FAKKEL-FLITSE

Weeklikse nuusflitse vir 'n ingeligte Framesby-familie!

Hoërskool Framesby
HANDHAAF EN BOU

UITGAWE 265 · 29 APRIL 2022

Kontakbesonderhede: mediasentrum@framesby.co.za

WILDEKLAWER TOERNOOI

STERKTE AAN AL DIE RUGBYSPANNE

MEES KOMPETERENDE SKOLE RUGBYTOERNOOI IN SUID-AFRIKA

FRAMESBY VS GARSFONTEIN

SATERDAG, 30 APRIL 2022

1STE SPAN 10:20
DIAMANTVELD A-VELD

O/16A 15:00
DIAMANTVELD B-VELD

O/15A OM 13:00
NEWTON A-VELD

O/14A 09:00
NEWTON B-VELD

FRAMESBY VS WELKOM GIMNASIUM

MAANDAG, 2 MEI 2022

1STE SPAN 07:00
DIAMANTVELD A-VELD

O/16A 09:00
DIAMANTVELD B-VELD

O/15A 16:00
NEWTON A-VELD

O/14A 17:00
NEWTON B-VELD

VS

VS

ZANDER BEHAAL 7DE PLEK

BY SA SENIOR ATLETIEKKAMPIOENSKAPPE

Zander van Eyk neemaan die SA Senior Atletiekkampioenskappe deel - alhoewel hy maar net 17 jaar oud is. Hy behaal 'n sewende plek in die paalspring (mans). Baie geluk!

VERJAARSDAE DIE WEEK

SATERDAG · 30 APRIL

Jaiden Bowler
Eben Mostert
Keagan Rheeder

SONDAG · 1 MEI

Mandy Els
Lianell Westraadt

MAANDAG · 2 MEI

Dican Le Grange
Rise-Mari Theron
Petrus Gouws
Chrisstian Viljoen
Cornelius Els

DINSDAG · 3 MEI

Juffrou M. de Jager
Juffrou M. Saayman
Juffrou M. Snyders
Chanelle Steyn
Jason Nell
Christiaan vd Walt
Jaime van Rhyner

WOENSDAG · 4 MEI

GEEN

DONDERDAG · 5 MEI

Juffrou E. Jonker
Charl Harmse
Carmen Delport
Roche Kleinhans
Liane Maree
Immanuel Windvogel

VRYDAG · 6 MEI

Roelof Meyntjes

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

UIT DIE HOOF SE KANTOOR

Beste Ouers

Ek haal Spreuke 29 vers 17 aan: “Gee jou seun ‘n goeie opvoeding en jy sal gerus wees oor hom; hy sal jou baie vreugde verskaf.” Mag ons ook hierdie opdrag van ons Hemelse Vader eerbiedig.

Ek wil graag die volgende belangrike sake onder u aandag bring:

A) SGA ASSESSERINGS VOOR DIE EKSAMEN

Die volgende assesserings vind in skooltyd plaas:

- 4 Mei RTT (CAT) Praktiese toetse graad 10-12
- 9 Mei WISKUNDE graad 8-12 en WISKUNDIGE GELETTERDHEID graad 10-12
- 10 Mei LEWENSWETENSKAPPE graad 12 tydens saal
- 13 Mei GEOGRAFIE graad 10
- 16 Mei GEOGRAFIE graad 11
- 17 Mei GEOGRAFIE graad 12 tydens saal
- 17 Mei FISIESE WETENSKAPPE gr. 10 tydens saal

DIE GRAAD 12-LEERDERS HET VANDAG (26 APRIL) HUL LO-TAKE TYDENS VOOGPERIODE ONTVANG. ONDERSTEUN ASSEBLIEF U SEUN/DOGTER OM DIT BETYDS IN TE HANDIG.

B) MEI/JUNIE EKSAMEN

Die graad 10- tot 12-leerders se eksamen begin op 23 Mei soos op die aangehegte rooster. Die graad 8- en 9-leerders sal tot Vrydag 27 Mei klasonderrig ontvang aangesien hulle min vakke skryf. Die eksamen vir graad 8- en 9-leerders begin dan Maandag 30 Mei soos op die aangehegte rooster. Voor sekere vakke is blokdae ingeruim sodat leerders hul tyd effektief by die huis kan gebruik om hul vordering te verbeter.

Ouers, ons doen ‘n ernstige beroep op u om u kinders tuis by te staan tydens die eksamen met u ondersteuning asook vaste studietye. Getroue herhaling en inoefening sal beslis tot beter prestasie lei.

Die werksafbakening vir die eksamen sal in die volgende nuusbrief verskyn.

C) FAKKELFLITS

Ek moedig u aan om die Fakkelflits deeglik te bestudeer. Hier hou ons u op hoogte van alle gebeure en prestasies. Dit is op Framesby se Facebook-blad beskikbaar.

D) AFWESIGE LEERDERS – SPORT

Leerders wat afwesig is op ‘n betrokke dag van die akademiese program mag nie in die middag die betrokke buitemuurse program volg nie. Leerders wat op ‘n Vrydag van die akademiese program afwesig is, mag nie op ‘n Saterdag aan die buitemuurse program deelneem nie. Uitsonderings word slegs toegelaat in die geval van begrafnisse en dood van nabye familielede. Ek hoop u as ouerkorps sal ons hand hierin vat.

