

FAKKEL-FLITSE

Weeklikse nuusflitse vir 'n ingeligte Framesby-familie!



UITGawe 275 · 12 AUGUSTUS 2022

Kontakbesonderhede: mediasentrum@framesby.co.za

DRIE NETBALSPANNE BY SA SKOLE KAMPIOENSKAPPE EN VIERDE NETBALSPAN OP PAD!!

SA SKOLE KAMPIOENSKAPPE

Die o/14, o/16 en o/17 spanne het op Donderdag 4 Augustus om 23:00 vertrek na Boksburg om aan die SA Skole Kampioenskappe wat by Hoërskool EG Jansen plaasgevind het deel te neem.

Die room het daar gespeel en Framesby was die enigste skool van wie al drie ouderdomsgroepe deelgeneem het. Lets waarop ons kan trots wees.

Framesby spanne het altesaam 12 wedstryde gespeel, 5 wen en 7 verloor.

Hul eindig elkeen 3de in hul groep en kwalifiseer ongelukkig nie vir die uitspeelronedes nie aangesien slegs die top twee deurgegaan het. Dit was 'n ongelooflike ervaring vir die dogters en afrigters.

SA Skole Kampioenskappe 2022 uitslae:
0/14 wen 2 van 4 wedstryde
0/16 wen 2 van 4 wedstryde
0/17 wen 1 van 4 wedstryde

Knap gedaan dogters.
Framesby is trots op julle.



0.17 A



0.16 A



0.14 A

KAY MOTSEPE NETBAL KAMPIOENSKAPPE

Die 0.15A-netbalspan gaan aan die nasionale Kay Motsepe netbal-kampioenskappe in Magaliesburg, by Hoërskool Bekker, vanaf 18-20 Augustus, deelneem. Sterkte aan die spelers en afrigters. Framesby is trots op julle.



0.15 A

VERJAARSDAE DIE WEEK

SATERDAG · 13 AUGUSTUS

Marcelle Mostert
Leon Scheepers
Denise van der Spuy
Dian Mostert

SONDAG · 14 AUGUSTUS

Mnr. C. van Niekerk
Danialle Rabie
Regardt Coetsee

MAANDAG · 15 AUGUSTUS

DINSDAG · 16 AUGUSTUS
Lenay van der Watt
Tehné Strydom
Zander Swanepoel

WOENSDAG · 17 AUGUSTUS

Maxine van Rooyen
Mianke Strydom

DONDERDAG · 18 AUGUSTUS

Tiaan Nortje
Marli Adendorff
Tiaan Labuschagne
Lucouw Oosthuizen
Juan le Vack

VRYDAG · 19 AUGUSTUS

Stefan Scholtz
Avelin Thompson
Ilke Wolmarans

DAGBOEK DIE DATUMS

26, 27 AUGUSTUS 2022

Oudskoliere samekoms in PE.
Interskole teen Nico Malan

10 SEPTEMBER 2022

Oudskoliere samekoms in Pretoria

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

UIT DIE HOOF SE KANTOOR

Beste Ouers

Ek haal Matteus 18 vers 3 aan: "Dit verseker Ek julle: As julle nie verander en soos kindertjies word nie, sal julle beslis nie in die koninkryk van die hemel kom nie". Mag ons weer in kinderlike geloof na Hom toe gaan.

Ouers, ek wil graag die volgende belangrike punte vir u uitlig:

A) BOELIEGEDRAG ONDER LEERDERS

Daar was die afgelope week weer verskeie leerders wat by boelieggedrag betrokke was. Ouers, hierdie gedrag kan nie geduld word nie.

Ouers, ek doen 'n beroep op u, om u leerders korrek op te voed rondom gedrag teenoor ander leerders

HS Framesby het met 'n program van inklusiwiteit begin en eerste gesprekke het al plaasgevind. HS Framesby doen alles van hul kant om ons leerders korrek op te voed, maar dit begin ongelukkig by die ouerhuis.

B) SIELKUNDIGE/BERADINGS-DIENSTE

Hierdie diens word nie meer deur die skool hanteer nie. Ouers, indien u van hierdie funksie wil gebruik maak, moet u dit in u eie hoedanigheid hanteer, hetsy met maatskaplike dienste of privaat. Ons sal u op hoogte hou deur middel van ons graadhoofde indien ons 'n probleem met u leerder bespeur.

Hierdeur versterk ons dan die beginsel van privaatheid met betrekking tot u leerder.

Die volgende moontlikhede vir sielkundige en psigiatriese verwysings teen geen onkoste is beskikbaar:

Revive – 041 373 8882/3

FAMSA – 041 585 9393

NMU Sielkunde kliniek (UCLIN) – 041 504 2354

Provinsiale Hospitaal Psigiatriese Kliniek – 041 373 0041

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) SEPTEMBER VOORBEREIDINGSEKSAMEN GRAAD 12

Aangeheg die FINALE September Voorbereidings-eksamenrooster vir die Graad 12's.

Hierdie rooster het leerders alreeds ontvang en ek doen 'n beroep op die Graad 12 ouers om toe te sien dat leerders hulself goed voorberei vir die komende eksamen.

