FAKKEL-FLITSE

Weeklikse nuusflitse vir 'n ingeligte Framesby-familie!

Hoërskool Framesby

UITGAWE 244 · 20 AUGUSTUS 2021

Kontakbesonderhede: mediasentrum@framesby.co.za

ALOUISE EERSTE IN OOS-KAAP

Baie geluk aan Alouise Vosloo (Graad 8) wat tydens die ATKV-redenaars kompetisie eerste in die Oos-Kaap geëindig het.

Alouise se deelname aan die graad 8-9 afdeling het haar 'n 35ste algehele posisie in die land laat behaal.

Knap gedaan, Alouise!!!

Hoërskool Framesby

TYD LOOP UIT..

OM IN TE SKRYF!

Ons moedig u aan om so spoedig as moontlik in te skryf om teleurstelling te vermy.

Slegs 'n beperkte hoeveelheid leerders word aanvaar.

Inskrywingvorms is by die algemene kantoor of op ons webtuiste beskikbaar.

Waar potensiaal verwesenlik word!

Tel : 041 360 1257 | www.framesby.co.za | skoolhoof@framesby.co.za

HIERDIE WEEK SE FAKKEL-FLITSE WORD MET TROTS GEBORG DEUR:
SUNRIDGE VILLAGE

SUNRIDGE VILLAGE Centre Managment: 041 360 9442 | SUNRIDGE VILLAGE Kragga Kamma Road, Sunridge Park | SUNRIDGE VILLAGE **GENERATED POWER 24/7**

SEUNSHOKKIE

Die eerste seunshokkiespan het op Saterdag, 14 Augustus ‘n vriendskaplike wedstryd teen Alexander Road High gespeel. Al het die seuns ongelukkig nie die wedstryd gewen nie, was dit lekker om hulle weer op die hokkieveld te sien!

NETBAL

Die netbaldogters is terug op die baan! Die A-spanne het Donderdag, 19 Augustus aan die Metro Challenge deelgeneem. Despatch was uitstekende kompetisie.

Uitslae as volg:
0.14 A verloor
0.15 A speel gelykop
0.16 A wen
0.19 A verloor

Framesby se karakter en vermoë om aan te hou veg ,was merkwaardig.
Ons is trots op elke dogter!

Die volgende liga wedstryd (0.14, 0.15 en 0.16) sal op 26 Augustus teen Pearson plaasvind.

Vir die volgende drie weke sal daar op Donderdae vanaf 14:30 - 15:30 netbaloefening wees vir die ander dogters wat graag belangstel om te oefen.

MIDDELAFSTANDE HOU ‘N KRUIWA-AFLOS

Die middelafstande-groep van Framesby onder leiding van mev. Cronje het ‘n prettige-ietwat-anders oefensessie beleef. Vir die eerste keer in ‘n lang tyd het laerskool- en hoërskoolatlete saam geoefen. Die gevolg: ‘n oefensessie waarby albei groepe baat gevind het. Ons het die oefensessie begin met die normale 2km-opwarming om die skool. Daarna het mnr. Stefan de Klerk die groep van 50 leerlinge met dinamiese strek- en stabilseringsoefeninge laat les opsê.

Ons het die oefensessie afgesluit met ‘n kruiwa-aflos. Ses spanne van agt lede elk het teen mekaar deelgeneem. Elke spanlid moes die kruiwa-sonder passasiers- oor ‘n afstand van 100m stoot. Dit was gewis oefening wat almal geniet het.

Dankie aan Talisman Hire wat die kruiwaens vir ons geleen het en die waterbottels aan ons geskenk het.

GETUIGSKRIFTE - GR 12-LEERDERS

Die skool gee nie outomaties vir jou ‘n getuigskrif nie, jy MOET aansoek doen.

Prosedure om aansoek te doen vir ‘n getuigskrif aan die einde van Graad 12:

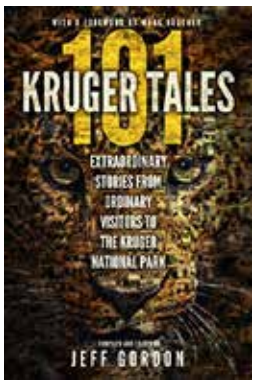
1. Kry ‘n aansoekvorm by die **Graadhoof.**
2. Voltooi die vorm **VOLLEDIG.**
3. Jou onderwysers / afrigters **MOET** by inskrywings teken.
4. Afdeling C word deur jou voog ingevul.
5. Handig die volledig, voltooide aansoekvorm by jou **VOOG** in.
6. Die skool is nie verplig om vir jou ‘n getuigskrif te gee nie – as jou gedrag nie ‘n getuigskrif regverdig nie, sal slegs ‘n verklaring uitgereik word dat jy ‘n ingeskrewe leerder van die skool was.
7. Die laaste getuigskrifaansoeke sal die **eerste week** in die **vierde kwartaal** aanvaar word.
8. Moenie dink jy gaan nie ‘n getuigskrif nodig kry nie – DOEN AANSOEK!