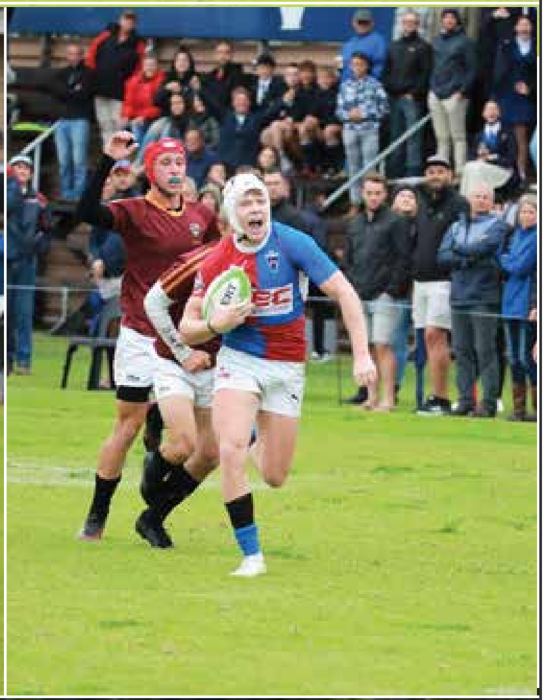
Ek dank u vir u volgehoue ondersteuning. Soos ek dikwels vir u sê: die toekoms van Hoërskool Framesby is blou en goud! Kom ons werk almal saam om dit so te hou.

MARIUS GERMISHUYS
SKOOLHOOF

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

FRAMESBY KLOP VIR DANIEL PIENAAR GEMAKLIK

0/14 A wen 17-0
0/14 B wen 15-7
0/14 C wen 12 – 5
0/15 A wen 36-7
0/15 B wen 30-5
0/16 A wen 25-0
0/16 B verloor 18-19
4de verloor 5-7
3de wen 31-5
2de wen 72-10
1ste wen 50-6



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

FRAMESBY SKITTER BY LANDLOOPAFLOS

Sowat 50 spanne het aan die die Build It-Framesby-aflos deelgeneem. Daar is 4 lede in ‘n span. Framesby het 13 spanne ingeskryf. Spanne kon vir 3 kategorieë inskryf, naamlik seuns, dogters en ‘n gemengde afdeling. Die eerste 30 spanne het medaljes ontvang.

Framesby het uitstekend presteer deur ‘n plek in al 3 afdelings te verower,naamlik:

- Eerste in die gemengde afdeling.
- Tweede in die dogtersafdeling.
- Derde in die seunsafdeling.

Framesby-atleet van die byeenkoms: Dillion Oerson en Elanca van Jaarsveld.
Baie dankie aan ons borg, Build It, Sunridge en ons atletiekvriende en -ouers wat as roete-beamptes gehelp het.

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

FRAMESBY TENNIS AAN DIE BRAND!

Dogters:
2des wen teen Alex 3-1
3des wen teen Alex 3-1

Seuns:
2des wen teen Muir 4-0
3des wen teen Alex 3-1
4des wen teen Alex 3-1
5des wen teen Bergsig

Knap gedaan!!

UITSLAE VIR DIE WEEK:

Muurbal:

1ste verloor teen Grey 3 – 9
4des wen teen VP 11 – 9

Hokkie:

1ste seuns verloor teen Grey 4de 1 – 4
2de seuns verloor teen Grey 0/16F 0 – 2
1ste dogters speel gelykop 0 – 0 teen die OP Meesters Damesspan

Skaak:

Wen Cillié 4 en 'n half teenoor 2 en 'n half.

Drie van ons spelers het ook die afgelope naweek deelgeneem aan proewe.
Die leerders het as volg gevaar:
Ruben Bouwer (0/14) wen 4 uit die 6 wedstryde en behaal 7de plek.
Ruan Grigor (0/14) wen 2, een gelyk op en verloor 3 wedstryde en behaal 'n 20ste plek.
Janell van Hall (O/16) wen 2, "stalemate" 1 en verloor 3 wedstryde en behaal 13de plek.

Knap gedaan!

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

BINNENSHUISE KRIEKET

Dewan Wessels (Gr 9 A) het die afgelope Aprilvakansie die Oos-Kaap 0/16 Warriors (A-span) by die Nasionale Binneshuise Kriekettoernooi verteenwoordig. Die toernooi is inPretoria (vanaf 28 Maart tot 2 April 2022) gehou. Sy span het die bronsmedalje in die kompetisie verower.

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

9 NETBALSPELERS DRING DEUR NA FINALE RONDTE BY PROEWE

'n Klompie netbaldogters het op 26 April 2022, aan Metro (P.E skole) netbalproewe deelgeneem.

Die volgende dogters dring deur na die finale rondte in Oos Londen op die 7de Mei 2022.

1. Esri le Grange (0/14)
2. Brooklyn Elgar (0/15)
3. Saskia Kleinhans (0/15)
4. Christelle Stander (0/15)
5. Annica Botha (0/16)
6. Anja Vorster (0/16)
7. Edon Snyman (0/17)
8. Anél Strauss (0/17)
9. Jana Terblanche (0/17)

Baie geluk en sterkte aan die dogters. Maak Framesby trots.

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

VRIEND VAN DIE FRAMESBY MEDIASENTRUM

Enige leerder wat die belange van die Mediasentrum op die hart dra, op ‘n gereelde basis die Mediasentrum besoek én van enige dienste gebruik maak (bv. navorsing, uitleen van enige items, lees van enige bronne, groepwerk, huiswerk, rekenaarwerk, fotokopiëring, drukwerk, bordspele) ook in klasverband, is welkom om by die ondersteunersgroep Vriende van die Hoërskool Framesby-Mediasentrum aan te sluit.

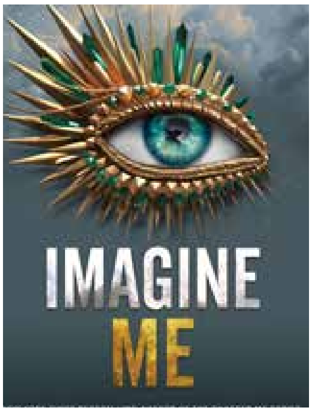
Daar sal ‘n aansluitingsfooi van R30 wees. Lidmaatskap kan daarna jaarliks teen R10 per jaar hernu word. Enige lid wat ‘n detensie kry vir enige oortreding by die Mediasentrum, se lidmaatskap sal onmiddellik beëindig word en die balkie teruggetrek word. Alle reëls van die Mediasentrum sal van toepassing op lede wees.