E) NOVEMBER EKSAMENROOSTER GRAAD 12

Aangeheg die FINALE November-eksamenrooster vir die Graad 12's.

F) TOERISME GRAAD 10/11

Die PAT-Toerisme, wat deur die Departement van Basiese Onderwys gereguleer word vir Graad 10 en 11, sal plaasvind op 22 en 23 Augustus 2022. Dit vind elke dag vanaf 09:00 tot 13:00 in die saal plaas. Die leerders word vooraf deur hul vakonderwyser opgelei om dit so goed moontlik te voltooi. Geen toerisme leerders in Graad 10/11 kan op hierdie dae afwesig wees nie. Leerders woon voor en na die skryf-sessies gewone klasse by.

G) VAKKEUSES GRAAD 9

Dit is weer die tyd van die jaar waar leerders hul vakke vir 2023 vir graad 10 moet kies. Daarom is dit belangrik dat ouers en leerders goeie gesprekke en huiswerk oor beroepsgeleenthede moet doen.



Die Skole Ondersteuningsnetwerk bied hulp in die vorm van video's wat beskikbaar gestel word. Volg die onderstaande skakel om verdere kennis op te doen.

Kies slim, klik hier: <https://jeug.solidariteit.co.za/>

Framesby se vakkeuse oueraand is vroeg in Septembermaand.

H) TOETSE – 15 AUGUSTUS TOT 19 AUGUSTUS

Maandag 15 Augustus Wiskunde Graad 8 – 12/WG Graad 10 – 12

Dinsdag 16 Augustus LW Graad 12 en FW Graad 11

Vrydag 19 Augustus Geografie Graad 12

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

KATIE SWEM 'N PLEK IN SA SPAN LOS

Baie geluk aan Katie Horne wat gekies is vir die SA Ope Waterspan wat in September 2022 aan die FINA wêreldkampioenskappe gaan deelneem. Hierdie kampioenskappe word in Seychelles gehou.

Framesby is ongelooflik trots op jou. Ons sien uit om te sien wat jy by die wêreldkampioenskappe gaan maak. Jy maak jou skool, provinsie en land baie trots.



LANDSDIENS PAK LADY SLIPPER AAN

Framesby-leerders stap teen Lady Slipper uit. 24 Landsdiens-lede en 4 volwassenes het op Maandag, 8 Augustus, die Lady Slipper uitgeklim asook oor die Van Stadens Gorge treinbrug gestap! Die leerders het dit vreeslik geniet.



ZANI SPOG MET 50 WEDSTRYDE

Baie geluk aan Zani Vlok wat al 50 wedstryde vir die eerste hokkiespan gespeel het. Knap gedaan!



EVOLVE TENNIS AKADEMIE SLUIT BY FRAMESBY AAN

Ons is baie opgewonde om die volgende nuus met u te deel. Evolve Tennis Academy sluit vanaf 1 Oktober 2022 by Framesby aan. Ons wil Framesby tennis na nog hoër hoogtes neem en is opgewonde oor die volgende fase. Danie van Zyl sal agter die hoofstuur wees met Wilanie Van Zyl en Ruaan Welgemoed wat ook met die afrigting gaan help.



Danie van Zyl



Wilanie Van Zyl



Ruaan Welgemoed

EVOLVE TENNIS AKADEMIE

BEGIN I OKTOBER 2022 BY FRAMESBY

Evolve Tennis Academy ("Evolve") was founded by Danie van Zyl in 2021. Danie has been a tennis coach for the past 14 years. Some of his career highlights are the following:

Working as head coach for High Performance Tennis Academy (HPTA)

Acting as Killarney Country Club tennis director

Founding 40 Love Tennis Academy

Passion is the beating heart of Evolve. Coupled with a combined 20+ years' experience in tennis coaching (10 of those years at Pro ITF qualification level), Evolve is well-equipped to deliver structured individual and group programmes to improve players' skills, emphasising tennis etiquette and sportsmanship, while providing an enjoyable atmosphere. Our working environment is positive and our energetic reputation speaks for itself.

Evolve operates from the well-maintained Jan Celliers (Parkwood) and Glenhazel tennis venues on a full-time basis. All coaches are fully qualified, and SATA registered. We deliver fully structured and revitalised tennis programmes to clients, including individual, semi-private and group lessons, teddy tennis, clinics, tournaments, leagues, social and so much more.

Our vision

We aim to inspire and encourage players to evolve in their game and be the best they can be. The Evolve motto is: "Every player can optimise his or her abilities!"