***Indien jy ‘n getuigskrif vir toelating aan ‘n universiteit/kollege benodig:**

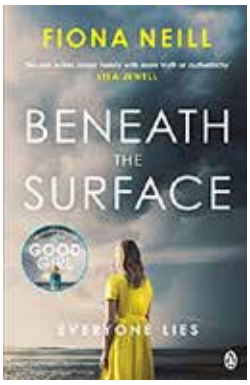
1. Dui duidelik aan wanneer jy die getuigskrif benodig.
2. Jy moet ten minste **TWEE** weke voordat jy die getuigskrif benodig, jou aansoek indien. (Kyk na die datum waarop inskrywings by universiteite, ens. sluit).

NUWE BOEKE

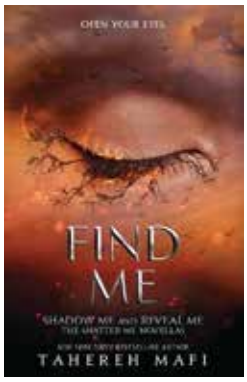
IN DIE MEDIASENTRUM



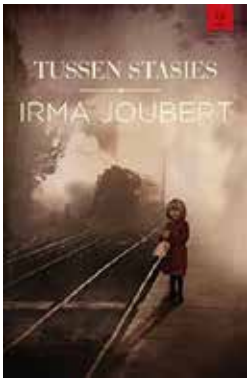
101 KRUGER TALES
JEFF GORDON



BENEATH THE SURFACE
FIONA NEILL

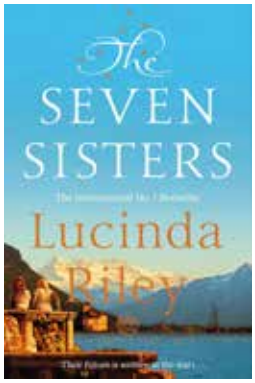


FIND ME
TAHEREH MAFI



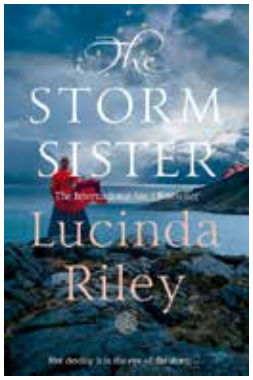
TUSSEN STASIES
IRMA JOUBERT

MARILYN
CHANETTE PAUL

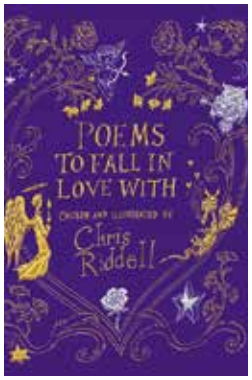


THE SEVEN SISTERS
LUCINDA RILEY

THE SHADOW SISTER
LUCINDA RILEY



THE STORM SISTER
LUCINDA RILEY



POEMS TO FALL IN LOVE WITH
CHRIS RIDDELL

AN UNWANTED GUEST
SHARI LAPENA

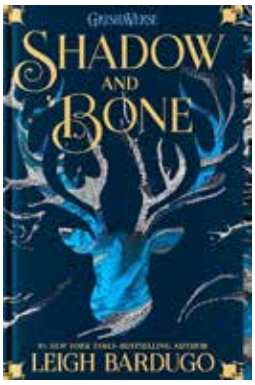
'N KLEIN BIETJIE MAGIC
THERESA VAN BAALEN

EERSTE BLOED
FANIE VILJOEN

TWEEDE ASEM
FANIE VILJOEN

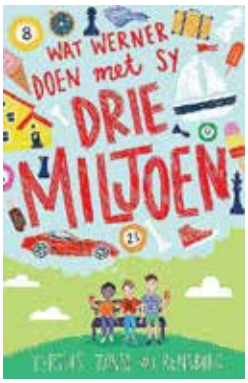
VERKLEURMANNETJIE
FRANCOIS BLOEMHOF

DIE TALE WAT ONS PRAAT
DANNY FOURIE



SHADOW AND BONE
LEIGH BARDUGO

VROUEHELDE VAN SA
WENDY MAARTENS



WAT WERNER DOEN MET SY DRIE MILJOEN
TERTIUS JV RENSBURG

SUNRIDGE VILLAGE
Centre Managment:
041 360 9442
SUNRIDGE VILLAGE
Kragga Kamma Road,
Sunridge Park
SUNRIDGE VILLAGE
GENERATED POWER 24/7

MEDIASENTRUM

OU VRAESTELLE

Leerders kan ou vraestelle verniet op 'n USB -stokkie laai, ‘n vraestel-cd koop of teen 50c per bladsy laat afrol.

BOEKE EN DVD'S

Leerders kan tydens pouses en na skool boeke en dvd’s kom uitneem.

NAVORSING EN DRUKWERK

Leerders kan tydens pouse en na skool verniet navorsing op die rekenaars kom doen. Take kan in kleur of swart en wit gedruk word.

ONS VERKOOP DIE VOLGENDE:

Skoon cd’s, vraestel-cd’s, A4-kleurkarton, A3-kleurkarton, flipfile-sakkies, taakomslae, usb’s en vele meer!

KAFETERIA REËLS:

- Tye van die Kafeteria
  06:00 – 18:00
  06:00 – 14:00 Slegs vir leerders en onderwysers.
  14:00 – 18:00 Leerders, onderwysers en Framesby ouers.