Voordele vir lede:
1. Elke lid sal ‘n boekmerk en ’n balkie kry.
2. Slegs lede sal invir pryse vir die Flinkste lesers ag geneem word.
3. Lede sal 5 boeke op ‘n slag mag uitneem, plus 3 DVD’s.
4. Almal mag gedurende vakansies ekstra boeke (nie DVD’s nie) uitneem. Die aantal boeke sal bepaal word deur verskillende leeskategorieë wat deur die Mediasentrumbestuurder opgestel sal word. Alle lede met ‘n skoon rekord en wat nie ‘n detensie gekry het of nog nooit op die swartlys was nie, sal toegelaat word om ook boeke gedurende die Desembervakansie uit te neem.
5. Lede sal kennisgewings op Whatsapp oor nuwe boeke en DVD’s, of enige items wat hulle bestel of aanbeveel het ontvang.

*Leerders moet eers 30 items uitneem om te kwalifiseer.

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

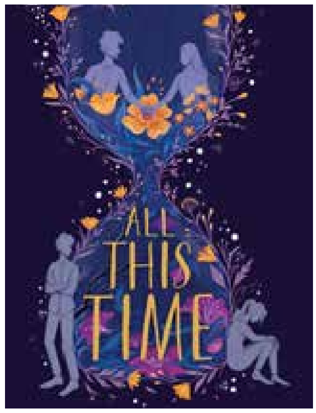
NUWE BOEKE IN MEDIASENTRUM



IMAGINE ME

13 REASONS WHY

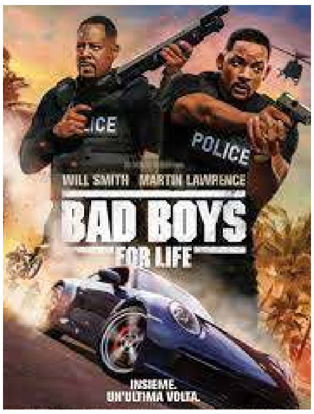
THE SUMMER I TURNED PRETTY



ALL THIS TIME

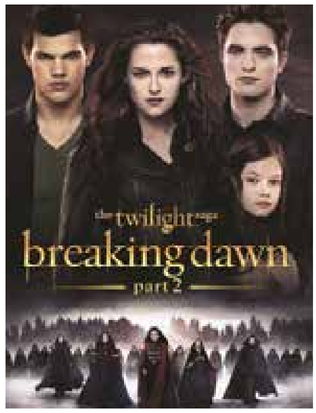
NUWE DVD'S IN MEDIASENTRUM

HOTEL TRANSYLVANIA 2

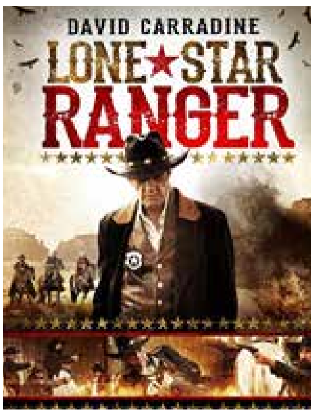


BAD BOYS FOR LIFE

JURRASIC WORLD FALLEN KINGDOM

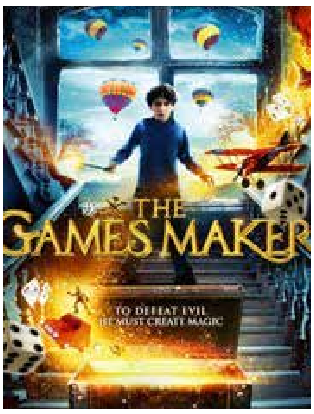


BREAKING DAWN PART 2



LONESTAR RANGER

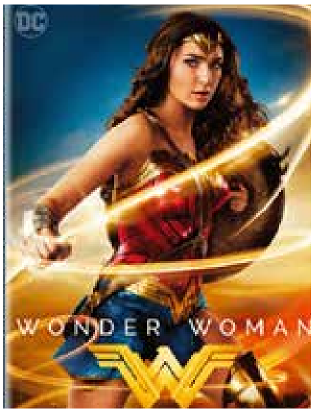
RESIDENT EVIL AFTERLIFE



THE GAMESMAKER

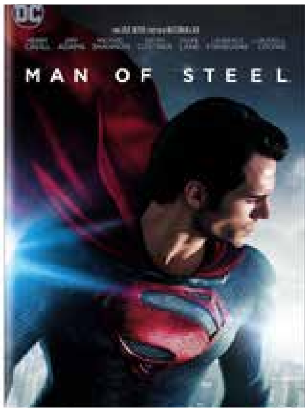
HOME AGAIN

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

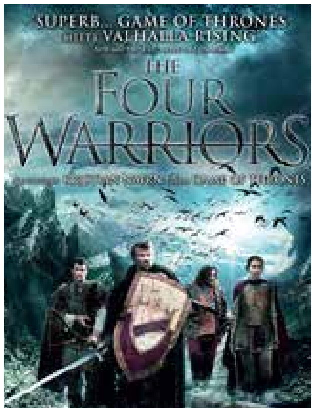


WONDER WOMAN

BATMAN VS SUPERMAN



MAN OF STEEL



THE FOUR WARRIORS

UITNEEM VAN BOEKE OF DVD'S:

- Leerders kan teen geen koste boeke of dvd's uitneem.
- Leerders kan 3 boeke of dvd's op 'n slag uitneem.
- Die items kan vir 14 dae gehou word voordat dit ingehandig of hernu moet word.

Leerders kan tussen pouses of na skool huiswerk in die Mediasentrum kom doen.