Our mission

Our goal is to provide professional coaching whilst nurturing tennis players' individual talents in a safe, enjoyable and supportive environment. Our vision and mission reflect our core values: integrity and excellence, professionalism, care, fun and progress.



www.evovetennis.co.za



Centre Management:
041 360 9442



Kragga Kamma Road,
Sunridge Park



GENERATED POWER 24/7



EVOLVE
TENNIS ACADEMY

EVOLVE TENNIS ACADEMY@ FRAMESBY HOERSKOOL

OKTOBER 2022

TENNIS COACHING

Kontak: Danie Van Zyl
danie@evolvetennis.co.za/0732986616
vir meer inligting
Webwerf: www.evolvetennis.co.za

VAN 1 OKTOBER 2022

"Life is like riding a bicycle, it's impossible to maintain your balance while standing still"



HANDHAAF EN BOU

ATKV-SWEEPSLAG BIED DOGTERSTEE AAN

Die ATKV-Sweepsdag het op 9 Augustus 2022 'n wonderlike dogterstee aangebied. Ons graad 11-meisies en hulle ma's is geïnspireer deur die gasspreker Linda Le Roux wat 'n motiveringstoespraak gelewer het. Die dogters was in hul beste "Bridgerton" – rokke geklee en het aan 'n verskeidenheid lekkernye gesmul. Dit was definitief 'n dag vol wonderlike herinneringe wat hul nog lank gaan bybly.



MNR EN MEJ FRAMESBY SPOGGELEENTHEID

Die gees in Framesby is definitief aansteeklik. Dit was duidelik sigbaar toe meer as 600 mense die saal se dak tydens vanjaar se Meneer en Mejuffrou Framesby, byna gelig het.

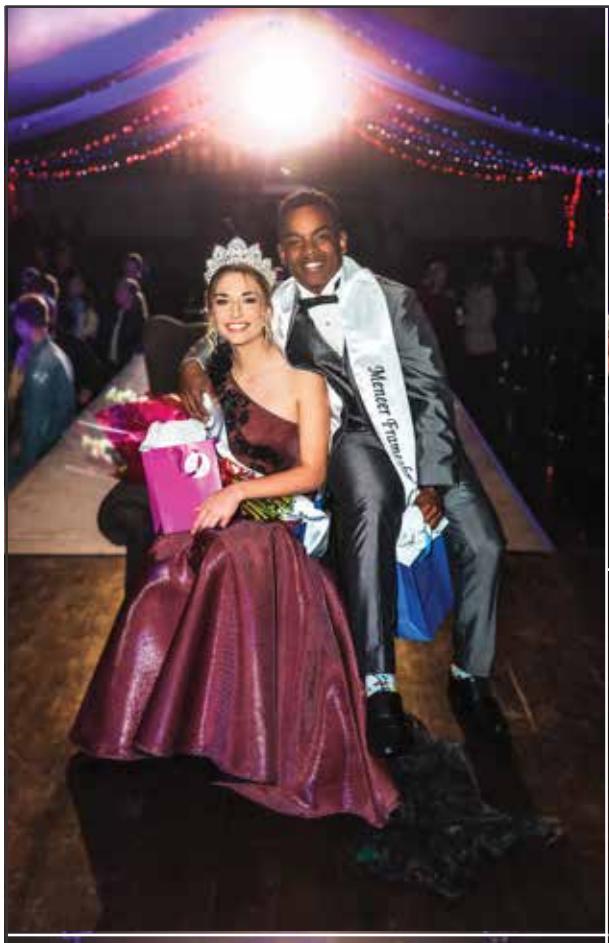
Van die begin af het daar groot opgewondenheid oor die geleentheid onder die graad 12's geheers. Met byna 80 inskrywings het die graad 12's gewys dat hulle reg is vir hierdie uitdaging. Die res van die skool het hulle ondersteun het en die kaartjies TWEE keer uitverkoop is! Die 30 finaliste is deur 'n paneel van beoordelaars gekies wat kort onderhoude met hulle gevoer het. Ons bedank graag Henry Benn, Annelie Dirker, Tiffini Claasen, Marius Crous en Dirk Moggee wat ons kinders kom leer ken en ondersteun het.

Die aankondiging van die finaliste het die kinders aan die praat gehad. Met die aanvang van die derde kwartaal het hulle saans laat geoefen om 'n goeie vertoning te lewer. Dit was 'n ongelooflike ervaring en die kinders het hulself goed van hul taak gekwy. Daar het 'n goeie gees onder hulle geheers.

Die geleentheid was 'n reuse sukses en die gehoor het gesorg vir die mooiste en grootste glimlagte op die 30 finaliste se gesigte. Ons beoordelaars vir die aand, Riette Gerber, Kobie Potgieter, Johan Wolmarans, Micaela Scholtz en Aidan Tuohy het toegesien dat die kinders nie net 'n positiewe beeld van Framesby oordra nie, maar ook bewys dat hulle die waardes van die skool in hul vraag-en-antwoord-sessie uitleef.

Tydens die beplanning van hierdie geleentheid het ons gesien hoe die leerders, onderwysers, ouers en mense in ons gemeenskap altyd bereid sal wees om te help en ondersteuning te bied. Dit was 'n wonderlike ervaring en ons kan nie wag om volgende jaar nog groter te gaan nie!





BEDANKINGS: MNR EN MEJ FRAMESBY 2022

Ons wil graag die volgende mense en besighede vir hul bydrae bedank: Gail Brown van Sophisticate Models wat vir elke meisie in die top 3 'n modelkontrak geborg het sodat hulle die modelwêreld kan betree en iets nuuts kan ervaar. Mejuffrou Framesby het 'n kontrak van twaalf maande gewen, terwyl die 1ste Prinses 'n kontrak van ses maande en die 2de prinses 'n kontrak van drie maande ontvang het.

