevriesde ertjies (moenie ontdooi,

voeg gevries by slaai).

Mango-blokkies / geblikte geelperskes, gedreineer en kleiner gesny / ferm papinoblokkies / geblikte mandarynskifjies (gebruik sous om slaaisous te verdun).

Pekanneute, grof gekap (opsioneel). Bedien moontlik apart.

Enigiets anders, soos gehalveerde swart en groen duiwe, bloubessies, aarbeierpies, vars soetmieliepitte, murgpampoentjiewiele, blomkoolstukkies, soetrissierepies, gedroogde rooibosbessies en so meer. Vermix groente/vrugte wat papperig/waterig raak (soos tomatie). Pynappelstukkies is lekker, maar kan die ander smake oorheers en die sous waterig maak.

Slaaisous:

± gelyke hoeveelhede mayonnaise en blatjang
Kerriepoeier (na smaak)

Indien nodig, verdun (net voor gebruik) met **bietjie** melk / mandarynsous sodat dit nie so taai is nie.

Net voor opdien: gooi sous oor slaai, meng liggies deur (dit kan wel 'n rukkies staan, maar nie te lank nie).

Wenke:

Die styselkomponent kan weggelaat word.

Indien moontlik, maak sous 'n dag of wat vooraf sodat geure kan “trou”. Moenie die groente & vrugte te klein sny nie, sodat die verskillende bestanddele onderskeibaar is.

Die belangrikste bestanddele is die soeterige vrug/vrugte en die sous. Daarom: speel met die res van die bestanddele met kleure en tecture en met dit wat jy het of wat in die winkels beskikbaar is.



NUWE BESTUUR:

Voor: Sally Ferreira (Voorsitter) Anita Hugo (Sekretaris)

Agter: Tineke Wolfaardt (Tesorier), Mariaan Basson (2de Visevoorsitter), Mercia Coetzee (1ste Visevoorsitter) en Cornel Rothmann (Skakelbeampte)

Afwesig: Annelie Weideman (Kompetisie-sekretaris)

- Cornel Rothman, Streekskakelbeampte



Stylvolle geskenk-verpakkings



7

KROONBLAAR

Kroonblaar-aandtak is 7 jaar oud.

Ons vier dit met sjampanje, heerlike eetgoed en 'n mini-prysuitdeling. Elke lid het 'n koffiebeker met haar naam, artikels ingehandig en totale punte behaal daarop geskryf, ontvang. Die artikelplekweners het termosbekers gekry en trofeëweners het waterbottels, geskenk deur Bernina Moot, ontvang.

- Annatjie Lindsay, Skakelbeampste

Regs: Ester Jardim se gesig, Lynis Kotze, Jo-Ann Smit, Penelope Jardim klink 'n glasie.



LE FEMME

HERTZOGGIES, SMUTSIES EN TWEEGEVREETJIES

(Geleen van 'n GrootFM uitsending in 2020)

Albei het 'n broskorsdeegbasis en 'n soet appelkoosvulseltjie. By Hertzoggies is die doppie gemaak van klapper-meringue en by "Smutsies" is dit gemaak van deeg.

Wat was eerste? Die Hertzoggie of die Smutsie?

Om hierdie vraag te beantwoord moet ons bietjie in die Suid-Afrikaanse politieke geskiedenis delf. In die 1920's was generaal JBM Hertzog se Nasionale party en general Jan Smuts se Suid Afrikaanse party twee van die sterkste partye in die land. Gevolglik was die Natte en die Sappe geswore vyande.

In 1921 het Hertzog vir vroue in die bruin gemeenskap stemreg belowe as hy eerste minister sou word. Om hul ondersteuning en blydschap aan hom te betoon, het hulle 'n koekie uitgedink en dit na hom vernoem. Die Sappe kon egter nie toelaat dat general Hertzog met koekies vereer word nie en hulle het toe 'n variasie daarop bedink wat ons vandag nog ken as Jan Smuts-koekies.

Maar daar is 'n kinkel in die storie. Na Hertzog premier geword het, het hy wel gesorg dat wit vroue in 1930 stemreg kry maar sy belofte aan bruin vroue het nooit waar geword nie - hoofsaaklik a.g.v. drukgroepe van die regse vleuel van sy Nasionale Party.

Maleiervroue het so stil-stil vir Hertzog teruggekry deur hertzoggies in proteskoekies te omskep. Die een helfde van die holte is met konfyt gevul en die ander helfde met die klapper meringue. Die een kant is met bleek pienk versiersuiker bedek en die ander kant met bruin versiersuiker. En die koekie se naam: tweegevreetjies

Ek weet nie hoe waar hierdie storie is nie maar in ieder geval is al 3 koekies smaaklik en deel van ons kultuur.

- Adri du Plessis, Voorsitter



Hertzoggies



Smutsies



Tweegevreetjies

KLEINFONTEIN

Hannetjie Erasmus, een van Kleinfontein se taklede, het haar pragtige kompetisieartikel van 2024 geskenk aan 'n 50-jarige gestremde persoon in die Kungwini tehuis vir gestremdes. Wat 'n wonderlike gedagte! Die dame kon nie ophou kyk en vroetel en vat nie. Haar ogies het geblink en sy het gesê sy het nog nooit so 'n mooi geskenk ontvang nie. Sy kon ook nie ophou uitgevra na die tannie wat dit gestuur het nie. 'n Praktiese voorbeeld van wat ons VLU-dames spesiaal maak. So hef ons mekaar op en verryk mekaar se lewens. Wees die verskil!

(Met dank aan Esther de Wet en Hannetjie Erasmus)

- Jacomien Freyer, Skakelbeampste



BENEFITS OF A GOOD VOCABULARY!

I recently called an old Engineering buddy of mine and asked what he was working on these days. He replied that he was working on "Aqua-thermal treatment of ceramics, aluminum and steel under a constrained environment." I was impressed until, upon further inquiry, I learned that he was washing dishes with hot water under his wife's supervision.

IFRD 2025 – What a Ride!



#IFRDHerPower

International Female Ride Day® (IFRD) is a movement to celebrate women in motorsport and encompasses motorcyclists in over 120 countries worldwide. There are tar rides and off-road rides.

I left Boksburg at 6:30AM on Saturday, May 3rd, heading toward Roodepoort with the temperature dropping to a bone-chilling 3°C. Met up with the crew at KTM Race Worx where we warmed up with coffee and some great conversation with fellow riders.

Three off-road groups were ready to go, and the first set off around 8:30AM. We paddled through muddy patches, climbed over rocky trails, and made our way to a halfway celebration stop, complete with chocolates and coffee topped with marshmallows. Pure bliss!

After about two hours of off-road riding, we reached our final destination: Grotto to Gravel. The atmosphere was electric. Women laughing, chatting, and swapping bike stories. Just awesome.

This was my second IFRD off-road ride, and it just keeps getting better. Bring on 2026!

LINK: [IFRD-SA – International Female Ride Day – South Africa](#)

- Donna Reid, lid, La Femme



DIE STORIE VAN COCA-COLA

As ek aan Coca-Cola dink, kom daar so diepe heimwee by my op. Ek onthou as kind het ons met spesiale geleenthede 'n Coke gekry in 'n baie oulike boepens glasbotteltjie.

Tipies kind het ons ook agtergekom, dat as ons 'n klein klippie in die botteltjie gooi, kook die gas uit...

Coca-Cola is bietjie ouer as ons en is reeds in 1886 deur 'n apteker vervaardig.

John Stith Pemberton het die formule gemeng met die doel om as medisyne te dien vir hoofpyn en ook as energie-drinkie. Aanvanklik het dit bestaan uit coca-blare en alkohol. Die Coca-blare het kokaiën verskaf en die alkohol is later as gevolg van verbodsregulasies uitgelaat.

In 1900 is die kokaiën ook verwyder deur Pemberton se boekhouer, Frank Robinson wat ook Coca-Cola se logo ontwikkel het.



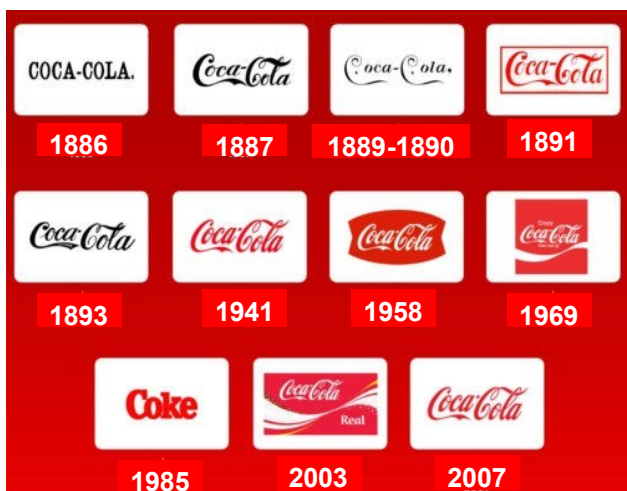
Die drankie is aanvanklik verkoop as 'n tonikum, maar was so verfrissend, dat dit vrylik by fonteine en apteke verkrygbaar was.

Asa Candler het die formule na Pemberton se dood gekoop en dit baie aggressief bemark – soveel so dat dit na die Eerste Wêreldoorlog na Suid-Amerika, Asie en Noord-Amerika uitgevoer is.