• • •

Leerders mag ook die rekenaars gebruik om navorsing te doen (gratis)

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

DIE KOSBLIK

MIDDAGETES TEEN R25

Beskikbaar tweede pouse en na skool slegs op bestelling

Week 5

MAANDAG

Hoender Fillet, bedien met Koriander Rys en Groente

DINSDAG

Cajun Kort Rib, bedien met Rys en Geroosterde Groente

WOENSDAG

Hoender en Feta Basieliekruit Pasta, bedien met Knoffelbrood

DONDERDAG

Kaaswors Pastei, bedien met Aartappelskyfies en Sambals

VRYDAG

Stokvis in Masala Beslag, bedien met Aartappel Wiggies en Slaai

VIR BESTELLINGS:
DUANNE: 071 571 3648
E-POS: WSPE.FRAMESBYHS@EMPACTGROUP.CO.ZA

Die KOSBLIK Hoërskool Framesby

DIE HANGER

ONDER NUWE BESTUUR VANAF 1 MEI 2022

Charnelle

charnelle@diehanger.co.za
082 342 8113

Katrien

072 407 0670

MAANDAE, WOENSDAE, VRYDAE 08:00 - 11:00
DINSDAE, DONDERDAE 12:00 - 17:00

HANDHAAF EN BOU

Ondersteun
Hoërskool Framesby
deur Samba

Sluit vandag aan by Samba en deel in die voordele.

Sms nou "FRAMESBY" na 30907

Samba sal u kontak vir lidmaatskap.

soveel meer *vir my* | so much more *for me*

Samba

Koöperatief Bpk | Co-operative Ltd

www.sambakoop.com

Samba Koöperatief Beperk is 'n gemagtigde FDV (Nr. 18212) en 'n geregistreerde KDV (NCRCP 1270). Termes en voorwaardes geld

Wat is die VOORDELE om by SAMBA aan te sluit as lid?

- ‘n Kontant-terug-bonus op aankope word jaarliks gedurende November aan lede uit betaal
- Sambalede kry tot 50 dae rentevrye krediet vir aankope
- Geen maandelikse fooie of transaksiekoste nie
- Tot 10% kontant-terug-bonus op aankope (brandstof uitgesluit)
- Samba fasiliteer korttermynversekeringpremies deur Santam, Hollard en Bryte
- Die maandelikse premie kwalifiseer vir 'n maandelikse bonus
- Mediese gapingdekking deur Optivest en Stratum
- Bekostigbare gesins begrafnisbystandfonds
- Na 6 maande lidmaatskap kan lede aansoek doen vir motorfinansiering en ander batefinansiering teen 'n gekoppelde rentekoers of vaste rentekoers van 12%* per jaar
- Persoonlike lenings teen 'n gekoppelde rentekoers of vaste rentekoers van 9.5%* per jaar kan voor aansoek gedoen word na een jaar van lidmaatskap
- 'n Bedrag van Samba se diverse wins in vergelyking met hul jaarlikse aankope word ook aan lede toegeken
- Dit alles en nog meer is beskikbaar teen 'n minimale kaartfooi van R294* per kaart per jaar

Hoe werk die rentevrye krediet vir aankope?

Die Sambarekening sluit alle aankope in vanaf die 16de van 'n maand tot en met die 15de van die volgende maand. Lede sal hul Sambarekening ontvang voor die laaste week van elke maand.

Die uitstaande bedrag moet betaal word voor of op die 5de van die daaropvolgende maand om te kwalifiseer vir u bonus. Bv. Die Samba aankope maand loop vanaf
16 Januarie – 15 Februarie met die volle bedrag betaalbaar teen 5 Maart.

Hoe doen ek aansoek vir lidmaatskap?

Voltooi ‘n aansoekvorm en stuur die voltooide aansoekvorm terug na Samba tesame met u nuutste maand se bankstaat en salarisstrokie OF slegs u nuutste maand se salarisstrokie, afskrif van u ID en ‘n bewys van adres na aansoek@sambakoop.com.

Aansoekvorms is beskikbaar op ons webblad by www.sambakoop.com of stuur vir ons 'n e-pos na aansoek@sambakoop.com. of skakel u naaste Samba-kantoor by Bloemfontein: 051 448 0111, Kimberley: 053 831 1976/7 en Port Elizabeth: 041 363 2727.

**Koste en rente kan van tyd tot tyd verander soos deur die kredietgewer bepaal. Aansoeke is onderhewig aan goedkeuring. Persoonlike lenings is beperk tot 'n maksimum toegelate bedrag. Samba (Koöperatief) Beperk is 'n gemagtigde Finansiële diensteverskaffer (lisensienr. 18212) en 'n geregistreerde kredietverskaffer (NCRCP1270). Terme en voorwaardes geld.*

FRAMESBY OUDSKOLIERE

ONS GESELS MET: AMANDA LAMPRECHT

Amanda Lamprecht

Amanda Lamprecht beter bekend as Amandala, het in 1992 aan Hoërskool Framesby gematrikuleer.

My hoogtepunte by Framesby sluit die volgende in: OP-kleure vir gimnastiek, om op die leerlingraad te dien sowel as om koor te sing. Na skool het ek my Regsgraad by NMU ontvang. Ek het toe as 'n IT-werwer in Johannesburg gewerk. Daarna het ek na die VSA verhuis. Ek begin Yoga, Acutonics en Reiki bestudeer. Ek raak toe 'n yoga -instrukteur, acutonics praktisyn en Reiki Meester en gee ook vioollesse.

Ek begin Ashtanga Yoga in INDIA Mysore by die ikonies Pattabhi Jois studeer. Ek het sover drie albums op die rakke. My nuutste album AMANDALA - STRONGER. Dit was my grootste sukses sovêr - en word baie op radiostasies in die VSA gespeel. Daar is ook drie musiekvideo's vir die album van 2020 wat op Youtube onder AMANDALA te sien is.

'n Hoogtepunt vir my was om die wêreld te sien. Ek reis Europa plat sowel as die Verenigde Koningkryk, VSA, Singapoer, Thailand en Indië.