Extreme models and Beauty wat twee fotosessies vir Meneer en Mejuffrou Fotogenies geborg het.

Aidan Ross van Sable Ridge Group wat vir Meneer en Mejuffrou Framesby elkeen 'n geskenkbewys geborg het vir 'n naweek saam met hul gesinne by die Charihindra Game Lodge.

Llewellyn Barnard vir die volgende inskrywingsgeleenthede:

*Miss Grand Supreme Eastern Cape Sponsored Entry x Mej Persoonlikheid *Miss Grand Supreme Eastern Cape Sponsored Entry x Mej Fotogenies *Top Ramp Model Sponsored Entry x die meisies in die top 3 *Matriekafskeidrok wat deur Designer Elegant Ivy by Yvette vir Mejuffrou Framesby geborg word *Parfuum

Die volgende fotograwe het die top 10-pryswenners met foto-sessies bederf:

Deon Ferreira, Mauritz Kruger Photography, Jaric Swart en Annika Photography

Die besighede wat gaan omsien na ons pragtige meisies se hare en naels:

- *In-style Hair Salon
- *Don&Leo Hair
- *Riandy Marais
- *Beauty Bubble
- *Ultimate Stylists
- *Unity's Beauty Salon
- *Crimson Waves
- *Edon Scanlan
- *Nu-Me Hair by Tammy
- *Beauty & Co
- *Hair Creations
- *Dean by Hair and Beauty
- *Hair by Karlien
- *Natasha @ Millionairs

En ook

*Grundling Orthocare & Wellness wat die top 3-meisies elk met 'n gesigsbehandeling gaan bederf.

Daar is ook heelwat bederfies vir die leerders in die vorm van geskenkbewyse vir:

- *Ete by Sacramento Restaurant
- *Ete by De Swan Restaurant
- *Ete by Jack's Bagels Lorraine
- *Parfuum van You're Beautiful Perfume Distributors *Saamrygeleentheid na die matriekafskeid van Meneer D. Barnard in een van sy antieke spogmotors *Baywest-geskenkbewyse

Die leerders het hard gewerk om prysen en geskenkbewyse vir die geleentheid in te samel en ons wil elke ouer, tannie, oom en onderwyser bedank wat tot hierdie ongelooflike prysen bygedra het.

UITSLAE VIR DIE WEEK:

Muurbal:

1ste verloor teen ETC 9 – 8
2de wen teen ETC 12 – 6
4de wen teen VP 8 – 7

Hokkie vs St. Dominic's:

14 A Dogters wen 4 – 0
16 A Dogters wen 3 – 1
1ste Dogters wen 3 – 0
2de Seuns verloor 2 – 1
1ste Seuns verloor 4 – 0



Centre Management:
041 360 9442



Kragga Kamma Road,
Sunridge Park



GENERATED POWER 24/7

PUIK MUSIEKPRESTASIES BY PEARSON MUSIEKFEES

Puik musiekprestasies by Pearson Praeludium.

'n Aantal leerders het die week van 1-5 Augustus aan Hoërskool Pearson se musiekfees, genaamd Pearson Praeludium, deelgeneem. Leerders kon as solis of as deel van 'n ensemble vir verskillende klassieke style inskryf. Die Framesby-deelnemers het hulself uitstekend van hul taak gekwyf, en die volgende prestasies is behaal:

Dubbelgoud:

Rico Viljoen – klassieke kitaar, graad 6 modern

Jude Lawack – klavier, graad 7 modern

Luka Bessinger – eufonium, graad 6 modern

Goud:

Leander Terblanche – saksofoon, graad 6 Romanties

Elmien Hartslief – dwarsfluit, graad 5 Klassiek

Luhann Sprong – dwarsfluit, graad 3 modern

Natasha Labuschagne – bastromboon, graad 6 modern

Melodie Steyl & Jenske van der Merwe – klavierduet

Wiehahn de Lange – klavier, graad 7 Barok

Marie-Louise Strydom – dwarsfluit, graad 3 modern

Marie-Louise Strydom – klavier, graad 3 modern

Liana Serfontein – sang, graad 5 Barok

Silwer:

Emma Olivier – dwarsfluit, graad 3 modern

Katie Horne – saksofoon, graad 4 modern

Jaco Strydom – tromboon, graad 4 modern

Matthys Potgieter – klavier, graad 2 Romanties

Baie geluk aan al hierdie leerders! Om 'n musiekinstrument te bespeel vereis baie ure se alleen oefen. Gevolglik is selfdissipline en deursettingsvermoë baie belangrik. Ons is trots op elkeen van julle.



IDELETE HORAK KOM BESOEK KUNSLEERDERS

Idelette Horak, 'n plaaslike keramiekkunstenaar het ons kunsklub laas Donderdag bietjie kom besoek.





Leerders kan gratis boeke en dvd's uitneem!
Leerders mag ook die rekenaars gebruik om navorsing te doen.