Die Amerikaanse weermag het seker gemaak dat al die soldate oral ter wereld 'n bottel Coke kon koop teen 5 sent en so het die verspreiding oor die wêreld plaasgevind.

Die formule van Coca-Cola is tot vandag nog een van die bes bewaarde geheime.

- Cornel Rothmann, Skakelbeampte



BESOEK AAN PRETORIASE BOTANIESE TUINE.

Op 'n pragtige herfsoggend, terwyl die dou nog op die grasperke blink, arriveer 15 dames van Meyersparktak by die Botaniese tuine.

Die Help Seniors in samewerking met Ou Mutual en ander borge, bied op 'n gereelde basis 'n kuier-en-ontspannoggend aan en ons as tak het besluit om dit by te woon.

Terwyl 'n paar energiekes soos Henna, Helen, Ina saam met ander seniors die staproetes deur die tuin aandurf, kry die krankes en luiers vir ons elkeen 'n stoel en maak onself gemaklik vir lekker geselsies saam met ons mede-seniors.

Soos wat die stappers terugkeer word koffie en 'n eetgoed bedien en ons kuiergroep staan gretig nader want ons is al dors gesels. Ons het ook huiswerk gekry. Elkeen moes sy geliefde of gebruikte Afrikaanse woord neerskryf aangesien dit in Meimaand die 100jarige viering van Afrikaans as spreektaal is. Dit was ook in April Shakespear se verjaardag en ons is gevra om ons geliefde aanhaling uit sy werke neer te skryf. Al die papier-tjies is in twee houters geplaas en ons wag gretig vir die trekking want wie hou nou nie van 'n verrassingspakkie nie. Drie gelukkige ontvangers uit elke sak word getrek en ons eie Nicoline le Roux is een van die gelukkiges met haar aanhaling uit Macbeth. "Bouble Bouble toil and trouble, fire burn and coaldron bubble" wat die hekse gesing het terwyl hulle hul brousel gemaak het.

Na die opgewondenheid kom die honderd-plus seniors tot ruste en luister ons in 'n ontspanne atmosfeer, onder lowergroen bome na die sanger, Phillip Kotze. Sy sterk stem dra wyd oor die tuin en menige een pik 'n traan weg soos hy ons terugvoer na vervloë dae met die keuses van sy liedjies.

Die genotvolle oggend is verby en die mense begin traag die rustigheid van die tuin verlaat. Voorwaar 'n uitstappie om weer te doen.

- Nicoline le Roux,
Sekretaresse.

Regs: Ina Mullins, Henna Theron, Nicoline le Roux.
2de Ry: Rothea Lourens, Annatjie van Zyl, Corrie van Greunen



Regs: Voor na agter: Marieka Wilsnach, Tineke Wolfaardt, Helena Snetler, Alda Coetzer.

MEYERSPARK

**60+? Kom STAP
saam
met Help Seniors**



Datums vir 2025: 29 April, 27 Mei, 26 Augustus,
30 September, 28 Oktober

Plek: Pretoria Nasionale Botaniese Tuin
(In by die hoofhek, draai regs en volg 'Help Seniors' bordjies)

Program:

08:15 Registrasie & Stap
09:30 Verversings
09:45 Inligtingssessie
09:55 Vermaak: Phillip Kotze
W-app: 083 283 7521
10:45 Verdaging

Roete: Jy kies jou eie.

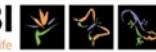
Leer oor bome by Dendroloog: Gerrit Middelberg

Fooi: R50 persoon per stap (kontant) - sluit ligte verversings, botteltjie water, vermaak en ander verrassings in.

**Meer inligting?, besprekings (noodsaaklik!) en
jou telefoonnommer (noodgeval?) teen
24 April 2025**

Anneke: w-app 072 349 8395 /
admin@helpseniors.org.za

SANBI
Biodiversity for Life



Blignaut
BlueStar
Financial Advisory Services of
Santam

AVBOB



'N AANGENAME BESOEK AAN DIE VLU MEYERSPARKTAK

'n Geleentheid het hom voorgedoen om 'n praatjie oor bye en heuning by te woon. Persoonlik wou ek van die kans gebruik maak om na 'n periode van sestien jaar se afwesigheid, weer by 'n VLU-tak aan te sluit.

"Trek iets geels aan", het die vriendelike VLU-vriendin, wat my van die praatjie vertel het, my ingelig.

Eerste indrukke is blywende indrukke en hier was nie net baie bedrywighede aan die gang nie, maar ook vrolikheid en vriendelikheid. Ek het stilweg gewonder of dit ook so in 'n byekorf gaan.

Ek het my plek by een van die pragtig versierde tafels ingeneem en kon sien baie moeite is gedoen om by die bytema aan te pas. Daar is tot klein geskenkies, met die bytema in gedagte, vir elkeen op die tafels gelaat. Chris Viljoen, 'n byeboer van Willow Tree Honey byeboerdery, het 'n interessante en insiggewende praatjie gelewer. Uitsluitel is ook gegee oor die verskil tussen rou- of suiwer heuning en heuning wat bestraal word. Die dames kon hierna van die verskillende heuningsoorte asook ander heuningprodukte soos self en koninginby-jellie koop.

Nicolene le Roux het haar resep van 'n versnaperingshappie met heuning gemaak, met almal gedeel en elkeen kon dit proe of saamneem huis toe. (Sien bl. 54 vir die resep - Red)

Voorwaar 'n genotvolle oggend!

Selfs besige dames moet soms wegvlieg vir 'n verposing elders.

- Christa van Tonder, gas.



THE OVERBERG RETREAT

In March 2025, I, Dorothy Gottschalk, my six daughters: Nancy, Susan, Anne, Dallas, Candace and Stephanie and two of my granddaughters, Nicolette and Helène, travelled to the Cape to join up with seventeen other ladies to embark on the Overberg Retreat.

We all gathered at Clos Malverne, a wine farm near Stellenbosch, for breakfast and joining the leader of the retreat, Mariette Beukes, and all the other ladies. During the breakfast we each received a bag with a blank book, which was to be used to create a journal of the retreat. There were also notes, stencils and various articles to use in the making thereof.

The first day was a scenic drive all along the beautiful coastline to Gordon's Bay, Betty's Bay, Hermanus, Elim and ending at Arniston. At Betty's Bay we viewed the penguins in their natural habitat. We had to check under the cars before we left as they like to lie under the vehicles.

At Hermanus we had lunch at Ficks Cove, a delightful restaurant built on the natural rocks of the coastline with a beautiful swimming pool. Mariette was the only one to use it.

Next stop was Elim, a two-hundred year old mission station. The small town consists of fisherman's cottages, all well maintained and very neat and tidy. The locals are very proud of their history and there is a museum with some very interesting old artifacts.

We hired a house in Struisbaai. From Elim we went through Bredasdorp where we collected the keys to the house and booked in. It was great staying in one place and meant we could work on the journals in the evenings.

Thursday saw us visit the candle factory in Bredasdorp. They have the most beautiful candles and very pretty porcelain.

Then on to Waenhuiskrans to visit the caves while the tide was out. Nancy, of course, promptly fell into the deepest pool with her cellphone and had to go back to Struisbaai for a change of clothes.

We went to Kassies Bay which is a National Heritage Site.

The houses in the village are once again in the fisherman style, also well maintained as this is a popular tourist destination. There is only coloured living there as only they are allowed to live there.

We had lunch at Winneens Art and Crafts Restaurant. All open and with benches and long tables, where we worked on our journals. The lunch of fresh fish was delicious.

On Friday we got up early to visit Cape Agulhas before the forecast rain, which luckily never materialized. It was windy, but not cold and the nine of us were the only ones there as it was too early for the other tourists.

We then visited the lighthouse, which some of the girls climbed. Seventy-one stairs up and seventy-one down! Then on the fishing pools built by the Koi, which still function, then the shipwreck, which is smaller every time.

We also visited Klippiess Bay. This is a beach which only has stones on it. Interesting thing is, when the waves recede there is a rushing sound as the water goes between the stones. Klippiess Bay Beach is situated along Clarence Drive (R44), between Gordon's Bay and Rooi Els. The route offers breathtaking views of the Kogelberg coastal mountain range, known for its steep and dramatic drop into the ocean. Lunch was at Arts and Craft Shop and then back home again to guess what? Work on the journals! That evening we went to a local restaurant to sample the fish dishes and taste their delicious cocktails!

Saturday was spent at the harbour in their huge cafeteria, working on the journals and reviewing the trip. Great excitement when the stingrays came into the shallow waters to be petted. (Stingrays are a type of cartilaginous fish related to sharks. They're known for their flat, disk-like bodies and long, whip-like tails - often with one or more venomous spines used for defense.) The staff there slap the water and then the rays came in. People standing in the water stroke them and feed them small fish. There were three rays there that day, but the staff said there were sometimes as many as twelve.

On Sunday morning we packed up and hit the road. At Napier we stopped at the Napier Farm Stall and bought some delicious eats. Sweet, of course! The next stop was the Elgin Farmer's market. There were some really interesting shells there. On a separate shed we gathered for a final lunch and there were many and varied dishes to choose from. So much so that it is difficult to decide what to eat!

There we all said our goodbyes and the ladies went their various ways home and so did we.

-Elizabeth Kendall, Liaison officer, Van Riebeeck branch



At Cape Agulhas in gale force wind! Dallas, Candy, Nancy, Stephanie, Dorothy, Susan & Anne



OOR BYE EN HEUNING

Deuteronomium 32:13:

“Die Here het sy volk die land in besit
laat neem, en Hom laat eet van die
opbrengs van die lande, hom
heuning uit klipskeure laat geniet...”
(Die Bybel – Nuwe Vertaling).