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

My hoogtepunte in Seattle sluit die volgende in. Ek haal die voorbladnuus in Seattle PI vir my Earth Minerals Scratch Patch -'n winkel wat ek vir 4 jaar gehad het. Ek verskyn op plaaslike tv-stasies vir Scratch Patch - program " Evening Magazine". Ek begin my eie werwingsmaatskappy "Laetus Recruitment en stel mense aan vir Fortune 200-maatskappye. Ondermeer HaptX, ioCurrrents, Kalles Group, BulletProof, Expedia, Isilon / EMC/ Dell , Providence Health. Ek neem my eerste studio-album " Far & Wide" by die ikoniese London Bridge Studio op. Ek speel in SHOWS in SEATTLE by baie klubs, en lewer ook twee vertonings by die ikonies " Triple Door". Ek neem 'n Afrikaanse Album " Alles Wat Jy Lief Het" by Earwig-ateljee in Seattle en Sunset Recording-atlejee in Stellenbosch op. Ek neem my 2020 album : STRONGER in Seattle én in Suid-Afrika op.

My hoogtepunte van 2020-2021in die VSA en SA sluit die volgende in: AMANDALA word op verskeie groot radiostasies in die VSA gespeel. Dit sluit die volgende in: WRUW Cleveland, WIXQ Millersville, WTCC Springfield, Radio UTD, Richardson, WGSU Geneseo, WODU Norfolk, UWS Superior, WCNI New London, BreakThru Radio (BTRtoday) New York, Radio Phoenix Phoenix, KBCZ Boulder Creek, KBFG Seattle en KBCS Seattle. Terwyl my hoogtepunte in Suid-Afrika die volgende insluit: ek verskyn in 2021 as 'n gas op Groot Ontbyt, Die Burger doen 'n artikel oor my, OFM speel my liedjies en doen ook 'n onderhoud met my.

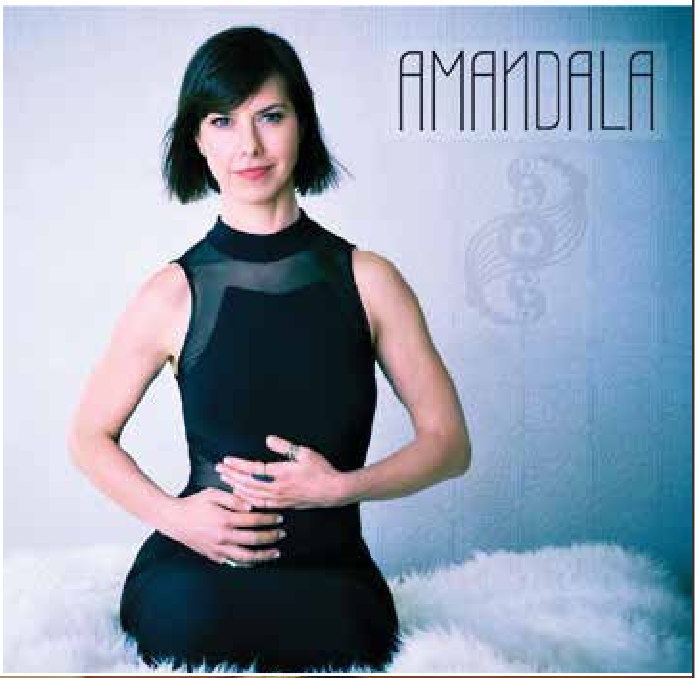
fans

They're tops! The Framesby High School cheerleaders kept their schoolmates on their feet in support of their athletes competing at the PE High Schools athletics meeting at UPE today.
Picture: Heidi Saayman

Crowd dispersed with teargas

Foreign use

NIS may open up to



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

Going for **Top 200** Adds **10/6/2020**

AMANDALA

STRONGER EP

(Self-Released)

THE BAND MOM

RIYL: Dolores O'Riordan/The Cranberries, Björk, Natalie Imbruglia, Dido, Sia

Start With: 3, 1, 6

FCC CLEAN

AMANDALA is a **Seattle-based** singer, songwriter, multi-instrumentalist and yogi **born in Cape Town, South Africa**. Amanda Lamprecht adopted the stage name AMANDALA because it sounds like the word "mandala", which is a Sanskrit name that literally means "circle". A Mandala is a tool in many spiritual traditions to aid a practitioner to inner states of wholeness.

AMANDALA's third professional studio release, *Stronger*, is aimed at the concept of coming full circle and stepping into one's power. The short album of 7 songs is a picturesque musical landscape in a style that draws influences from indie pop and indie folk-rock.

AMANDALA's songwriting and voice has been compared to the likes of **Bjork** and **The Cranberries**, and her songs dictate both raw edge and crystal sweetness.

AMANDALA is a world traveler who lived on three continents, traveled the globe to study **yoga** and holds a **Law Degree from Nelson Mandela University**. She played violin from the age of 6 and sang in many school choirs throughout her life, but it was not until she moved to the US that she started to play in goth and punk rock bands and write her own music. Between 2008-2012 she self-released two experimental albums, *Tanzanite* and *Make This Real*, for which she did all the instrumentation herself. In 2015 she teamed up with producer and co-owner of London Bridge studio, Jonathan Plum, to co-write her first professional studio album *Far and Wide* in a dream pop style. Andrew Joslyn, violinist for Macklemore, and Davey Brozowski, traveling drummer for Modest Mouse, played on *Far and Wide*.

In the same year, AMANDALA also wrote her first ever Afrikaans album, *Alles wat jy lief het*, in an indie pop, folk rock style. The Afrikaans album was recorded at Earwig Studios in Seattle, working with studio owner Don Farwell, and completed in South Africa. "Two albums on Two Continents in Three studios in One year" became the tagline for a 5-month music promotion trip to South Africa from October 2016 - March 2017.

Her newest EP, *Stronger*, was an international project. **Musicians from Seattle and South Africa** played on this album. The recording for *Stronger* began at Earwig Studios in Seattle, before continuing its journey in Stellenbosch, South Africa at Sunset Recording Studio. Coming full circle, the songs were mastered by Ed Brooks from Resonant Mastering (Death Cab for Cutie, Fleet Foxes, Courtney Marie Andrews, The Head and the Heart) back home in Seattle.