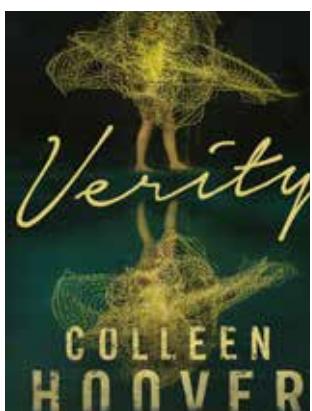


Leerders kan tussen pauzes of na skool huiswerk in die Mediasentrum kom doen.

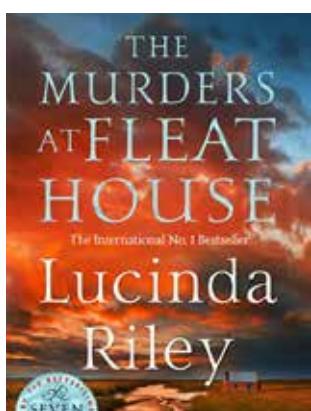
Kom rol ou vraestelle af, maak fotostate, druk jou taak in kleur uit. Ons verkoop ook die volgende: gekleurde karton, taakomslae, flipfilesakkies en soveel meer!



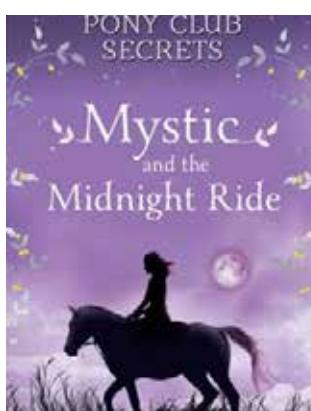
NUWE BOEKЕ IN DIE MEDIASENTRUM



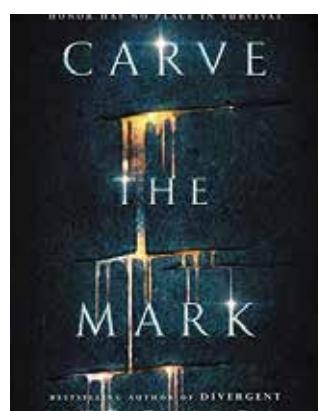
VERITY



THE MURDERS OF
FLEAT HOUSE



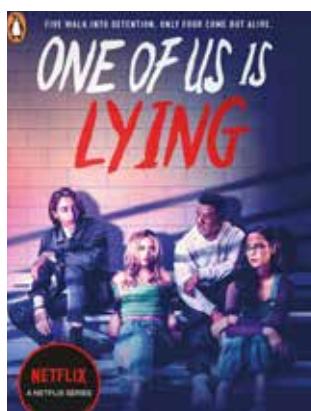
MYSTIC AND THE
MIDNIGHT RIDE



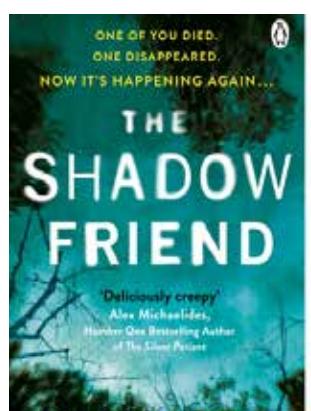
CARVE THE MARK



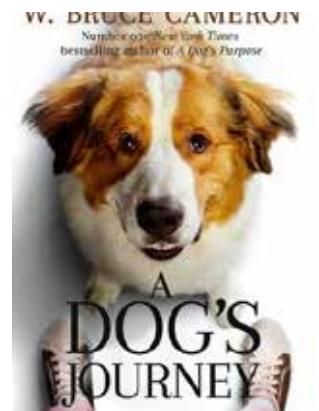
HOEVEEL
TANDE HET
'N ENGEL?
JAN VERMEULEN



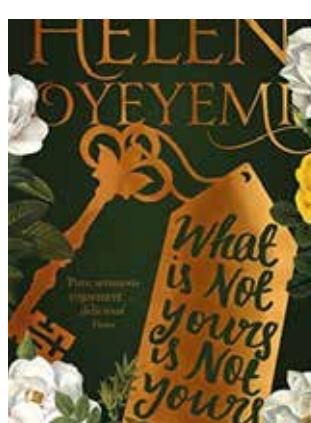
ONE OF US IS LYING



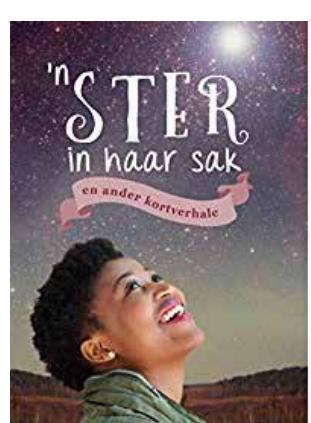
THE SHADOW FRIEND



A DOG'S JOURNEY



WHAT IS NOT YOURS
IS NOT YOURS



'N STER IN HAAR SAK

Ramble Rugsak

R 650 BESKIKBAAR IN DIE HANGER.