- Die kafeteria is op ‘n Saterdag oop soos deur die skool versoek (sportwedstryde en kultuurgeleenthede).
- Indien ‘n personeellid afwesig is, moet leerders na die kafeteria gaan.
- Afwesige personeel verskaf klaslyste vir die kontrolering van leerders in kafeteria deur die toesighouer.
- Leerders gebruik hierdie periode om huiswerk/klaswerk te doen of om te leer.
- Produkte mag tydens toesigperiodes gekoop word.
- Leerders mag tydens toesigperiodes op geen ander plek as die kafeteria wees nie.
- Leerders wat sonder toestemming buite hulle klasse en in die kafeteria is, sal verdere toegang tot die kafeteria geweier word.
- Geen gekrap op die tafels en stoele nie.
- Moenie op die stoele ry nie.
- Geen rondhardlopery in die kafeteria nie.
- Staan in ‘n netjiese ry by die bedieningspunte. Jy mag nie indruk of plekhou nie.
- Tasse kan slegs gedurende toesigperiodes en na skool in die kafeteria geneem word, andersins word dit buite gelaat. Hou jou kosbare besittings by jou.
- Behandel die personeel, perseel en toerusting met respek.
- Netheid – plaas jou rommel in die dromme.
- Verwyder jou kos en drankies na ete van jou tafel.
- Die aantal stoele by ‘n tafel mag nie vermeerder/veminder word nie.
- Geen skuld mag aangegaan word nie.
- Slegs die musiek van Framesby Frekwensie mag gespeel word.
- Kaartfasiliteite (debiet/kredietkaarte), Snapscan en kontant kan gebruik word.
- Rapporteer probleme rakende die kafeteria aan me. L. Smit.
- Whatsapp bestellings: **Duanne Human 071 571 3648**.
  Plaas bestellings teen 8 vm vir middagete(Maandae - Vrydae).

VERKOPE VAN ITEMS IS AS VOLG:

06:00 - 18:00 - **Snoepery items**

06:30 - 08:30 - **Ontbyt**

06:30 - 17:30 - **Toebroodjies en Tramezzini**

10:00 - 17:30 - **Hamburgers, slaptjips, pasteie**
(Bestel deur Whatsapp teen 08:00 vir 1ste pouse en teen 10:00 vir tweede pouse)

12:00 - 15:00 - **Middagetes**
(Plaas bestelling teen 08:00 die oggend vir tweede pouse en na skool)

14:00 - 17:30 - **Afhaal van tuisgemaakte etes**
(Slegs op bestelling 48 uur voor die tyd)

14:00 - 17:30 - **Afhaal van partytjie "platters"**
(Slegs op bestelling 48 uur voor die tyd)

Die KOSBLIK
Hoërskool Framesby

Kontinentale ontbyt

Verskeidenheid van droë pap en melk	R15
Muesli en melk	R15
Joghurt en vrugte	R18
Muesli-en-joghurtkoppie	R18
Vars vrugtekoppie	R15
Heel vrugte kelk	R 5
Roosterbrood x2 (wit of volgraan) met margarien, konfyt, heuning of Bovril Ekstra Kaas	 R10 R 5

Warm ontbyt

Kaasomelet (2 eiers)	R15
Gevulde Omelet met 'n keuse van 2 vulsels (Kaas, ham, spek, tamatie,)	R20
Plaasontbyt 2 Gebraaide eiers, spek, gebraaide tamatie en 2 snye roosterbrood (wit of volgraan)	R20
Framesby grootbek ontbyt 2 Gebraaide eiers, spek, boereworsie, gebraaide tamatie en 2 snye roosterbrood (wit of volgraan)	R25
Ontbyt rolletjie 1 Gebraaide eier, spek, en mayonnaisesous	R18

Toebroodjies

Gewone of gerooster op Wit of Volgraan bruinbrood

Kaas	R10
Kaas en Tamatie	R12
Hoender Mayonnaise	R15
Spek,eier en kaas	R15
Spek, Blaarslaai en Tamatie	R12
Ham, Kaas en Tamatie	R15
Ham en Kaas	R12

Tramezzini

Kaas en Tamatie	R20
Hoender Mayonaise en Kaas	R25
Spek, Eier en Kaas	R25
Ham, Kaas en Tamatie	R25
Ham en Kaas	R20

Tortilla wrap

Gekrummelde hoender, kaas, slaai en sous	R24

Burgers

Biefburger	R25
Hoenderburger	R25
Hoender-en-Kaas Burger	R30
Ribburger	R30
Aartappelskyfies klein	R16
Aartappelskyfies groot	R20
Samoosa	R10
Pasteie	R18

Slaai

Gesond en vars

Hoenderslaai	R20
Griekse slaai	R18
Tuna - en-pastaslaai	R20

Ekstra

Tuisgebakte soetkoekies	R 5
Jumbo Muffin	R15
Sjokolade- of vanieljekoek per stuk	R12
Sjokolade kolwyntjies	R10
Vanielje kolwyntjies	R10
Brownie	R10

Skyfies en Lekkers

Skyfies	R 7
Springmielies (Low GI)	R11
Fritos	R12
Grondboontjies en rosyne	R6

Sjokolades:	R11
5 Star Sjokolade, Aero, Bar One, Crunchie, Kit Kat 4 vingers, PS, Lunch Bar, Snackers, Tex	