A music video was released for the song "Let's Not Leave This Life Broken" from *Stronger*, and received 2000 views in only 2 weeks. The video is a request for universal unity and friendship, filled with images that are profoundly colorful and watery, with a thumbnail that is **Frida Kahlo** inspired. Another music video will be released in mid-October 2020 for the song "Flow" that will feature more water and ocean scenes. "Flow" is a musical sketch of a river building till it finally reaches the ocean, so the vocals are sparse and it doesn't follow cookie cutter song structures.

AMANDALA's intention with *Stronger* was to write songs that make one feel empowered, more connected, songs that encourage, that reflect. The songs convey all the attributes of water. Water is fluid, moody and emotional. Water can be powerful, loud, still or reflective. Water can be hard when it is ice, or it can be weightless when it becomes steam. Just as water does not have a form, but it takes the form of its container, so it was AMANDALA's intent that her music does not sit in one specific genre, but rather capture a fluid mood which is different from song to song and album to album.

THE BAND MOM

JENN MISKO
3716 NE 75th St, Apt C103
Seattle, WA 98115

Phone: 206.258.4586
E-mail: jenn@thebandmom.com
IM: discomisko

https://www.amandalamusic.com
https://www.facebook.com/amandalamusic/
https://www.instagram.com/amandalamusic/
https://amandala.hearnow.com
https://amandala.bandcamp.com

STERK ÉN KWESBAAR

Amandala se nuwe album tref VSA

Musiek in Seattle en Stellenbosch opgeneem

Amandala, oftewel Amanda Lamprecht, is 'n Suid-Afrikaanse musikant wat reeds sowat 17 jaar in Seattle in die VSA woon en musiek maak. Haar jongste album, *Stronger*, word op radiostasies oor Amerika heen gespeel – 'n besonderse mylpaal wat haar opgewonde oor die toekoms maak, sê sy aan Rozanne Els.

Amandala

Wat is vir jou besonders van Seattle se musiektoneel?
Dit is 'n baie kunssinnige stad met so baie musikante, maar of jy nou beroemd is of nie – almal ken mekaar en help waar hulle kan. Hulle vergeet nie sommer dat hulle maar ook iewers moes begin nie. Dis soos hier in Suid-Afrika waar daar 'n gewilligheid is om saam te werk.

Hoe het die kameraderie jou gehelp om jou musiek daar te vestig?
Ek het al saam met Pearl Jam se trompspeler, Mike Stone, gespeel en 'n liedjie opgeneem saam met Macklemore se vioolspeler, Andrew Joslyn, en Davey Brozowski, wat die toertrompspeler vir Modest Mouse is.

Ek is ook baie bevoorreg dat ek in ikoniese venues kon speel – en dit is nie maklik nie! Uiteindelik is daar so baie musikante, so om bloot iewers te kan speel, nog te meer in 'n prominente venue in Seattle, is 'n prestasie. Een van my gunstelingvenues is die historiese The Triple Door (dit het dit reeds in 1926 as 'n teater geopen).

Ladysmith Black Mambazo en Hugh Masekela het ook al daar opgetree.

Radiospeeltyd is 'n belangrike element om sukses in Amerika se musiekbedryf te behaal. 'n Hele paar van die liedjies op *Stronger* kry nou aandag van Seattle se stasies, en ook verder landwyd. Beskou jy dit as 'n mylpaal wat jy nou op jou wenslysie kan afmerk?
Dit is 'n droom wat waar geword het toe Amerikaanse radiostasies *Stronger* op hul top-30-ranglys begin speel het. Dit is die eerste keer dat my gesang op soveel stasies gespeel word.

Natuurlik wil ek graag hê dat Radio Algoa (Algoa FM van haar voormalige tuisdorp Port Elizabeth) en ander Suid-Afrikaanse stasies my musiek speel, maar in Seattle is die vooruitsig dat nog meer van my liedjies op speellyste geplaas kan word vreeslik opwindend.

***Stronger* is in Seattle én Suid-Afrika opgeneem. Hoe het dié proses gewerk?**
Die opnames het by Earwig Studio in Seattle begin en van die liedjies is daarna ook in Januarie vanjaar by Sunset Recording Studios in Stellenbosch saam met Jürgen von Wechmar opgeneem. Ed Brooks van Resonant Mastering (Death Cab for Cutie, Fleet Foxes, Courtney Marie Andrews) het die finale vermenging gedoen. Ek en Jürgen het alles in net vier dae gedoen, wat absoluut ongelooflik was. Ons werk so goed saam en hy is 'n *work horse*. As ek net dink aan Seattle… as ek daar by die ateljee ingaan, sit hulle eers die ligte aan, maak koffie… Jürgen is gereed om te begin. En jy hou een oog op die horlosie! Om saam met Ed te werk, was ook 'n groot oomblik, want hy is 'n meester met vermenging. Pearl Jam het hom gevra om sowat 60 van hul konserte opnuut te vermeng. Van die beste Suid-Afrikaanse kunstenaars is ook op die album, soos Henry Steel, wat vir Karen Zoid kitaar speel, en Frank Freeman van *Eet kreef*.

Wat is die storie wat jy met *Stronger* vertel?
Die hele album is om mense te wys jy kan tegelyk sterk en kwesbaar wees. "Hold My Glass" vra byvoorbeeld hoe 'n mens uit 'n krenkende verhouding kom én hoe kom jy sterker aan die ander kant uit? Dit is 'n reis wat 'n mens aflê om jou uiteindelik sterker te maak.

Ek het ook gevoel dat ek as 'n musikant sterker is omdat ek besluit het om die album te maak net soos ek wil. Die album is regtig hoe ek wou gehad het dit moet uitkom.

Ek raak beter met elke album. Dis ook lekker dat die albums nie een dieselfde is nie. Ek is nie vas in 'n boksie nie.