KWALITEIT

GEWAARBORGDE PRODUK



SKOOLWAPEN GEBORDUUR

DUURSAAM

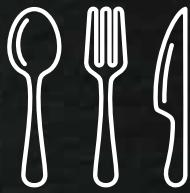
PLEK VIR NAAMPLAATJIE

SYKOUSE WEER IN VOORRAAD

Silky Shine Blackmail teen R45

Lycra Opaques Navy teen R50





DIE KOSBLIK

MIDDAGETES TEEN R27

Beskikbaar tweede pose en na skool slegs op bestelling

Week 5

MAANDAG

Chicken A la King served with Rice and salad

DINSDAG

Grilled Hake served with Baby Potato's and salad

WOENSDAG

Roasted Chicken Thigh served with Mash potato's and Veg

DONDERDAG

Butter Chicken served with Rice and sambals

VRYDAG

Pizza with Ham & Mushroom topped the cheese

VIR BESTELLINGS:

DIANNE: 071 571 3648

E-POS: WSPE.FRAMESBYHS@EMPACTGROUP.CO.ZA

FRAMESBY OUDSKOLIERE



ONS GESELS MET: KATRI BRANDON (NÉE VENTER)



Katri Brandon

Hello Framesby-mense en Gemeenskap !

Toe Mariné my vra om iets oor my te skryf, was my antwoord – “o genade” so ek gooi maar die Engels hier en daar in – ek weet regtig nie wie stel belang in ‘n 1982 skolier nie – maar daar is soveel mense in PE en die gemeenskap vir wie ek so lief is – so here is my story in a really tiny nutshell.

Ek het in 1982 matrikuleer – dit is 40 jaar gelede. Goeie genade, aan die een kant voel dit asof ek vele lewens gelewe het van matriek af tot nou, en aan die ander kant voel ek nie eens 40 jaar oud nie!

Ek het skool geniet, baie geniet – van Sub A tot matriek – ek dink nie daar was ‘n dag wat ek nie geniet het nie (behalwe die matriekeksamen). Die lag in elke dag, die deel tussen maats, die onderwysers, die vakke, die sport, die kulturele aspekte – there was just never a dull moment.

Ek was lief vir my vriende, lief vir my onderwysers, lief vir my prestasies en het nooit gevoel daar is ‘n chip op my skouer nie, want alles wat ek gedoen het en gekies het, was gedoen uit absolute

vreugde.

Ek weet daar is mense wat die skool ervaar het as 'n instelling van onderdrukking, 'n beperkte perspektief op die lewe. 'n Outoriteit wat se waardes of goedkeurings nie hulle menswees ondersteun het nie. Hulle bevryding was om net klaar te maak met matriek en weg te vlieg.

Maar as ek terugkyk, kan ek net sê die skool definieer jou glad nie. Dit gee jou 'n grondslag van waar jy jou keuses in die lewe begin launch, want alhoewel jy keuses op skool het – face it – jou vryheid van keuse is nou maar eens beperk, en die verwagting om in te pas tussen skoolouers en dies meer word onderskryf. Maar jou tyd om jou eie keuses te maak, kom stadig maar seker nader. So moenie bekommerd wees nie. Waardeer dié jare. Hulle bly jou vir altyd by.

En hier staan ons groep van 1982. Ons lei lewens met beroepe, eie besighede, huwelik(e), kinders, huise, immigrasie, winste, verliese en so meer– vol lewens, lewens van vreugde en pyn – en ons kyk terug na daardie paar jare met deernis. Dit is so 'n klein deel van jou lewe.

Ek onthou my kyse, die ouens wat my tas gedra het, briefies by my fiets gelos het, die totale openhartige vertroue tussen vriende – die argumente – die ongelooflike diep ontdekking van jou eie menswees en die van jou nabyste .

Dit was alles net totaal en al kosbaar.

Ek was een van die "geeks" wat vele leierskapsposisies beklee het en tog met opregte trots my ere-baadjie gedra het, maar ek was ook altyd doodnuuskierig oor die "stout" groep. Die wat stokkies draai en daarmee wegkom. Die wat agter die mure gaan rook het, die 50's motorfietse gery het (geeks stap of ry fiets of ma kom haal). Hulle rebelsheid het my altyd fassineer – maar dit was nie my paadjie nie – ek het gehou van die reëls.

Na skool wou ek eintlik net gaan jol het. Ek het gewonder hoe dit voel om reëls te breek!

Stellenbosch was my keuse – maar na 1 jaar daar het ek van kursus verander – BSc was nie my ding nie en paddas slag het my en die prof gedurig in mekaar se hare gehad. Toe skuif ek terug PE toe and doen 'n BA Bedryfsielkundegraad. Ek het nog steeds jol hoog op die prioriteitslys gehad. Na my graad het ek begin werk en 'n nagraadse studie in Besigheid Praktyk gedoen, maar na soveel jare van swot en met 'n gebreekte hart pak ek toe my tasse Londen toe. Toe vat ek jol na 'n heel ander vlak toe, ontdek Londen, Nederland, Griekeland, Wallis en Amerika. Dit was wonderlik. Ek het daar verlief geraak teruggekom SA toe en getrou. 'n Huwelik wat my die wonderlikste kinders gegee het. My hele lewe het verengels vandat ek in England gewoon het. Ek het vir lank in Durban (daar is dalk 2 Afrikaanse mense in Durban) gewoon en toe my huwelik op die rotse beland het, en ek uit mekaar geväl het, pak ek my huis honde en kinders op en trek Kaap toe. En vir die eerste maal hoor my kinders, Afrikaanse musiek, ontmoet Afrikaanse mense. Alhoewel my hele lewe verengels het was dit 'n ervaring om weer in 'n Afrikaanse kultuur te wees en te sien hoe my kinders hulle balans tussen die twee wêrelde vind. Ek het na 'n paar jaar in Personeel Werwing my eie besigheid begin en geniet elke oomblik daarvan.