Die woord “heuning” kom ten minste een-en-sestig keer in die Bybel voor en die woord “bye” verskyn vier maal. God beloof die volk Israel om hulle te lei na ‘n land wat oorloop van “melk en heuning”. Dit sluit Sy seën in vir hulle as volk. Heuning belowe voorspoed en vooruitgang asook guns en genade.

Net bye produseer heuning. Hierdie wonderlike en nuttige klein insek wat slegs ‘n angel het om haarself te verdedig, bestaan al miljoene jare op aarde. Volgens fossielbewyse ongeveer 100 miljoen jaar.

Heuning, die soet produk wat deur bye in koeke versamel word, word ook al duisende jare deur die mensdom gebruik. Die Sjinese was heel eerste met die maak van die wêreld se oudste alkoholiese drank, naamlik heuningbier.

Daar kom **‘n wye reeks byspesies in Suid-Afrika voor**, maar nie almal produseer heuning nie.

In die Wes-Kaap met sy winterreënvalstreek kom ***Apis mellifera capensis*** voor. Hierdie by is veral nodig vir die bestuiwing van die fynbos in die Wes- en Suid-Kaap. Hulle is kalmer van temperament en donkerder van kleur.

Die **Afrika heuningby, *Apis mellifera scutellata***, kom meer in die sentrale dele van Suid-Afrika voor. Hierdie by toon aggressiewe gedrag maar produseer meer heuning.

Bye is **sosiale insekte** wat kolonies vorm. Hulle lewe in ‘n korf is so goed georganiseerd dat elke lid van die kolonie ‘n spesifieke taak het om te verrig. Die koningin lê die eiers en verlaat selde die korf. Sy word deur haar dogters, die werkers, gevoed en versorg. Hierdie werkers beskerm die korf, hou dit skoon en versamel ook voedsel vir die kolonie. Die manlike bye of hommels werk nie. Hulle taak is om die koningin te bevrug.

Bye sal hulle neste in uitgeholde boomstamme maak of enige beskutte plek gebruik. Vroeër jare is ‘n klokvormige hok van strooi of rottang gevleg vir korwe en daar is ook van leë vate gebruik gemaak. ‘n Sekere Lorenzo Langstroth het so in die middel van die negentiende eeu, ‘n kas ontwerp waar die heuning uitgehaal kon word sonder om die neste te vernietig. Die heuning word in los vertikale raampies geproduseer, uitgeswaai en weer teruggeplaas.

Bye is krities belangrik vir die mens se voortbestaan.

Bestuiwing is die belangrikste funksie van die heuningby waar heuningproduksie maar bykomend is. ‘n Blom groei van saad maar die saad kan alleen ‘n blom voortbring wanneer dit met stuifmeel bevrug word. Saadvorming is dus nodig vir die volgende seisoen.

Stuifmeel steek aan die haartjies op die bye se pootjies vas. Stuifmeel is netso belangrik as nektar vir bye. Dit is hulle enigste bron van proteïene. Die leeftyd van werkerbye word verkort as hulle nie stuifmeel eet nie en is ook nodig vir die ontwikkeling van die jong by. Vrugteboere is volkome afhanklik van bye vir ‘n goeie oes en plaas korwe binne of naby die boord vir bestuiwing van bloeisel.

Hoe bereik hierdie “godedrankie” die mensdom ten laaste?

Bye is lief vir soetgoed. Die werkerby slurp die soet nektar met sy lang tong uit ‘n blom en stoor dit in sy byemaag. Honderde blomme moet besoek word alvorens so ‘n by se heuningmaag gevul word. Bye is baie goed met rigting en sal weer die pad na die korf terugvind om die ander bye van die fonds in te lig. Wanneer sy na die korf terugkeer, voer die by ‘n dans uit. Deur middel van haar dansbewegings vertel sy aan die ander werkers waar die nektar is.

Terug in die korf versprei die by met haar tong die nektar van een by na die ander een deur dit op te bring. Die nektar word met hulle speeksel gemeng, die water verminder en dit verander in heuning.

Hierdie hardwerkende insek sal net omtrent ‘n teelepel heuning in haar leeftyd bydra.

Heuning het oneindige voordele en gebruike.

‘n Lepel heuning per dag kan dalk eerder die dokter weghou as die spreekwoordelike appel!

In die Nuwe Testament lees ons dat Johannes die Doper in die woestyn van sprinkane en wilde heuning geleef het.

Die gesondheidsvoordele van heuning (wat uit glukose en fruktose bestaan) is te veel om op te noem. Dit is ryk aan anti-oksidante, is anti-inflammatories en kan voorkomend teen sekere kroniese siektes gebruik word. Heuning is ‘n natuurlike hoesonderdrukker en word vir wondgenesing gebruik.

Byewas word al baie lank as ‘n houtpolitoer gebruik asook in die vervaardiging van kerse en in die kosmetiekbedryf.

Koninginjellie word aan die larwes vir die eerste drie dae gevoer terwyl koninginbye hulle lewe lank daarmee gevoer word. Dit is ‘n ryk bron van proteïene, aminosure, minerale en vitamïene. Koninginjellie het genesende en verjongende eienskappe.

Propolis is ‘n hars of gom wat deur bye van boomgom vervaardig en deur die bye gebruik word om gate in die korf toe te stop. Vroeër is dit net as ‘n vernis gebruik maar met sy antibakteriese en antivirale eienskappe word dit deesdae vryelik in die medisynebedryf gebruik.

Mense wat allergies vir bysteke is kan met byegif as teenmiddel behandel word.

Die nut van bye en die gebruik van heuning is eindeloos. Alles in die skepping het ‘n plek en waarde. Bye is net ongelooflike en uitsonderlike diertjies en word beskou as die belangrikste lewende wesens op die planeet.

Alle lof en eer aan ons Skepper wat hierdie merkwaardige insek, die heuningby vir die mensdom geskenk het.

BRONNE;

Nuttige insekte deur C. H. Scholtz

Bye en wespe deur J.L. Cloudsley-Thompson

Ensiklopedie van die Wereld deel 5 – Die Heuningby

Google

- Geskryf deur Christa van Tonder
Meyersparktak



KONFERENSIE

Na maande se beplanning en harde werk deur Riddersporetak, is die oggend in 'n oogwink verby!

Die gasspreker, Rhoda Nortje, het die gehoor geboei met haar persoonlike getuienis van sogenaamde "Johannes 10"-oomblikke in haar loopbaan. Sy het haar pad met die ontwikkeling van die produk Gyna Guard gedeel - 'n baanbreker in vrouegesondheid - en vertel hoe sy talle vroue gehelp het om gemakliker oor sensitiewe gesondheidsonderwerpe te praat.

Die konferensie het vroue geïnspireer om 'n positiewe impak te maak in hul gemeenskappe en in mekaar se lewens.

- Ronel de Greeve, Streekskakelbeampte

Lidmaatskaptoekennings:



Cornel du Plessis 30 jaar
van Salomé de Jager



Elaine de Koker 40 jaar van
Judy Wagner



Bokkie Meyer - 10 jaar knopie



Malinda Raats 40 jaar van
Amanda van Wyk

Voorsitters: Carol Boonzaier (Westonaria), Malinda Raats (Roodepoort) Kirsten Becker (vaandel ontwerper), Judy Wagner (Middelville), Gerda Benadie (Ridderspore), Marietjie Roux (visvoorsitter, Lente), Maryna vd Merwe (Fuchsia), Edna Bester, Salomé de Jager (Fairland), Cornel du Plessis (kompetisiesekreteres, Fairland)



REGIONAL PROSE: A Highveld Thunderstorm

"Welcome, welcome to the exciting new season of, Orchestral Manoeuvres in the Sky. The Conductor promises a breathtaking, never to be forgotten, sound and light show. Let's flash and rumble to the music of the Highveld late afternoon."

The audience is transfixed while waiting for this spectacular, natural phenomenon. Some wait in wonder, while others are filled with apprehension. The stage comes alive when the ominous, grey curtains roll away to reveal the musicians.

Nature's orchestra moves into position and prepares for the awe-inspiring main feature.

The wind instruments introduce the concerto with a chilly breeze, but it's the allegro blast that announces the symphony to come. The audience frantically clutches at their possessions as the wind moves ahead of the sonatas.

Instruments flash, lights flicker as lightning, deadly dancers, move gracefully across the heavy skies. Delicate rumbles roll in to prepare all for the deafening crescendo. Percussion leads the symphony and reverberates around the arena. Eyes grow wider in disbelief and ears are covered for protection.

The audience is spellbound and watches in awe as the show builds in volume and dramatic light effects.

A streak of lightning discharges from the darkened heavens. For a moment the darkness is dispelled by the bright light. Upturned faces stare in angst at the source. A split second later a blast of thunder roars and rolls around the ominous grey curtain.

Some sink back in their seats, trying to take cover. The brave shield their eyes and stare in wonder at the latest summer orchestral pageant.

Soothing sounds from the triangle pitter patter across the dusty surface. A promise of a magical season to follow. The soft rains wash away any residual fears that might have remained after the main event.

Everybody relaxes as the life-giving rains nourish the thirsty, winter earth. Nature breathes a sigh of relief as the final notes announce a splendid rainbow, quiet and Biblical in its promise.