Is dit die juiste reis wat in die musiekvideo vir "Nothing (Cape Town Version)" uitgebeeld word?
Die video van die enkelsnit is 'n samestelling van beeldmateriaal wat ek oor die afgelope paar jaar geneem het. Dis vir my belangrik om 'n visuele prentjie van my musiek aan te bied en ek wou net iets maak wat wys dat of jy nou beroemd is of nie, uiteindelik loop ons almal dieselfde paadjie. Ons is almal op hierdie reis.

Wat lê nou voor?
Ek is opgewonde om nog musiek in Seattle op te neem. Ek het reeds nuwe musiek wat wag. Die ateljees het ook, met Covid-19 wat hulle gedwing het om hul deure vir eers te sluit, na musikante uitgereik om vooruit ateljeetyd te bespreek en te betaal om hulle te help om kop bo water te hou. Ek het dus reeds ook ateljeetyd wat ek moet gebruik. Ek wil ook radiostasies nader om nog van my liedjies op hul speellys te sit.

■ *Stronger* is reeds uitgereik en op digitale platforms soos Apple Music beskikbaar.

Die SANJO-ensemble wat in hul adventkonsert te sien sal wees.

Pandemie bring nie jeugorkes van stryk

Die Suid-Afrikaanse Nasionale Jeugorkes (SANJO) gaan ouder-gewoonte sy jaarlikse adventkonsert aanbied, maar dit gaan vanjaar weens die Covid-19-pandemie met 'n paar uitsonderlike kinkels plaasvind.

Vir die eerste keer in 57 jaar gaan slegs 'n klein ensemble uit die orkes die konsert lewer, en daarmee saam gaan die konsert in samewerking met Klein-Karoo Klassique en die Klein-Karoo Nasionale Kunstefees (KKNK) aanlyn aangebied word. Dit word ook deur die Samrostigting, die Vriende van Orkesmusiek Kaapstad en die Academy of Sound Engineering moontlik gemaak.

"Dit is 'n voorreg om hoegenaamd te kan optree in dié tyd," sê Sophia Welz, besturende direkteur van die SANJO, in 'n mediaverklaring. Die konsert is vir ons 'n baken van hoop sowel as 'n toonvenster van ons trots op ons land, ons jong musici en die kunste."

Volgens Hugo Theart, die KKNK se artistieke direkteur, kan konsertgangers met hul kaartjiegeld help verseker dat die SANJO se "wonderlike werk" voortgesit kan word.

"Soos baie ander organisasies in die uitvoerende kunste was 2020 ook vir die SANJO 'n moeilike jaar. Ons glo dit is belangrik om jong talent te ondersteun."

Die SANJO-ensemble – wat bestaan uit Gilah Kellner (viool), Jason Oppelt (viool), Kamohelo Moshoaliba (altviool), Vaughan McLea (tjello), Kyle Smith (kontrabas) en John Reid Coulter (klavesimbel) – sal Barokmusiek in vanjaar se adventkonsert voordra. Werke deur Bach en Corrette is op die program.

Die konsert kan van 20 Desember om 18:00 tot 31 Desember om middernag aanlyn gestroom word. Kaartjies kan by Quicket bespreek word teen R80 (R50 vir studente en pensioentrekkers).

Besoek **www.sanyo.org.za** en **www.kknk.co.za** vir meer inligting.

Nuwe galery open deure in Prins Albert

Willemien Green

Sue Hoppe is 'n kunstenaar wat al diep spore in die Oos-Kaap se kunsgemeenskap getrap het.

Nou het sy en Max, haar man, hul vlerke gesprei en in Prins Albert, aan die voet van die Swartberge gaan woon.

Die Hoppe-egpaar, wat nog altyd 'n groot liefde vir die Karoo gehad het, het altyd daarvan gedroom om ná Max se aftrede hulle iewers in die Karoo te gaan vestig.

Dié dorp is gewis 'n paradys vir enige kunsliefhebber, met meer as 30 kunstenaars wat daar woon en by die Prins Albert-kunsgalery word ook heeltyds kunsuitstallings aangebied.

"Ek het nog altyd die idee in my kop gehad om eendag iewers op 'n klein dorpie 'n spasie te skep waar ek my kunswerke kan uitstal," sê Sue. So is die Sue Hoppe@Millers-galery gebore.

"Omdat ons albei voortdurend besig is met allerlei projekte bied afspraakbesoeke ons darem genoeg tyd om gou die ergste stof af te spoel voordat ons besoekers ontvang!"

Buiten Hoppe se skilderye en foto's word daar onder meer ook boeke en meubels uitgestal.

"Deur El Gecko-uitgewers, ons eie klein uitgewery, het ons al verskeie boeke soos die *Climaxwindpomp*-koffietafelboeke, *Travels Troubles with Koos* (genoem na Max se ou 4 x 4-voertuig), 'n prettige reisgids met baie foto's, twee kinderboeke uit die *Tales from the Waterhole*-reeks, *Santa's New Helpers* wat deur Theresa Hardman geïllustreer is en in Afrikaans en Xhosa beskikbaar is en *A Hyena's Tail* wat Janine Dickie geïllustreer het, gepubliseer."

"Daar is ook nog 'n paar swart-en-wit fotoboeke; *Postcards from Jordan*, *Postcards from UAE*, *Postcards from Bulgaria* en *Postcards from Turkey* van ons oorsese reise beskikbaar."

■ **Besoek die nuwe galery by Christina de Witstraat 35 in Prins Albert. Stuur 'n WhatsApp na 083 261 9671 of stuur 'n e-pos aan sue@elgecko.co.za. Toegang is gratis.**

'Nomadland' stoomroller voort in die Oscar-resies

Die resies om die Oscars het pas begin. Vroeër vandeesweek het die Boston Society of Film Critics die wedloop ingelui met hul keuse van Chloé Zhao se *Nomadland* as hul topfliek van die jaar.

Nomadland, wat einde Maart aanstaande jaar in Suid-Afrika begin wys, maak nou deel uit van 'n klompie voorlopers in die stryd om Oscar-benoemings.