Lekkers:

Jelly babies, Jelly Jubes, Jelly Teddies	R11
Stokkielekkers	R 2
Loslekkers	R0.50
Mini beskuitjies	R7
Peanut Brittle	R6

Koeldranke

Gaskoeldrank (440ml)	R11
Powerade	R11
Vitamin Water	R15
Water 750ml	R10
Water 500ml	R8
Super M	R12
Yogi Sip	R12
Cappy vrugtesap	R11
Appletiser/Grapetiser	R12
Steri Stumpie	R12

Warm drankies

Koffie	R12
Espresso	R12
Cappuchino	R12
Café Mocha	R13
Hot Chocolate	R12
Tee	R10

Middagetes
TEEN R25

Beskikbaar tweede pouse en na skool slegs op bestelling

Maandag
Oondgeroosterde Hoenderfillet, Aartappelwiggies
en Griekse slaai

Dinsdag
Macaroni-en-Kaas met slaai

Woensdag
Gekrummelde Salsa Hoendervlerkies
Pastaslaai en Groenslaai

Donderdag
Twee boereworsrolle met tamatie -en -uiesmoor

Vrydag
Hoenderburger met skyfies

Maandag
Geroosterde Hoenderdye, aartappelgebak met slaai

Dinsdag
Ham-en-Kaas Pizza

Woensdag
Hong Kong Hoendervlerkies, Aartappelslaai
en Griekse slaai

Donderdag
Jumbo Steakrol met skyfies

Vrydag
Hoender Schnitzel, pastaslaai, wortel-en-pynappelslaai

Familiefees

Tuisgemaakte maaltye
Familiefees sluit in:

Bieflasagne
Suurlemoen en Basilliekruit Pesto Hoendergebak
Broccoli & Hoendergebak
Butter Chicken
Romerige Biefstroganoff
Macaroni & Kaas met Biltong, Grasuie en Botterskorsie

2 Porsies (700g) - R70

E-posbestelling: wspe.framesbyhs@empactgroup.co.za
of WhatsApp Duanne - 071 5713648

Terug na skool

Snoeperye

Inhoud:
6 x Water 300ml
6 x Rhodes vrugtesap 200ml
6 x joghurt 100ml
6 x Gedrooge vrugtestokkies 25g
6 x Mini Cheddars koekies 33g

R179per bondel (30 items)

Partytjie "Platters"

genoeg vir 10 gaste

Opsie 1: R375/ platter

Crumbed chicken strips
Cocktail beef pies
Creamy chicken rissoles
Greek kofta with tzatziki
Spinach and feta phyllo parcel
Mini chicken mayo filled rolls

Opsie 2: R390/ platter

Asian vegetable spring roll
Spicy beef samosa
BBQ beef frikkadel topped with a chive yoghurt
Butter chicken kebab
Crumbed mozzarella stick
Cheesy chicken nuggets

Opsie 3: R410/ platter

Jalapeno and cheddar halfmoons
Mini sausage rolls
Chicken phyllo parcels
Chicken bites with mustard mayo
Mini beef burgers with crunchy greens
Cocktail chicken and salad wraps

Verjaarsdae

12 kolwyntjies R120

Plaas bestellings asseblief
48 uur voor die funksie
Optel tussen 2nm en 5.30nm

E-pos: wspe.framesbyhs@empactgroup.co.za

DIE VORDERING VAN DIE KOSBLIK

SUNRIDGE VILLAGE

Centre Managment:
041 360 9442

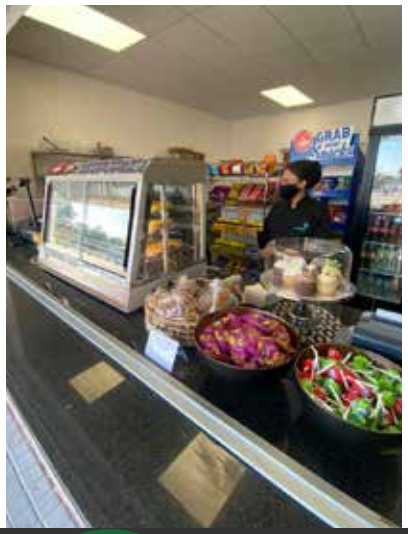
SUNRIDGE VILLAGE

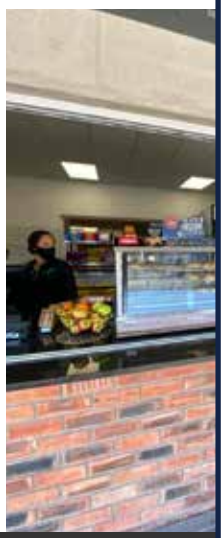
Kragga Kamma Road,
Sunridge Park

SUNRIDGE VILLAGE

GENERATED POWER 24/7

DIE KOSBLIK IS OOP!





SUNRIDGE VILLAGE

Centre Managment:
041 360 9442

SUNRIDGE VILLAGE

Kragga Kamma Road,
Sunridge Park

SUNRIDGE VILLAGE

GENERATED POWER 24/7

Die Matriek Voorbereidingseksamen

Wees reg vir die rekord- en eindeksamen!