Silence envelops the theatre as the orchestra moves on to its next spectacular performance.

The stormy skies open to reveal the golden sun and a promise of a new day.

- Margaret Peters, Lente branch

Wanneer die Hemel Brul: 'n Hoëveld Donderstorm

Die lug hang swaar en broeiend oor die uitgestrekte vlaktes van die Hoëveld. Die son het reeds lankal ondergegaan op die verre horison, en die hitte van die dag lê soos 'n deken oor die landskap. Donker wolke begin stadig saampak, hul skadu's verskyn dof in die naglig. Dit is 'n voorteken van die naderende donderstorm, 'n natuurverskynsel wat met al sy krag die stilte van die nag sal verbreek.

Eers is daar die skielike verandering in die lug. Dit voel asof 'n onsigbare hand die atmosfeer omdraai, en die hitte word vervang deur 'n verkoelende waas. Die wind begin eers fluis-ter, dan skielik suig hy op in 'n kragtige suiging wat deur die vlaktes gejaag word. Die bome begin kraak en ritsel, hul takke breek die stilte met 'n fluisterende sang.

Dan kom die eerste flits van lig. Dit verlig die nag vir 'n oomblik, 'n skielike straal wat deur die donker skeur. Dit word gevolg deur 'n donderslag wat dreun soos die slag van 'n reus se hamer teen die aarde. Die geluid versprei lig oor die landskap, 'n donderende uitdaging aan die stilte van die nag.

Die reuk van reën hang in die lug, 'n skerp, skoon aroma wat die sinne prikkel. Dit meng met die stof van die vlaktes, en die aarde begin 'n nuwe lewe ontwaak. Die eerste druppels val sag op die grond, dan versnel dit tot 'n stortvloed. 'n Waterval van verligting vir die uitgedroogde grond.

Die storm bring opwinding en adrenalien vir die mens in die hart daarvan. Diere, verskrik deur donderslae en verblindende weerlig, vlug na skuilplekke. Dit is 'n tyd van grootheid en gevaar. 'n Tyd van intense natuurkragte wat botvier. Die donderstorm op die Hoëveld herinner ons aan ons kleinheid teenoor die mag van die natuur. Dit wys dat ons deel is van 'n veel groter geheel.

Terwyl die donderstorm oor die Hoëveld woed, word die sin-tuie oorweldig deur die oorrampelende krag van die natuur. Die swaar lug, die dreunende donderslae, en die helder weerligflitse vul die landskap met 'n magiese intensiteit. In hierdie chaos van kragte besef 'n mens die wonder van die wêreld – 'n kragtige getuigenis van God se skepping.

- Dalene le Roux,

'n Hoëveld Donderstorm

Dit is onheilspellend stil en drukkend warm. Dit is asof die natuur afwagtend tot stilstand gedwing word. Klein wit vlies-wolkies begin saamdrom. lewers kondig die reënvoël die reën met melankoliese akkoorde aan. Die lug trek soos 'n kombors van onheil oor die aarde heen. Verhoogde humiditeit veroorsaak 'n gevoel van ongemak.

'n Golf van grys en swart wolke beweeg vinnig donker en dreigend saam. In die verte is die kragtige gedreun van die donderweer wat soos 'n oorlogstrom roep. Blitse verlig die hemel met skitterende, flitsende ligte wat die landskap vir n oomblik in 'n spookagtige helderheid verander. Stof waai soos spookasem oor die veld. Spierwit blitse klief deur die lug gevolg deur die donderweer. Reën plof in groot druppels op die aarde neer. Met 'n kloppende ritme verander dit spoedig in kleiner dringender druppels wat in 'n vlag op die aarde neerdaal. En rammel teen die vensterruite. 'n Koel briesie bring 'n lafenis en verlig die ongemaklike hitte. Die donder-weer en blitse hou meedoënloos aan met die harde gedruis en gespoeg van helder ligpyle. Modderstroompies

'n Hoëveld Donderstorm

'n Welgeluksalige gevoel van rus en stilte sak op my toe. Ek vlei my moeë liggaam behaaglik in die stoel op my rustige koel stoep neer. Vandag was weer een van daardie malkop gejaagde dae. Die spreekwoord van "Hoe meer haas, hoe minder spoed" was vandag definitief op my van toepassing. Ai tog, die lewe se snelle verbyjaag bied geen rus vir die gewone siel nie. Dis drukkend warm en ek voel hoe my moeë uitgeputte liggaam stadig tot rus kom.

'n Oorverdowende geweeskoot gevolg deur 'n onheilspellende gerommel ruk my onseremonieel terug na die werklikheid. Haastig en verdwaas spring ek op en storm gras toe net om onverwags gepeper te word met groot reëndruppels wat soos klein bomme op die lowergroen grasperk neerplons.

Die hemelruim bokant my kop is eensklaps gevul met wit, blou en donker wolkkolomme wat aangerol kom oor die horison. Kort, kort is daar n weerligstraal en hulle speel hulle eie melodie wat gevolg word deur n gerommel in die wolke.

Swaargelaaide reëndruppels plons op die lowergroen gras neer in hulle eie ritme. Eers stadig een vir een, maar dan versnel die tempo en eindig gewoonlik in 'n kakofonie van klanke en visuele effekte.

Tussen alles deur is daar swaar dreuning en harde gerommel van klanke wat jou oorverdowend dwing om oor te gee aan die wonderlik skouspel van 'n donderstorm. Op maat van die storm, wieg die takke van talle bome onder die druk van die storm swiepend en juigend, maar ook bedremmeld.

In totale vervoering staan ek op my eie stoep beskut en geniet die hemelse besondere unieke visuele simfonie van klanke en kleure en emosies. Die einde is effe teleurstellend. Skielik is alles stil en rustig en die hele hoëveld talm vir 'n oomblik.

Skielik tref die gedagte my. Nou wonder ek. Kan dit enigsins moontlik wees? Het Beethoven nie straks die Negende simfonie hier op die hoëveld beleef nie? Al die klanke en melodieë en dit eendag lank gelede in sy geheue gebêre sodat ons dit vandag kan geniet.

- Ina Booyse, Fairlandtak

vorm oral in die tuin en op die paadjies. Takke swaai in die sissende wind, blomkoppe buig af na die aarde. Enige ander klanke word deur die storm verdryf. Voëls skuilstom in die bome. Die storm is buite beheer. Daar heers 'n onmiskenbare gevoel van vrees en afwagting wat soos 'n onuitgesproke dreigement in die lug hang. Mens en dier hou uit respek asem op.

Dan skielik, net soos wat dit gekom het, breek die storm oop. Die gerommel van die donderweer word stiller, die blitse se strale meer gedemp. Die reën trek weg en die lug is helder en vars. Welkome strale sonlig filtreer deur die wolke. Die landskap is nuut, gewas en gesuiwer. Die kenmerkende aardse reuk van nat grond walm op uit die dankbare aarde. 'n Reënboog, word, net soos donderweer en weerlig, in die hemel gevorm.

Hoëveldse donderstorms getuig van die krag en skoonheid van die natuur. Dit is 'n herinnering aan die lewe wat die reën bring. En hou die belofte van hoop in.

- Analene Kapp, Lentetak

Blokraai -PRET

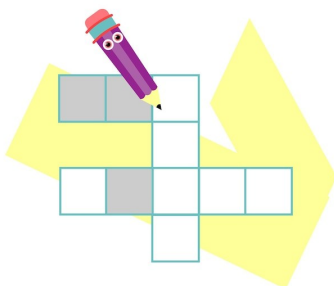


DWARS

6. xvindery moet vermy word tussen mekaar
7. Pasop dat klein dingetjies ons nie nie
8. iemand wat oor die algemeen vriendelik en innemend is, is
10. Bewaar ons asseblief van
12. as ons nie gejaagd is nie, kan ons eerder rustig, en sagsinnig wees

AF

1. ons moet oppas vir self..... want dit gaan oor die eie EK
2. Dit beteken dieselfde as om nie bang te wees nie (om ons goeie eienskappe na te jaag)
3. voor ... moet ons van wegbly want dit is nie logies, beredeneerd en billik nie
4. terwyl hierdie die teenoorgestelde van nr 5 is
5. ons moet ons beter eerlik oefen
9. die son kan maar ons moet wegbly daarvan
11. die orgaan in ons medemens moet ons altyd in gedagte hou



- Ronel de Greeve, WWR Streekskakelbeampte

ROODEPOORT



Louisa Beukes van In Soul, haar vriendin Erika du Plessis en Malinda Raats.



Met 'n baie gesellige plaasontbyt aangebied vir ons eerste fondsinsameling in 2025, het 104 gaste baie lekker saamgekuier en nuwe vriende met die ander gaste gemaak. Daar is heerlik gesmul aan die lekker geurige kos wat Arnold Pieter by Wilropark Aftreeoord voorberei het. Linksom die tafel: Melinda Smit, Alma Fourie, Ronel en George de Greeve, Jeanette en Tinus Prinsloo, Izak en Eurika Els

RIDDERSPORE

Kristen Becker is een van ons jongste lede (21 jaar op 22ste Maart gevier). Die jong, talentvolle dame het ons vaandel ontwerp en geskep. Sy het ongeveer 'n week lank aan die ontwerp gewerk. Sy werk as 'n "UI and UX designer" vir besighede regoor die wêreld vir die maatskappy, "Swap Space", 'n sagteware maatskappy in Dubai UAE.