Zhao, veral bekend om haar bekroonde 2017-verhaal, *The Rider*, is boonop as beste regisseur aangewys, terwyl Joshua James Richards vir die prent se kinematografie vereer is. Frances McDormand vertolk die hoofrol van Fern, 'n vrou wat alles in die ekonomiese resessie verloor – ook haar eggenoot – en besluit om die Amerikaanse Middeweste te deurkruis. McDormand se vertolking maak haar 'n gunsteling om volgende jaar se Oscar vir beste aktrise te wen en dit sal dan haar derde prys in dié kategorie wees.

Frances McDormand is as beste aktrise aangewys vir *Nomadland*, wat ook die jaar se beste prent is, aldus die Boston Society of Film Critics.

Nomadland het reeds die gesogte Goue Leeu-prys op die Venesiese rolprentfees gewen.

Die veteraan-akteur Anthony Hopkins is as beste akteur vir sy rol in *The Father* aangewys. Dié prent is ook van Maart aanstaande jaar af in plaaslike bioskope te sien.

I'm Thinking of Ending Things het vir beste redigering en beste draaiboek gewen – albei deur Charlie Kaufman, die skrywer van draaiboeke soos *Being John Malkovich* (1999) en *Eternal Sunshine of the Spotless Mind* (2004).

I'm Thinking of Ending Things is tans op Netflix beskikbaar. So ook *Ma Rainey's Black Bottom*, wat vir beste ensemble-rolverdeling gewen het. Chadwick Boseman, die ster van *Black Panther* wat vroeër vanjaar dood is, verskyn hier in sy laaste filmrol.

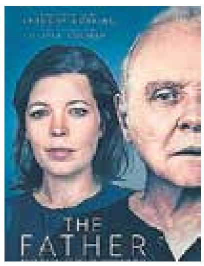
Die prys vir beste dokumentêre prent is aan *Collective* toegeken. Die onthutsende prent handel oor bedrog in Roemenië se gesondheidsektor ná 'n vernietigende brand in 'n nagklub waarin talle mense dood is. *Collective* is ook op *The Guardian* se lys van 2020 se topflieks.

Die res van die lys sluit in:
Beste aktrise: Sidney Flanigan, *Never Rarely Sometimes Always*;
Beste byspeler (akteur): Paul Raci, *Sound of Metal*;
Beste byspeler (aktrise): Youn Yuh-jung, *Minari*;
Beste nie-Engelstalige rolprent: *La Llorona*;
Beste animasieprent: *The Wolf House*;
Beste nuweling-filmmaker: Florian Zeller, *The Father*;
Beste oorspronklike klankbaan: Emile Mosseri, *Minari*.

Die vereniging het ook 'n lys van hul gunstelingflieks wat netnet pryse misgeloop het, op sosiale media gedeel.

Onder dié prente tel die veelbesproke *Tenet* met Robert Pattinson, *The Assistant* met sy über-relevante verhaal van seksuele teistering in die werkplek, asook *The Personal History of David Copperfield*, gegrond op Charles Dickens se boek *David Copperfield*, wat in 1850 gepubliseer is. *Shirley*, met die uitmuntende en veelsydige Elisabeth Moss van *The Handmaid's Tale* in die hoofrol, het ook dié lys gehaal.

Nog twee groot prysuitdelings, dié van die New York Film Critics Circle en Los Angeles Film Critics Association, vind onderskeidelik Vrydag en Sondag plaas.



Die plakkaat van *The Father*. Anthony Hopkins het die prys as beste akteur vir sy vertolking in die fliek ontvang.

– **Saamgestel deur Rozanne Els**

OUDSKOLIERE SAMEKOMS:

Ons beplan n samekoms vir oudskoliere in Kaapstad en Pretoria. Meer inligting volg binnekort.

KAAPSTAD EN PRETORIA

kom kuier saam!

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

OUDSKOLIERE BERIGTE:

Indien jy iemand vir die 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-pos om kontak te maak.

Dis altyd lekker om te hoor waar ons oudskoliere hulself vandag bevind sowel as om terug te kyk na almal se Framesby herinneringe.

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

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.

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

Musiek Trivia

27 Mei

FOV by H/skool Framesby

Tyd:18:30 - KOSTES R50/p

Spanne van 8 lede

Kontant kroeg

Eie eetgoed

RSVP 20 Mei

Kontak Belinda by 0827812876

WE SERVE BREAKFAST

- AVAILABLE ALL DAY -

OPEN FROM 10h00

de'Swan

041 492 3700

SUNRIDGE VILLAGE, KRAGGA KAMMA ROAD, SUNRIDGE PARK

www.deswan.co.za

de'Swan

SINCE 2021

SUNRIDGE VILLAGE

dē'Swan
SINCE 2021
SUNRIDGE VILLAGE

Breakfast

- AVAILABLE ALL DAY -

Swan Breakfast 2 x eggs, bacon, sautéed mushrooms, chips & toast.	49
Grill House Breakfast 2 x eggs, bacon, grilled tomato, chips & toast. Served with Coffee / Tea / Juice.	59
Breakfast Roll Bacon, egg, cheese & glazed onions with garnish. Served with fries.	59
Sunridge Sunrise Breakfast 2 x eggs, bacon, beef sausage, potato rosti, sautéed mushrooms, toast & preserves.	69
Steak, Egg & Fries 200g Prime beef flame-grilled steak topped with a fried egg, served with fries & braised onions.	125

BEVERAGES

Coffee	22
Hot Chocolate	24
Cappuccino	24
Cafe Latte	24
Ceylon Tea	21
Rooibos Tea	21
Juice Orange / Mango / Cranberry	19

A pond of good food & great vibes

Baskets | Bites | Platters | Burgers | Seafood | Steaks | Wine | Cocktails | Spirits

041 492 3700 • SUNRIDGE VILLAGE, KRAGGA KAMMA ROAD, SUNRIDGE PARK

www.deswan.co.za