"Leer saam en wen deur deel te neem aan Die Wolkskool se tegnologies-gevorderde Wiskunde Voorbereidingseksamen."

- Hendrik de Kock, Onderwysspesialis

- Twee **wiskunde** vraestelle met **50 Vrae** per vraestel
- Wisselende Moeilikheidvlakke
- **Aanlyn veelkeuse vrae** wat direk op 'n rekenaar beantwoord word
- 'n Volledige **memorandum met modelantwoorde.**
- **GRATIS** beskikbaar op Die Wolkskool

wolkskool.co.za

WOLKSKOOL AAN DIE WOEL BY HOËRSKOOL FRAMESBY!

Die Wolkskool-maandverslag		
Hoërskool Framesby		
Datum: Julie 2021	Dokumentverwysing: HFR2021/07 Skool se verteenwoordiger: Charlene Loftus	Wolkskoolverteenwoordiger/s (SOS): Lampies Lötter

41
Profiele deur onderwysers geskep

874
Profiele deur leerders gekoppel

41
Onderwysers by opleiding

7148
Hoeveelheid lesse deur leerders

4710
Totale aantal lesse beskikbaar op Die Wolkskool

3496
Aantal verslae deur ouers ontvang

24
Aantal vakke op Die Wolkskool

Terugvoer en aanbeveling

Kontak ons gerus indien daar enige verdere opleiding of navrae bestaan.
#altydhieromtehelp

FRAMESBY OUDSKOLIERE

ONS GESELS MET: INGEMAR LOUBSER

Ingemar Loubser

Hoërskool Framesby – die nostalgie spoel oor my soos die branders by Humewood as ons na die toue swem. Ai, dit was goeie tye!

Mnr. Kritzinger, Tennis van Zyl, Radie Doubell, Tapkop Jordaan, Houtwerk Jordaan, Juf. Sandra du Plessis (verskoon asseblief al my spelfoute aangesien ek nie veel aandag geskenk het as sy klas gegee het nie), Juf. Addison en Herman Koornhof bring seker by elkeen van ons 1980- matrikulante wonderlike en nie sulke wonderlike herinneringe nie.

1980 was voorwaar ‘n groot jaar vir Framesby. Die matriekklas het die meeste A-simbole (18) in die destydse Kaapprovinsie met Hoërskool D.F. Malan gedeel. Ek moet ook darem byvoeg dat ek dink dat ek en Jorrie daardie klas se gemiddeld heelwat afgebring het! Ons koor het Suid-Afrika in Nederland gaan verteenwoordig en ons atletiekspan het die vaandel van die beste atletiekskool in die Oostelike Provinsie by Pearson oorgeneem. Ons eerste rugbyspan was vir die eerste keer onoorwonne.

Sunridgepark-kafee se pinball en sokkertafel is deur mnr. Kritzinger verbied, weens die “swak elemente” wat daar rondgehang het. Sy seun, Michiel, moes menige keer agter die pinball-masjien koes as sy pa daar ingestap het!

Dit was die dae van fliek op Vrydae-aande in die skoolsaal – die matrieks agter en die standerd sesse voor in die saal. Hulle mag natuurlik nooit omgedraai en agtertoe gekyk het nie! Dit was die dae van garage-partytjies met klanke van Creedence Clearwater Revival en Hey Jude wat die bure

SUNRIDGE VILLAGE Centre Managment: 041 360 9442 SUNRIDGE VILLAGE Kragga Kamma Road, Sunridge Park SUNRIDGE VILLAGE GENERATED POWER 24/7

wakker gehou het. Dis hier waar ons geleer two-step, shuffle en vry het – partykeer sommer gelyktydig!

Die eerste rugbyspan gaan kyk nogsteeds, nes daardie tyd, die wedstryde (en bene) van die eerste netbalspan. (Ons tweeling, Yvette en Lizelle de Lange en ouma Van der Merwe!) Ja, Andre Castelyn, die groen pawiljoen staan nog en dit lyk of jy en jou maats sommer nou die dag nog daar was …. stompies lê oral rond.

Onthou julle:
- 50c vir ’n busrit na die skaatsbaan(meeste van ons het duim gegooi)
- 75c vir ‘n Colonel-burger by KFC
- 75c vir ’n fliek by Kine 1,2 of 3
- Mnr. Kritzinger se lemmetjiegroen pak klere
- Willem Erasmus se haarsnyskêrtjie in geval daar haarinspeksies was
- Busrit van en na die atletiek by UPE. Daardie dae moes die hele skool die atletiekspan ondersteun. Die sing van die skoollied na ons oorwinning, was altyd baie spesiaal.
- KAMER 11- jy mag nogal ‘n rottang gekies het, waarmee jy dan baie hard geslaan is!
- Haas Das se Nuuskas, Purdey van the New Avengers

Persoonlik:
Op skool het ek die Oostelike Provinsie op die rugby – en atletiekveld (hekkies) verteenwoordig. Ek was gelukkig om vir twee jaar Framesby se rugbykaptein te wees. Na skool het ek by UPE onderwys gaan studeer. My graad het bietjie langer as gewoonlik geneem, aangesien Wiskunde 3 my bietjie teruggehou het! Op universiteit was ek kaptein van die Universiteit se 0/20-rugbyspan, asook Oostelike Provinsie se 0/20 span. Ek is ook gekies vir die Suid-Afrikaanse 0/20-rugbyspan wat ’n voorwedstrydop Nuweland vir die 1982 Currie Beker eindstryd gespeel het. Ek het die UPE

SUNRIDGE VILLAGE Centre Managment: 041 360 9442 SUNRIDGE VILLAGE Kragga Kamma Road, Sunridge Park SUNRIDGE VILLAGE GENERATED POWER 24/7

se eerstespan vir drie jaar verteenwoordig, asook vir die Oostelike Provinsie se B-span gespeel. Tydens my weermagdae was ek kaptein van Oudsthoorn-weermag se eerstespan en het ek ook vir SWD uitgedraf.