Haar liefde vir die VLU is deur haar ouma gekweek soos sy altyd na die stories van haar ouma geluister het. Sy sê sy geniet dit om deel te neem aan al die verskillende kompetisies en het al baie by die ander lede geleer. Sy hou ook van die verskeidenheid dinge wat sy leer.

Sy dink dat die VLU meer gewild sal wees as die mense dit kan sien as 'n plek waar hulle kan deelneem aan bak- en kunskompetisies en 'n plek waar hulle nuwe tegnieke kan leer.

- Leonie Calits, Skakelbeampte



NETWERK24 NUWE WOORDE:

Besluite:

Sence of belonging	Sielsgeborge
Backfire	Terugklits
Vibe	Waaib

Voorstelle:

Pocket dial	Belblaps
So what?	Makiessakie
'Blank' slaan	Waterkop raak

Soek vir:

Off the grid
Declutter
Slowcooker (gedink woord bestaan – prutpot Red)

ODE TO THE SPELL CHECKER

Eye have a spelling checker
It came with my pea sea
It plainly marques four my revue
Miss steaks eye kin knot sea.
Eye strike a key and type a word
And weight 4 it 2 say
Weather eye am wrong oar write
It shows me strait a weigh.
As soon as a mist ache is maid
It nose bee fore two long
And eye can put the error rite
Its rare lea ever wrong.
Eye have run this poem threw it
I am shore your pleased two no
Its letter perfect awl the weigh
My chequer tolled me sew!

So kom toe die flink gedagte by my op terwyl ons by die Kongres is en Giep van Zyl praat oor ons taal Afrikaans en vertel dat ons taal hierdie jaar (2025) 100 jaar oud is!

Dit spring in my hart op en 'n saadjie word geplant. WAT VAN 'N IDIOME-AAND waar ons as Afrikaners bymekaar kan kom en nostalgies en PATRIOTIES wees en 'n heerlike samesyn om tafels te hê saam as spanne wat Afrikaanse idiomie, spreekwoorde, ou woorde se betekenis (etimologie). Jonk en oud moet dit bywoon en kom om hulle kennis te wys en weer te leer. Ons moet trots Afrikaans wees en onthou waar ons wortels vandaan kom.

Met die gedagte het ek dit aan die Westonariatak voorgelê en al ons lede was saam opgewonde oor die gedagte.

Natuurlik is die groot gedagte en rede ook om by ons Tema van die jaar " WEES DIE VERSKIL " te pas en bydrae te maak. Ons wil fondsinsameling doen want die Projek van die jaar is

-- HARTSMENSE MET FOKUS OP BEJAARDES.

Met dankbare harte kan ons dan sê dat toe die bal aan die rol is, toe laat ons Hemelse Vader alles in plek val. Hoe geseënd is ek nie dat ons 3 uitnemende sprekers kon kry, wat ook oud Westonariërs is en 'n lang pad saam gestap het, wat bereid was om my te help om hierdie funksie aanmekaar te sit en dit suksesvol deur te voer.

Die opwinding was hoog en dit het alles net inmekaar gevloei. Marli sê toe ons moet dit FLINKDINK MET MUSIEK EN SANG NOEM. Brilliant!!

Marli Coetzee, Altus Venables en Cassie van der Walt het dadelik koppe bymekaar gesit en lieflike program opgestel. Marli het Viva Afrikaans genader en hulle het vir ons al die vrae vir die program opgestel. Ons is ewig dankbaar vir haar en haar span en wil vir hulle dankie sê vir die uitstekende program.

1. *Marlie Coetzee - uitvoerende direkteur van Viva Afrikaans (www.viva-afrikaans.org)*

2. *Cassie van der Walt - wenner van drie ATKV-Liertoekenings en oud-Alabamalid, tans op pensioen, maar gee steeds skool.*

3. *Altus Venables - Kommunikasiekundige van Good Hope FM en 5FM en vir Virseker, en stemkunstenaar vir verskeie Afrikaanse reekse op kykNET.*

4. *Marli het ook Giep van Zyl gekontak en hy het ook saam met Viva en <https://afrikaans100.org/waarvoor-ons-staan/> ons onmiddellik ondersteun.*

Viva het vir ons advertensies gemaak en albei het vir ons op hul platforms geadverteer. Hulle het ook geskenke vir ons geborg.

Die aand was reuse sukses en Westonariatak is trots op elke lid wat hard gewerk het om kaartjies te verkoop.

Ons gaan uitreik en doen waarvoor ons geroep is.

Dankbaar en geseënd dat die saadjie kon groei en ons geboorte daaraan kon gee.

- Carol Boonzaier, Voorsitter

Margaret of Juffrou Mam soos wat sy in die Fontainebleau gemeenskap bekend staan, is in die Vrystaat gebore. Aangesien haar huistaal Engels is, moes sy dus vinnig Afrikaans leer praat. Haar wortels lê diep in die boeregemeenskap met 'n ouma wat geboer het en 'n moeder wat jare betrokke was by die VLU in die Vrystaat.



Mammas van Lente-tak het Margaret gewerf om na haar aftrede, by die tak aan te sluit. Sy het eers net aan twee kompetisie-items deelgeneem, maar het gou besluit om elke jaar iets nuuts aan te leer. Met dieselfde vasberadenheid en geduld waarmee Juffrou Mam Afrikaanse kinders Engels geleer het, het sy haar vaardighede uitgebrei en al hoe meer items ingeskryf op takvlak.

Sy het vinnig 'n groepleier geword wat gelei het tot visevoorsitter en eindelijk voorsitter. Tydens haar tydperk as voorsitter was sy verantwoordelik vir Lentetak se 70 ste verjaardagvieringe, aanbied van die konferensie en twee baie suksesvolle kersmarkte.

Haar visie was om uit te reik na die gemeenskap deur as tak betrokke te raak byvoorbeeld by die Trauma-eenheid van die plaaslike polisiekantoor. Die kersmarkte het ook die plaaslike inwoners betrek.

Margaret het eers net twee artikels, naamlik, breiwerk en gebak ingeskryf vir konferensie en kongres. Vanaf 2018 het sy elke jaar verskeie artikels ingeskryf by die afgelope konferensie verwerf sy 5 eerste plekke en 1 tweede plek, wat dan ook die meeste inskrywings was wat sy op daardie vlak gelever het. Voorwaar 'n uitsonderlike prestasie!

- Analéne Kapp, Vriendin van Margaret Peters

HERFSJARE

Dae is lank, maar daar is steeds groen in die somer en kaal takke in die winter

Nagte is nog langer met pyne en skete en seer spyte

Soms loer 'n bekende in en ek weet ek is nie meer deel van die lewe daar buite

Dis net 'n kort intermezzo in my deurmekaar bestaan

Waar pas daardie mens nou weer in?

Wat is hierdie familielid se naam?

Almal begin stelselmatig van my vergeet

Vergeet van al die koeksisters bak en saam bou

aan gemeenskap en gemeente en kroos grootmaak

As ek nou ophou saakmaak...

Maak die lewe nog sin?

Wat hou die lewe vir my nog eintlik in?

Maar Here, Abba Vader, U genade is vir my genoeg

Om my foto's van jare van vreugde, vergeet al die geswoeg

Enkele van my skatte oor jare vergaar

Al minder pas in my klein aardse woning

Ek het liefde ontvang en liefgehad

Meetsnoere het vir my in lieflike plekke geval my Koning

Marlene Joubert, Lentetak

Vroue wat SAAM WERK om n VERSKIL te maak

Vroue Landbou Unie het verskeie projekte wat die gemeenskap help en ondersteun.

Die klem is op VROUEBEMAGTING en ONDERSTEUNING.



WITWATERSRAND
VROUE LANDBOU-UNIE

SUSAN COETZER BY WITWATERSRAND



Bo: Barbara Nell, Overvaal President, Susan Coetzer, Diana Keulder (Overvaal Skakelbeamp-te) en Adri van Niekerk (Streekvoorsitter)

Aktrise en **Overvaal skrywer van die jaar**, Susan Coetzer was die trekpleister vir 266 mense by Witwatersrandstreek en sy het haar kant behoorlik gebring. Heel gepas was die dag se tema:

“Lekkergoed vir die Lewe”

Heelwat nie-lede het die dag bygewoon en met Barbara Nell se vertelling oor die werksaamhede en doelstellings van die VLU, is die ver-

wagting dat baie van hulle lede gaan word.

'n Hoogtepunt van die dag was die onthulling van die nuut herdrukte vaandel van die Witwatersrandstreek (foto links).

Die verskeie stalletjies, heerlike eetgoed en goeie geselskap het die dag se sukses bevestig.

- Ronel de Greeve, Streekskakelbeapte, WWR

ANTOINETTE PIENAAR IN LEWENDE LYWE

Marietjie Furstenberg (links) van Magalieskruintak en Jo-Ann Smit, Antoinette Pienaar & Yolane Steenkamp van Kroonblaartak (onder) was gelukkig om Antoinette Pienaar, **Overvaal se Persoonlikheid van die Jaar** by Nampo eerstehands te beleef.





MOTHER'S APRON

Mother wore an ample apron to cover her clean dress.

She'd tell you that's what it was for if you asked her, I would guess.

But that apron had more uses than I could even count,
It brought in eggs and vegetables and could hold a large amount.