En natuurlik is ons nou maar op die ouderdom wat kinders begin nes uit vlieg. Ek het nooit weer getrou nie, maar besluit toe om 'n huis op die strand te koop. Daar praat ek en God die hele tyd oor alles. Ek sien die son opkom en ondergaan – en weereens is my lewe met soveel vreugde gevul .

Ek het partykeer gedink – ek wil miskien met die matrieks kom gesels. Hulle net in die oë kyk en 'n bietjie wysheid deel wat nie van 'n onderwyser, of 'n ouer of 'n dominee af kom nie. Dit is wat ek vir hulle sal sê – en nou moet ek maar Engels toe swaai:

Always make it the most important thing in your life to know your Truth.

Life is meant to be filled with Joy – that is how you experience the Essence of God – to overflow with Joy is to overflow with Appreciation – and yes – take it from the biggest optimist– Life passes faster than you will ever believe at the age of 18.

Don't let go of the hands that love you – yet never ever compromise on being who you are
Love life – love your life.

KATRI BRANDON (Venter)



**KAARTJIES:
R75 P/DAG
R100 NAWEEK**



Moet dit nie misloop nie!



KOOP 'N KAARTJIE OM TOEGANG TE KRY TOT DIE OUDSKOLIERE-MARKIESTENT!

26, 27 AUGUSTUS 2022

OUDSKOLIERE-NAWEEK

INTERSKOLE-NAWEEK TEEN NICO MALAN

VRYDAG: 16:00 - 22:00

SATERDAG: 07:00 - 22:00

VIR NAVRAE EN BESPREKINGS: CLINT GARBERS CGARBERS@FRAMESBY.CO.ZA

KAARTJIES SAL TE KOOP WEES TOT WOENSDAG, 24 AUGUSTUS 2022

KOOP 'N KAARTJIE OM TOEGANG TE KRY TOT DIE OUDSKOLIERE-MARKIESTENT!

26, 27 AUGUSTUS 2022

OUDSKOLIERE-NAWEEK

INTERSKOLE-NAWEEK TEEN NICO MALAN

26, 27 AUGUSTUS 2022 INTERSKOLE CLASSIC CLASHES TEEN NICO MALAN

Ons nooi alle oudskoliere uit om die naweek (Vrydag en Saterdag) saam met ons te kom spandeer en al ons sportspanne te kom ondersteun met ons interskole teen Nico Malan. Daar word spesiaal 'n markiestent vir ons oudskoliere agter die rugbypale opgeslaan.

Maak seker jy koop jou kaartjie voor Woensdag, 24 Augustus 2022. Kaartjieverkope beloop R75 per dag of R100 vir 'n naweekkaartjie. Die tent sal Vrydag vanaf 16:00 tot 22:00 en Saterdag vanaf 07:00 – 22:00 oop wees. Alkoholiese verversings is reeds Vrydag om 16:00 beskikbaar in die markiestent en sal Saterdag, na 13:30 in die tent beskikbaar wees. Geen alkoholiese verversings sal buite die tent toegelaat word nie.

BANKING DETAILS:

ACCOUNT NAME: DIE HOËRSKOOL FRAMESBY OPVOEDKUNDIGE TRUST

BANK: FNB

ACCOUNT TYPE: CHEQUE ACCOUNT

ACCOUNT NUMBER: 62747500983

BRANCH CODE: 210517

REFERENCE: NM.VORLETTTER.VAN

AMOUNT: R75 VRYDAG OF SATERDAG

R100 VIR NAWEEK-TOEGANG

bv: NM.C.Garbers

**geen spasies.*

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 selfoonnombmer/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.

OUDSKOLIERE SAMEKOMS:

10 SEPTEMBER 2022
18:30 VIR 19:00

BESPREEK JOU PLEK
VOOR 30 AUGUSTUS 2022

HOËRSKOOL FRAMESBY
OUDSKOLIERE
samekoms
IN PRETORIA!

KOM KUIER SAAM MET DIE SKOOLHOOF EN BEMARKERS
BY AFFIES IN DIE 1920 RESTAURANT.

R200 PER PERSOON
SLUIT IN KOS EN DRANK

VIR ENIGE NAVRAE EN BESPREKINGS:
[MEDIASENTRUM@FRAMESBY.CO.ZA](mailto:mediasentrum@framesby.co.za)

Framesby se toekoms is blou en goud!