Ek het my onderwysloopbaan as wiskundeonderwyser by Alexander Road High School begin en sommer in dieselfde jaar met Estelle Schoeman getrou.

My twee dogters, Landi-Mari en Nieke was albei hoofdogters by Framesby en my seun, Steyn, onderhoofseun. Natuurlik aard hulle na hul ma, maar maak Pa nogsteeds baie trots! Ek is nou afgetree en pas ‘n swetterjoel kleinkinders op en los so nou en dan by skole af. My skooljare was voorwaar wonderlik en ek kry altyd ’n glimlag op my gesig as ek daaraan terugdink. Ons 40ste, reünie verlede jaar, is weens Covid 19 in die wiele gery, maar ek is seker ons sal daarvoor opmaak.

Baie dankie, Framesby, vir die geleentheid om ‘n paar gedagtes met julle te deel – sien julle om die braaivleisvure.
Handhaaf en Bou, Ons sal getrou…….

INGEMAR LOUBSER -1980

KONTAK ONS GERUS

Framesby spog met soveel oudskoliere wat naskool presteer. Indien jy van iemand weet en graag die persoon vir volgende week se Oudskoliere-berig wil nomineer, kontak ons gerus: mediasentrum@framesby.co.za. Ons wil graag berigte plaas van al ons oudskoliere, maar benodig hul selfoonnommer/e-posadres om kontak te maak. Omdat die skool nie altyd in kennis gestel word van prestasies nie, is die skool nie bewus daarvan nie. Ons weet daar is maar min mense wat iets oor hulself sal instuur, dus vra ons dat indien u van iemand weet wat presteer het, u ons sal kontak. Framesby is trots op al hul oudleerders en wil graag spog met almal se prestasies.

SUNRIDGE VILLAGE
Centre Managment:
041 360 9442
SUNRIDGE VILLAGE
Kragga Kamma Road,
Sunridge Park
SUNRIDGE VILLAGE
GENERATED POWER 24/7

REÜNIES 2021

Op die stadium word daar geen funksies a.g.v. Covid op ons skoolterrein gehou nie. Ons sal reünie-groepe egter op hoogte hou indien reëlings verander.

Ons vra intussen vir die volgende jaargroepe (1971,1981,1991, 2001 en 2011) om foto's en stories aan mnr. Rauch by wrauch@framesby.co.za te stuur.

Mnr. Rauch beoog om weer 'n gedenkblad vir die jare se reünie-groepe saam te stel. Ons vra ook dat die hoofleiers van elke jaargroep met homkontak sal maak.

FRAMESBY OUDSKOLIERE (FOS)

Beste Oudskolier

Ons wil julle graag van gebeure rondom jul alma mater op hoogte hou. Om hierdie rede wil ons graag ons databasis op datum bring en vra dat alle oudskoliere asb. die volgende inligting na **fos@framesby.co.za** sal e-pos:

- ✓ NAAM EN VAN :
- ✓ NOOIENSVAN:
- ✓ ID-NOMMER:
- ○ JAARTAL GEMATRIKULEER:
- ○ ADRES:
- ○ PROVINSIE:
- ○ BEROEP:
- ○ TELEFOON:
- ○ SELFOONNOMMER:
- ○ E-POSADRES:

U inligting bly hoogs vertroulik. Die rede hoekom ons u ID-nommer benodig, is om te verhoed dat ons duplikate op ons sisteem stoor.

UIT DIE ARGIEWE:

Die atlete van die Hoërskool Framesby, wat tussen die uitblinkers by hul jaarlikse kleurebyeenkoms in die U.P.E.-stadion was, is: heel bo: voor — Johan du Toit, Tiaan Viljoen en Adri Badenhorst. Middel — Beyers Brink, Marius Petzer, Francois Dekker en Ingemar Loubser. Agter — Henning Oosthuizen, Leon Roux, Marius Botha, Isak Meyer en William Nieuwoudhuys. Die meisies (bo) is: Janette Viljoen, Ilse Smith, Michelle Terblanche, Estelle Lahoud en Madelene Huys. Oosthuizen (S.A. o.17 3 000 stapkampioen), Dekker, Viljoen, Terblanche en Lahoud het al almal die O.P. se senior of junior spanne al verteenwoordig. Annette Badenhorst, nog 'n senior en junior atleet van die O.P., was nie vir die foto beskikbaar nie.