I've seen her use the apron to wipe her dripping brow as she laboured

Over the big range that's just an antique now.

Her apron could bring giggles in a game of peek-a-boo with her newest,

sweet grand baby as she hid her face from view.

When we kids were hurt or crying we'd run to find her lap.

She'd wipe the falling tears away with a bit of apron flap.

The apron dusted tables and shooed away the flies.

It did just fine as oven mitts to take out bubbling pies.

But the greatest of the treasures that old apron could hold,

Was the endless love from Mother abiding in each fold.

- Maryna van der Merwe, Voorsitter

75 VIR MARYNA!



Vir ons voorsitter, Maryna van der Merwe se 75 ste verjaarsdag wou die lede haar verras en het haar stilletjies van ons WhatsApp groep afgehaal. So kon ons lekker konkel en planne maak.

Die tafels is pragtig versier, ballonne opgeblaas en het Maryna se sitplek verfraai. Maryna was verras en het gesê: "Nou verstaan ek waarom die Fuchsia Omgee-groep so stil was voor die vergadering. Ek het begin dink daar is dalk 'n slang in die gras." Maryna het gesukkel om die kersies op die kolwyntjies wat Hetta Visagie en haar dogter gebak het dood te blaas en 'n paar dames moes later help om hulle dood te kry.



HARTJIE LIEFDADIGHEIDSPROJEK

'n Rooi hartjie en sjokolade vir die Fisiese Gestremde Sentrum in Krugersdorp-Wes se inwoners op Valentynsdag was die oogmerk. Die taklede en Dot O'Reilly se kleindogter, Candice van der Merwe en haar maters was so entoesiasies en gretig, om aan die projek deel te neem. Hulle is in die Almamater Internasionale Afrondingskool vir Meisies in Krugersdorp en is net 12 jaar oud. Daar was gewoel en gewerkskaf met die rooi materiaal en die naaimasjiene het oortyd gewerk tydens 'n gesellige werkwinkel.



Wie die mees opgewonde was met die oorhandiging weet ek nie - die taklede of die inwoners van die tehuis? Elke blinkooginwoner het 'n hartjie en pragtig verpakte sjokolades ontvang. Die dankbaarheid vir so 'n klein geskenkie het ons almal se harte geraak en laat 'n mens geweldig nederig voel.

Op 'n ander noot...

Vir 'n klein takkie van slegs 12 lede was dit 'n skok om te verneem dat die vergaderlokaal by die Fisiese Gestremde Sentrum in die toekoms vier keer meer sou kos. Dus moes daar 'n nuwe vergaderplek bekom word en die AGS Krugersdorp Sentraal het tot ons redding gekom met pragtige fasiliteite en ekstras soos 'n kas vir ons koffie, tee, bekers, ensovoorts en vele meer. Ons sal die sentrum en die mense mis waar ons baie jare vergaderings en funksies gehou het en sal altyd met heimwee dink aan al die herinneringe daar.

- Lena Lombard, Sekretaresse

SNOWDROP

The world may never notice
If a snowdrop doesn't bloom,
Or even pause to wonder
If the petals fall to soon.
But every life that ever formed,
Or even come to be,
Touches the world in some small way
For all eternity.

- Maryna van der Merwe
Voorsitter, Fuchsia

Daleen Brits se tafelversiering

ONS FLIP EN ROL...

Jare gelede was dit die gebruik dat Krugersdorptak pannekoek gebak het vir hulle jaarlikse fondsinsameling. Dit was by die ou vendusie in die dorp. Dit was waarlik geldmaak uit mense buite die VLU. Maar die perseel is verwaarloos en later was dit nie meer moontlik om dit te doen nie.

Hierdie jaar het ons dit weer gedoen, by 'n restaurant en koffiewinkel wat 'n geleentheid geskep het vir plaaslike inwoners om stalletjies te huur en sodoende hulle ware bekend te stel en 'nuwe' voete na die restaurant te lok ook. WhatsApp maak dit mos deesdae maklik om sommer so oor die foon besluite te neem op grond van die uitslag van 'n 'POLL', en ons het besluit dat ons dit weer gaan probeer. Min het ons geweet wat die weer gaan inhou vir daardie dag...

Dit was 'n koue en nat Saterdag toe ons daar arriveer en ons goedjies regkry. Dit was die ideale dag vir pannekoek... as mense net dit sou waag om uit hul warm huise te kom en hulle lewens te waag op die nat paaie. Maar mens weet mos dat as die omstandighede vol uitdagings is, dan kan 'n klompie VLU-vriendinne dit 'n dag vol pret maak. 'n Paar dames het voor die tyd pannekoek gebak sodat ons dadelik kon begin verkoop deur hulle net warm te maak en met suiker te bestrooi. Van die ander dames het nog bietjie gesukkel met die deeg en hul panne – maar niemand kla oor floppies as dit koud en nat en nog stil is nie. Een van ons nuwer lede, Hester Ferreira, het ons heerlik verras met bekers vol cappuccinos. Ons het gelag en gebak en 'ge-flip' en ons ritme gekry. Ons het pannekoek verkoop en sommer weer die gemeenskap herinner dat die VLU nog aktief is in ons omgewing. Dit was 'n natter as nat dag, maar aan die einde van die jaar sal ons terugkyk en daardie Saterdag onthou.

Die volgende Saterdag het ons dit weer gedoen en toe was dit darem 'n heerlike sonskyndag. Dit was 'n goeie leerkurwe tussen resepte en hoeveelhede en 'n kaartmasjien. Met gewillige hande wat saam bak en rol sal ons dit weer doen... "Come rain or shine."

- Hendi Joubert, Skakelbeampte.

KRUGERSDORP



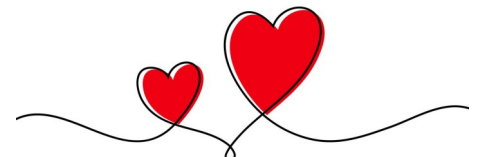
Links & regs: Fluks aan die bak en Corné Gaspar strooi en rol en onder is Hester met die baie welkome cappuccinos



MIDDELVLEI



Die **MAAND VAN DIE LIEFDE** - hoe rooier hoe mooier!
Dit is gevier met die gasvryheid van Baba Dippenaar van die Menûchâh Koffiewinkel – 'n ware fees vir die sintuie!



Analize Oosthuizen, Judie Wagner, Lettie Bosman, Elaine de Koker, Frances vd Merwe & Bokkie Meyer

VERREAUX'S BLACK EAGLE (WITKRUIS AREND)

FAIRLAND

Walter Sisulu National Garden was a wonderful environment to gather in for our 15 April meeting. With the expectation of the eagles hatching their eggs on that day, there was excitement on a high note. The eagles flew up and down giving us a real show, to and from their nest, high up in the cliffs, with cameras following them, but never disturbing them.

The Verreaux's Eagle measures 1.8 m to 4.2 m. The males weigh 3 to 4.2 kg, and the females 3.1 to 5.8 kg. Their favoured prey is dassies, rock rabbits, scrubs hares, sometimes lizards and occasionally birds. They hunt in pairs where the front eagle will create a shadow, and the eagle behind will snatch up the prey.

The Botanical Garden educate the public to conserve and monitor the Black Eagles, but not to interfere with them. Their first recorded sighting was in 1940.

Our group really went on the perfect day, as there was so much excitement waiting for the eggs to hatch. The Botanical Garden is beautifully kept, clean and very secure. Tuesdays are free entrance for people over 60 years. (PS: the eggs didn't hatch that day)

The famous **Witpoortjie Waterfalls** is a waterfall in the Botanical Garden, easy to walk to on a paved walkway. It is a natural spring that rises from the ground in the valley, just below the Witpoortjie Railway Station. The drop of the waterfall is 70 meter and flows from so called Muldersdrift-se-Loop and runs through the garden to Muldersdrift. Officially the Crocodile River begins at the Blaauwbankspruit - to Swartskop (Glenburn Lodge) then to Hartbeespoort Dam - then in a north-westerly direction till it reaches the SA/Botswana Border. At the confluence of the Marico River and Crocodile River it officially becomes the Limpopo River – approximately 100km north-west of Thabazimbi.

I will place photos, but you must witness this remarkable waterfall to realize its importance in our area. In a wink of an eye with the help off our guide, we experienced three billion years of rock formation lectures. It made me think about our kitchens where we have stone tops of granite or marble, or sandstone, steppingstones and in our fireplaces. Do we always realize the facts of the stone's origins?

This was counted as one of our best outings with the WAU (VLU). It is outings and talks like this that make the WAU a worthy organization to belong to. We always return home from these mornings with information to share at home, and by doing this, educating the people around us.



Above: Wikipedia. Photo below by Derek Keats taken at the Walter Sisulu Botanical Garden



Agter: Susie du Toit, Renette le Grange, Pina vd Venter, Ina vd Berg, Salomé de Jager, Ina Booyse, toergids, Ronel de Greeve, Christie Steyn, Magda Byles, Susan Greyvenstein, Elmari Kirsner & Obè Theron. Voor: Bets Kern, Edna Bester, Janette Treysy & Cobie Kriek

This Botanical Garden is worth a visit for every one that lives in and around Johannesburg. JHB has a lot to offer when we look around, for example, Lion Park, Rhino Park, Gautrain Ride, JHB Zoo, Gold Reef City, Military Museum, Bush Babies monkey sanctuary, Apartheids Museum, Cheetah Centre, Cradle of Humankind, Elephant Sanctuary and more.