FRAMESBY DIE GUNSTELING

Deur LES BARNES

DIE atletiekspan van die Hoërskool Framesby is die gunsteling om dié naweek sy tweede algehele oorwinning in die jaarlikse hoërskolebyeenkoms van Port Elizabeth te behaal.

Die byeenkoms word Vrydagaand en Saterdag (heeldag) in die U.P.E.-stadion gehou.

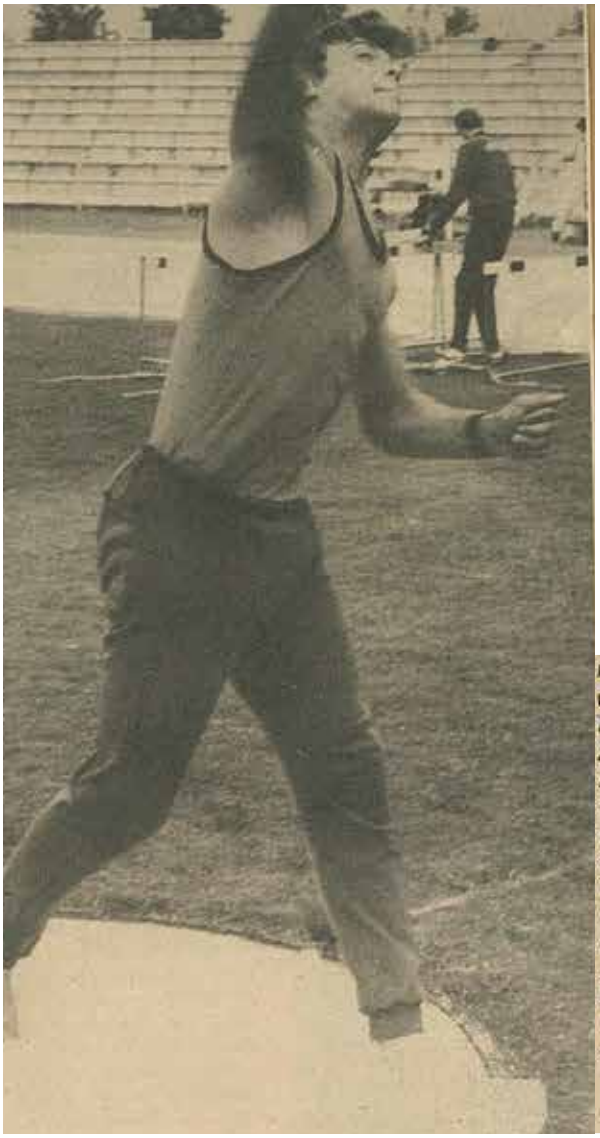
Framesby het al by sy kleurebyeenkoms, wat 23 nuwe rekords (twee is ook geëwenaar) opgelewer het, soos die moontlike wenner gelyk.

Die volgende skole neem vanjaar deel: **Andrew Rabie, Alexander Road, Cillié, Collegiate, D. F. Malherbe, Grey, Hoër Handelskool, Framesby, Westering, H.T.S.P.E., Marist, Woodridge, Otto du Plessis, Lawson Brown, Victoriapark en Pearson.**

Marius Botha, vroeër van Kimberley, het gewys dat hy 'n groot aanwins vir Framesby is toe hy die skoolrekord in die 100 en 200 geëwenaar het. Hy het ook 'n nuwe rekord in die 400 opgestel.

Die O.P. - atlete Michelle Terblanche, Janet Viljoen, Estelle Lahoud, Francois Dekker en Annette Badenhorst, was almal goed op stryk. Die finale puntestand in die spankompetisies was: Blou 699, Silwer 659½ en Maroen 654½.

Leon Roux is die senior Victor Ludorum wenner en Ingemar Loubser die junior wenner. Janet Viljoen is die Victrix Ludorum wenner.



Izak Meyer, sterkgeboude veldatleet van die Hoërskool Framesby en Port Elizabeth se Atletiek- en Fietsryklub, is lid van die atletiekspan van die O.P. wat Vrydag en Saterdag op Potchefstroom aan die Suid-Afrikaanse junior atletiekkampioenskappe deelneem. Die veelsydige Meyer, die O.P. se interskole- en o.19-gewigstootkampioen, het sy plek in die span beklink toe hy die gewigstoot by die O.P. se interskole-byeenkoms met 'n stoot van 13,01 gewen het. Hy is ook 'n knap rugbyspeler

SUNRIDGE VILLAGE
Centre Managment:
041 360 9442
SUNRIDGE VILLAGE
Kragga Kamma Road,
Sunridge Park
SUNRIDGE VILLAGE
GENERATED POWER 24/7

UIT DIE ARGIEWE:

Dié atlete, wat die bekers namens hul spanne vir die verskillende afdelings by die 19de Port Elizabeth hoërskol atletiekkampioenskappe in die U.P.E.-stadion ontvang het, is: Graham Sholto-Douglas (Grey, o.17), Danie Buy (Framesby o.19 en aflosse), Susan Koen (Andrew Rabie o.16), Michelle Terblanche en Noel van der Berg, Frames by, hou die Hoërskool-Hoofdebeker as die algehele wenners) tussen hulle — Michelle hou die meistestotaal e Noel die seunstotaal — Wanda Ferreira (Framesby o.15), Alan Rodman (Framesby, o15), Estelle Lahoud (Frames by o.18), Francois Basson (Andrew Rabie o.14) en Wanda Smith (Andrew Rabie, o.14). Basson het die 100 o.14 i 13,0 en die 80 hekkies in 13,4 gewen.