So Ladies, take your husbands along on these outings, they will appreciate it and feel more affectionate towards the organization and more willing to give if you ask him to sponsor your VLU-projects.

- Susan Greyvenstein, Assistant Public Relations Officer

Irish Dancing

Morgan Greyvenstein, the granddaughter of Susan Greyvenstein has been doing Irish dancing since the age of 6.

Morgan represented South Africa at the World Championships held in Belfast in 2023 and won the world title, bringing back a globe to South Africa, for the first time in history.

The girls attended the World Championships in Dublin this year and placed 3rd in the World, bringing home another globe. This was a team event known as The Figure, where 16 girls do a group dance, with synchronized hand, arm and leg movement's.

Morgan and one of her team members from the Robinson dance studio, Erin, auditioned for Lord of the dance in Dublin and have made it through to the 3rd round, with thousands of entries from across the world.

Morgan had to submit her CV and photo for the first round of the audition process. The second round was a dance routine with Michael Flatley in attendance and the third round was online with dancing to the Lord of the Dance routine. This dance requires grit, fitness dedication with many highs and lows along the way.

Morgan should know by the 19th of May whether she passed the audition. If so, she'll be offered a contract, travelling and dancing through the world, and be based in Dublin, Ireland.

- Susan Greyvenstein

Assistant Public Relations Officer, Fairland

(She did not hear anything with this newsletter finalized-Ed)

STAPELVOEDSEL: DIE RUGGRAAT VAN VOEDSELSEKERHEID

Stapelvoedsel verwys na daardie kossoorte wat die grootste deel van mense se daaglikse dieet uitmaak. Hierdie voedsel is gewoonlik volop, bekostigbaar, en ryk aan energie. Voorbeelde sluit in mielies, rys, koring, aartappels en kassava. In Suid-Afrika speel mielies 'n besondere rol as stapelvoedsel, veral in die vorm van pap.

Die belangrikheid van stapelvoedsel lê in sy vermoë om basiese voedingsbehoefte te vervul. Dit voorsien koolhidrate, en in sekere gevalle ook proteïene, vitamien en minerale. Alhoewel dit dikwels nie al die voedingstowwe bevat wat 'n mens nodig het nie, vorm dit die basis waarop 'n gebalanseerde dieet gebou kan word.

Verskillende streke het hul eie stapelvoedsel, gebaseer op klimaat en kultuur. In Asië is dit rys, in Wes-Afrika is dit kassava of jam en in Suid-Amerika speel aartappels 'n groot rol. Die aanpassing van stapelvoedsel aan plaaslike toestande is 'n belangrike deel van voedselsekerheid.

In tye van ekonomiese of omgewingskrisisse, is toegang tot stapelvoedsel 'n kritieke faktor vir oorlewing. Daarom werk regerings en internasionale organisasies voortdurend daaraan om die produksie en beskikbaarheid van stapelvoedsel te verseker.

- Ronel de Greeve, WWR Streekskakelbepampte



WESTONARIA



Bo: Maryna van der Merwe (middel), voorsitter van die Fuchsiatak en ook van die Wisteria Blommeklub, het die dames bederf met 'n kreatiewe demonstrasie van blomkuns en interessante idees gedeel oor volgende jaar se blomkompetisies – met temas soos “koolkop pret” wat vir baie opwindende gesorg het. Ronel de Greeve (links) het haar vergesel en Carol Boonzaier, Voorsitter, doen die dankie-sê werk.

Trotse ouma in Westonaria

Western Wyngaard, 'n graad 6-leerling van Fochville Laerskool, het onlangs 'n uitsonderlike prestasie behaal toe hy gekies is vir die provinsiale Klein Leeus-rugbyspan. Wat hierdie prestasie besonder merkwaardig maak, is dat slegs twee leerders uit sy skool gekies is uit sowat 150 deelnemers wat aan die proewe deelgeneem het.

Western, wat die posisie van stut beklee, het tydens die proewe sy plek met krag en toewyding volgestaan. Sy indrukwekkende spelvermoë en deursettingsvermoë het hom onderskei van sy mededingers en vir hom 'n plek in die span verseker.

Sy ouma, wat 'n aktiewe lid van die VLU is, is oorstelp van trots oor haar kleinseun se prestasie. "Ons is ongelooflik trots op hom. Hy het hard gewerk en verdien hierdie erkenning ten volle," het sy gesê.

- Susan Cronje, Skakelbeampte Westonaria tak



HEALTHY EATING



WOORDE

Hulle sê vrouens het baie meer woorde wat elke dag gespreek moet word as mans – 20,000 teenoor 'n man se iets tussen 7,000-13,000 – daarom praat ons so baie! Dis dalk ook waarom ons soms sukkel om in vergaderings stil te bly – ons is bang die dag is verby en dan sit ons nog met woorde wat gepraat moet word!

Elke dag is gevul met woorde – of jy na musiek luister, self praat, lees, e-pos/WA/SMS stuur... Het jy al gedink oor die woorde wat jy praat – die effek wat dit op ander én op jouself het?

Spreuke 18:21 praat van die krag van woorde as dood- of lewegewende kragte – **“Death and Life are in the power of the tongue”**, Spreuke 15:4 sê **“The soothing tongue is a tree of life but a perverse tongue crushes the spirit”** of in Afrikaans **“n Sagte antwoord laat die woede bedaar. Skerp woorde maak mense woedend”**.

Woorde het groot krag – dit kan maak of dit kan breek. God het selfs die aarde met woorde geskep... Jy kan nie deur woorde skep nie maar jy kan iemand in homself laat glo, 'n ander se dag maak, weer moed gee....

In 'n boek “Switch on your Brain” van Dr Caroline Leaf gaan sy wetenskaplik om met dit wat fisies gebeur wanneer jy dink en hoe jy dink, hoe jou brein fisies groei of degenereer deur jou denke. Wat jy dink is ook woorde en dit is ook die woorde wat jy dikwels spreek – opbouend of afbrekend teenoor ander en teenoor jouself.

Nie net wat jy sê nie maar ook hoe jy dit sê maak 'n inpak – wees dus bedag op jou woorde!

Spr 18:20-21 Woorde moet tot dade lei. Baie praat sonder resultate is frustrerend. Saampraat en saamdink het baie voordele.

- Tina Ainslie, Redakteur

AFRIKAANS

Die Afrikaanse taal het spontaan ontstaan as gevolg van die Nederlandse inval in Suid-Afrika. Hierdie taal was 'n goue middeweg tussen die Khoi en Van Riebeeck gebruik. 'n Vorm van Nederlands wat die Khoi gepraat het om te kommunikeer met die Seevaarders. Die taal is later gestandaardiseer deur die intellektueles en hulle het dit as hul eie gekleim.

Wel, die oorspronklike taal is die taal van my ouers en hulle voorvaders.

Dis die taal waarin ek opgevoed en vermaan was.

Dis die taal waarin ek my hartseer uitgegiet het.

Dis die taal waarin ek my geluk in ekstase uitgespreek het.

Dis die taal waarin ek droom, dink en leef.

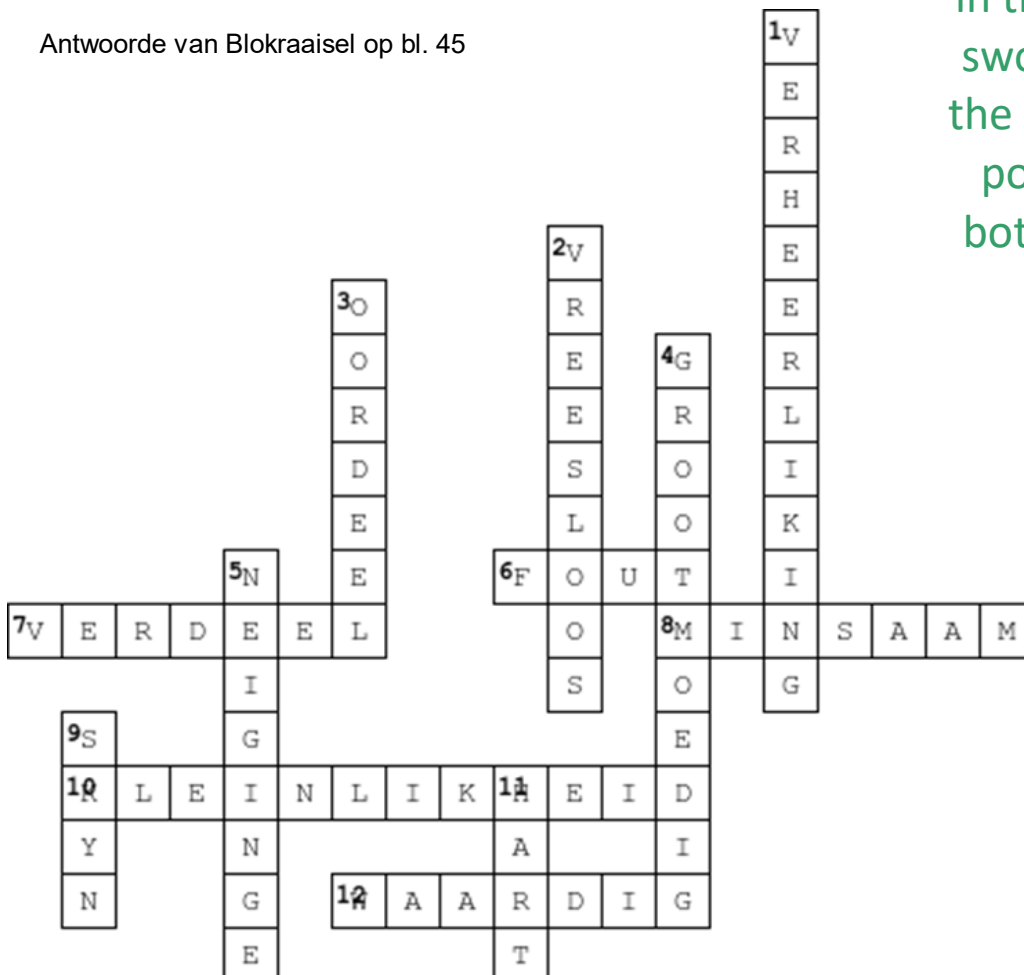
Dis die taal van my hele wese.

Dis ook die taal wat miljoene van my broers en susters gebruik om met mekaar te kommunikeer.

Afrikaans is eie aan my net soos Xhosa, Zoeloe of Tswana eie aan hulle is.

- Hein Coetzee (uittreksel uit 'n debat oor die stryd oor Afrikaans vs Engels)

Antwoorde van Blokraaisel op bl. 45



“There are two powers in the world; one is the sword and the other is the pen. There is a third power stronger than both, that of women.”

— Malala Yousafza

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.

RESEPTE

BAIE VINNIGE LEKKERTE

1. Maak beskuitjiekors van Tennisbeskuitjies. Krummel dit fyn en druk in 'n tertbord vas.
2. Maak 1 pakkie suurlemoenjellie met 1 k kookwater aan en laat afkoel.



3. Roer 1 blik kondensmelk en 1 blikkie grenadellamoos by en ook 50ml suurlemoensap.

Meng deur en skep in die beskuitjiekors.

Verkoel.

- Zaria Olivier, Fairlandtak

Bron - Pinterest

SAADBROOD

(Lewer 2 klein brode. Sade kan met ander eetbare sade vervang word.)



- 500 ml (270g) witbroodmeel
- 500 ml (270g) volkoringmeel (nutty wheat)
- 250 ml (45g) semels
- 1 pakkie kitsgis
- 10 ml sout
- 60 ml sonneblomsaad
- 30 ml sesamsaad
- 30 ml papawersaad
- 30 ml lynsaad
- 500 ml loutwarm water
- 60 ml olie
- 60 ml heuning
- Ekstra saad vir strooi

1. Meng meel, semels, gis, sout en saad saam in elektriese menger se bak.
2. Voeg die water, olie en heuning by. Gebruik deeghak en meng sowat 5 minute teen lae spoed tot 'n swaar beslag.
3. Smeer twee broodpanne van 25 x 12 cm elk met botter.
4. Strooi 'n dun laag saad op die boom van die panne. Skep die beslag in die panne en sprinkel saad oor.
5. Bedek elke pan liggies met kleefplastiek en laat rys deeg op 'n warm plek vir sowat 20 minute.
6. Voorverhit die oond tot 200°C.
7. Bak vir ongeveer 30–35 minute tot die korse goudbruin is. Klop die brode bo-op - as dit hol klink is dit gaar. Haal uit die oond uit en laat panne eeffe afkoel en keer dan op 'n draadrak uit.
8. Sit voor met botter, konfyt en kaas.

- Bron: Uitgerys. Suurdeeggebak deur Mareli Visser

- Zaria Olivier, Fairlandtak

REËNBOOG-RYSSLAAI

Onder R90 * Genoeg vir 4 as ligte ete * Voorbereiding: 30 min * Gaarmaaktyd: 20 min



- 2 soetpatats, geskrop en in 1cm-vingers gesny
- 15 ml olyfolie
- 2 ml elk fyn komyn, koljander en paprika ("Speserye")
- 500 ml gaar rys
- 150 ml romerige mayonnaise
- 30 ml gekapte vars koljander
- 3 ryp tamaties
- 2 hande vol babaspinasie
- 100 g olywe, ontpit
- 2 ryp advokado's, in skyfies gesny en met suurlemoensap besprinkel.
- 200 g fetakaas
- 125 ml pampoenpitte
- Sout en peper, na smaak

Metode:

1 Meng die patatvinders met olyfolie en geur goed met die speserye, sout en peper. Lugbraai teen 180°C vir 20 minute of tot goudbruin en gaar. Roer halftyd deur die gaarmaaktyd.

2 Meng die rys met die mayonnaise en vars koljander.

3 Rangskik die rys, tamatie, spinasie, olywe en advokado op 'n dienbord. Sodra die warm patatskyfies uit die lugbraaier kom, krummel die feta bo-oor en sit op die slaai. Strooi laaste die pampoenpitte oor en sit dadelik voor.

Wenk Dié kleurvolle slaai is ook 'n heerlike bykos saam met gebraaide hoender of varktpops.

Bron: Tuis Mei 2025

Nadine Esmeraldo, Eldoraigue

HONEY JOYS

- 90g margarine or butter
- 1/3 cup sugar
- 1 Tbsp honey
- 4 cups Kellogg's Corn Flakes

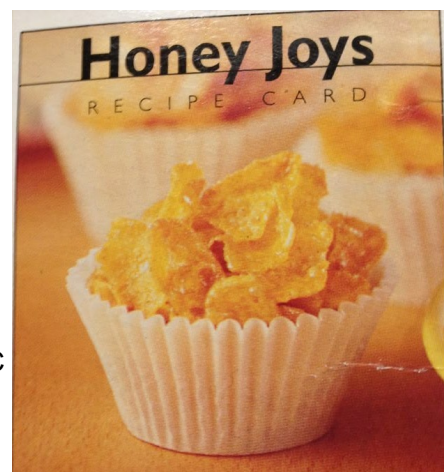
Method:

1. Preheat oven to 150°C
2. Melt margarine, sugar & honey in a saucepan until frothy.
3. Add cornflakes and mix well.
4. Spoon into paper patty cases.
5. Bake in the oven for 10 minutes.
6. Allow to cool.

Make 20 (approximately)

- Nicoline le Roux., Meyersparktak.

<https://pin.it/70J7EOdca>





DIE FYNKUNS BORDUURGILDE

Lidmaatskap van Die Fynkuns Borduurgilde is oop vir enige persoon of instansie wat in borduurwerk geïnteresseerd is, dit beoefen of wil bevorder en die doelstellings van die Gilde onderskryf - geen ervaring is nodig nie!

- **± 4 kursusse/werkswinkels** in

verskillende borduursoorte wat oor een of twee oggende elk, ongeveer twee weke uitmekaar, aangebied word.

Kursusse 2025 : - Koste: R150 + R50 vir nie-lede:

- ⇒ Casalguidi Borduurwerk (Jakaranda streekkompetisie), Tutti Rudman, Wag 'n Bietjielaan 523, Magalieskruin.
- ⇒ 15 Augustus: **Moderne Kettingsteek** - Nicoline le Roux te Wag 'n Bietjielaan 523, Magalieskruin.
- ⇒ 19 September: **Wessex Borduurwerk** - Marie Steyn te Voortrekkersaal, Wierdapark.

- **Kuiergeleenthede.** 'n Weeksoggend of op 'n Saterdag. Hierheen bring elkeen sy eie borduurwerk en ons werk en kuier saam.

- **Wêreld Borduurdag.** 30 Julie 2025. Ons vier dit saam.

- **Maandelikse werksklas:** Elke eerste Vrydag van die maand. Koste R50 per klas, verversings ingesluit.

Enige borduurwerk van jou keuse waar

kundiges raad en bystand gee soos nodig.

7 Februarie, 7 Maart, 11 April, 9 Mei, 13 Junie, 4 Julie, 5 September, 3 Oktober & 7 November

Plek: VLU Hoofkantoor, Eenheid 13,

Central Office Park, Jeanlaan 257, Centurion, 0157

- **Seminaar:**

21 Oktober 2025, Silvertonkruin NG Kerk, Silverton

Tema: Vrouwees

Kursus van die dag: Skaduwerk - 'n klein teenet.

Let wel: 'n Addisionele R50 vir nie-lede is van toepassing. Sluit dus aan en spaar die ekstra koste.

- **Lidmaatskapfooi:** R140 vir 2024/25

Navrae: Voorsitter: Nicoline le Roux 082 933 3830
leroux.nicoline@gmail.com

Tesourier/Redaktrise: Tina Ainslie 082 401 5140
tina@vwweng.co.za



Volg ons op Facebook by: The Fine Art Embroidery Guild

Genoeg interessante aktiwiteite om jou lus te maak? Sien jou daar!



**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.

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





Afrikaans

word

8 MEI 2025

100!!



Aardbol



Braaibroodjie



Celcius



Donderweer



Engel



Framboos



Grondboontjebotter



Hadedad



Igloo



Jagter



Kolwyntjie



Likkewaan



Mielie



Naartjie



Onderstebo



Piesangskil



Quiche



Roomys



Skobbejak



Troeteldier



Uniform



Vlerke



Warrelwind



Xilofoon



Ysbeer



Zoele



- Hoërskool Brits



- @hsbrits



- hsbrits.co.za

#beslisBrits

VLU-groete in ons mooiste taal! - Tina Ainslie, Redakteur