Framesby beloon vir harde werk

Deur LES BARNES

DIE Hoërskool Framesby het met sy maklike algehele oorwinning oor Andrew Rabie, Pearson, Cillié, Otto du Plessis Alexander Road en D. F. Malherbe by die 19d Hoërskole-atletiekkampioenskappe in die U.P.E -stadion weer beklemtoon hoe nood saaklik dit geword het dat 'n skool bereid moet wees om die hele jaar vir atletie te werk om bo uit te kom. Die byeenkoms is deur die Ford-maatskappy geborg.

Marceille Chatwind (Andrew Rabie) het gewys dat groot prestasies dié seisoen van haar verwag word toe sy die o.18-verspring in die nuwe huishoudelike O.P.-rekordafstand van 5,67/18:71 gewen het. Marceille en Gay Regnart (Alexander Road) was saam eerste in die 100 in 12,3 — 0,1 vinniger as Cynthia Williams (Pearson) se byeenkomsrekord, maar Gay het haar uitdun in 12,2 gewen.

Marceille se nuwe byeenkomsrekordtyd van 25,2 in die 200 is maar 0,2 sek. buite Helena van Staden (Brandwag) se O.P.-rekord. Chimene Gaybba (D. F. Malherbe) het die o.16 800 (2:15,0) en 1 500 (4:53,5) albei in rekordtye gewen.

O.P.-REKORD

Michelle Terblanche (Framesby) het haar eie o.18-hoogspringrekord met 'n sprong van 1,63/5:4½ verbeter en haar wentyd in die 100 - hekkies ewenaar. Ria Schoeman (Pearson) se byeenkomsrekord. Ancherien Schmidt (Framesby), wat nog 13 jaar oud is, het Marceille Chatwind se 100 o.14-rekord met 'n tyd van 12,8 in haar uitdun verbeter. Ancherien se [illegible] nuwe O.P.-rekord en 24 byeenkomsrekords opgeleiwer. Vier byeenkomsrekords is geëwenaar.

Jan Serfontein (Otto du Plessis) het gewys dat hy vinnig besig is om in die spore van sy broer Menanteau, te volg toe hy die o.19-diskus met 'n nuwe byeenkomsrekordafstand van 42,04/137:11 gewen het. Piet Joubert (Pearson) wat die O.P. die naweek op Queenstown verteenwoordig het, was die vorige rekordhouer.

Mnr. Peet Vermaak, Framesby se hoofafrigter, asook mnre. Robbie Smith, Willem Ras, mej. Esmarie Cronjé en hulle helpers, verdien 'n pluimpie vir die sukses wat Framesby behaal het.

Baie van Framesby se atlete wat die naweek goed gevaar het, het reg deur die wintermaande geoefen.

Dit was maar Framesby se vierde oorwinning in die gewilde kompetisie. Hy het in 1973 die eerste keer gewen en nou ook die afgelope drie jaar.

ANDREW RABIE

Pearson, wat die byeenkoms vir 13 agtereenvolgende jare van 1960 tot [illegible] de plek tevrede wees nadat hy en Framesby mekaar die afgelope jare goed opgekeil het.

Die Hoërskool Andrew Rabie het bevestig dat daar weer 'n herlewing in atletiek by die skool is toe hy verras om Pearson vir die eerste keer in die kompetisie te klop. Vroeër jare het Andrew Rabie dikwels tweede agter Pearson gekom.

HARD GETREF

Ek weet dat Andrew Rabie se sukses baie sal beteken vir mnr. Meyer Sauerman, die hoof, asook mnre. Gerrit Lombard, Johann van der Merwe en ds. Wilem Oosthuizen, wat die afgelope maande hard gewerk het.

Pearson is hard getref met die beserings wat topatlete soos Sharon Bouwer, Riaan Kilian en Johannes Niemand opgedoen het, maar dit is nie 'n byeenkoms wat hulle graag sal wil onthou nie.

Estelle Lahoud, 17-jarige baan- en veldloopatleet van die O.P., P.E.-klub en die Hoërskool Framesby, het die eerste atleet van die Hoërskool Framesby geword om haar senior O.P.-atletiekkleure te kry terwyl sy nog op skool is. Baie leerlinge van Framesby insluitende André Franken, Henning Oosthuizen, Michelle Terblanche, Denise Dixon, Janet Viljoen, Martie Whelpton, Clement Jackson, Gysbert van der Westhuizen, Annete Badenhorst en Helen Chase, het die O.P. se senior atletiekspan verteenwoordig terwyl hulle op skool was, maar Estelle is die eerste om as leerling van ons skool haar kleure te kry.

SUNRIDGE VILLAGE Centre Managment: 041 360 9442 SUNRIDGE VILLAGE Kragga Kamma Road, Sunridge Park SUNRIDGE VILLAGE GENERATED POWER 24/7

POSTNET

SUNRIDGE VILLAGE
Tel: 041 360-7441
sunridge@postnet.co.za

AMAZING

Specials on

Printing

For Teachers

and Students

as well as free internet use