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 duplike op
ons sisteem stoor.**



Centre Management:
041 360 9442



Kragga Kamma Road,
Sunridge Park



GENERATED POWER 24/7



Die impak van beurtkrag op die Suid-Afrikaanse ekonomie en jou korttermynversekering

Eskom se tekorte aan opwekkingsvermoë die afgelope maand het tot die ergste beurtkrag sedert 2019 gelei. Binne 'n enkele week het fase 6-beurtkrag die land se ekonomie groot skade berokken, met 'n verlies van meer as R4 miljard aan BBP vir elke dag wat dit voortgeduur het, volgens die *Mail & Guardian*.

Wat beurtkrag plus huidige dieselpryse die Suid-Afrikaanse ekonomie kos

'n Onlangse studie deur die Wetenskaplike en Nywerheidnavorsingsraad (WNNR) het bevind dat die verlies aan produksie weens beurtkrag die Suid-Afrikaanse ekonomie R700 miljoen per beurtkragfase per dag kos, en PricewaterhouseCoopers (PwC) raam dat dit "die nasie ongeveer 3% aan reële BBP-groei gekos het in 2021". Die hoër koste van internasionale dieselpryse het ook 'n impak op Eskom, wat sy oopsiklus-gasturbines aan die gang moet hou om te sorg dat kragstasies behoorlik funksioneer. Op grond van 2021 se data en die huidige dieselpryse, word Suid-Afrika deur bykomende koste ten bedrae van R15 miljard in die gesig gestaar, volgens die WNNR. Eskom het sedert begin Januarie 2022 sowat R5.3 miljard aan diesel bestee, teenoor die begrote R2 miljard. Volgens EWN sukel die kragvoorsieder met skuld van meer as R400 miljard te midde van infrastruktuur-uitdagings. Boonop het die maatskappy, ná sy instemming tot die looneise met die onwettige staking, aangedui dat hy nog R1 miljard nodig gaan hê om die ooreenkoms van 'n 7%-verhoging en 'n ekstra R400 behuisingsstoelae te befonds.

Wat is die impak van alternatiewe kragtoevoer?

Kundiges sê die vinnige ontplooiing van kleinskaalse son- en windkragstelsels kan Eskom se las verlig. "Op grond van statistieke van Suid-Afrika se middelklas en welvarender sektore, kan tot 'n miljoen huishoudings gemiddeld 600W sonkrag installeer. Dit voeg die ekwivalent van 600MW by die netwerk. Dan kan instellings ook deelneem. 'n Halfmiljoen klein ondernemings kan potensieel nog 1kW sonkrag elk byvoeg, wat neerkom op 500MW ekstra," aldus die *Mail & Guardian*.

Die voorspelling is dat beurtkrag nog vir die afsienbare toekoms gaan voortduur, en baie van ons sal alternatiewe kragtoevoer oorweeg om hierdie tekorte onafhanklik aan te vul.

Daar is 'n wye keuse van produkte op die mark

Dit is belangrik om seker te maak dat jou gekose produk SABS-goedgekeur is en 'n waarborg het. Alternatiewe kragtoevoerstelsels is duur. Maak dus seker dat die versekerde bedrag groot genoeg is, om te verhoed dat eweredigheid toegepas word in die geval van 'n eis.

Jou korttermynversekering: Belangrike oorwegings wanneer jy alternatiewe kragtoevoer installeer

Laat weet jou versekeringsmaatskappy van enige installerings. Dit sal verseker dat die polis genoeg dekking vir jou stelsels verskaf. Gebruik geakkrediteerde elektrisiëns wanneer jy 'n alternatiewe kragtoevoerstelsel installeer. Met installering moet 'n nakomingsertifikaat deur die elektrisiën verskaf word. Die bewys van sertifisering sal in die eisstadium nodig wees om te voorkom dat die eis afgewys word.

Maak seker dat die toerusting korrek en in ooreenstemming met regulasies gebruik word, om die risiko te verlaag van ongelukke wat tot skade/brand kan lei wat die hele eiendom kan verwoes. Elke verlies word volgens meriete beoordeel, en alle polisse vereis dat die polishouer die regte installering, onderhoud en werking van toerusting verseker.

Verstaan jou polisbewoording en maak seker die toerusting is voldoende verseker

Kom in aanraking met jou korttermyn-versekeringsadviseur om seker te maak jou polisvoorwaardes word nagekom, en dat jy nie negatief geraak word wanneer jy eis nie.

Kommentaar verskaf deur Adriaan Pask, Beleggingshoof by PSG Wealth & Ros Schultz, PSG Tegniese Spesialis by PSG Insure.



*Het jy
die volgende?*



Klere



Linne



Meubels



Kombuisware



Elektriese toebehoere



Enige iets anders
wat in jou pad staan



*Jou weggooigoed
word 'n
reddingsboei!*

Skenk dit asseblief aan

ONS WINKEL
PE NEWTON PARK

Ons sit hierdie ware in kontant om en stig dan onder meer studiefondse vir behoeftige kinders om te gaan studeer, of wend dit aan om armoede te verlig.

WWW.ONSWINKEL.CO.ZA



Bennie Scholtz
084 703 6533
Madelane Scholtz
073 247 2330

**Nobilistraat 12
Newton Park, Port Elizabeth (Gqeberha)**

Emotional Wellness Centre

"You can discover more about a person in an hour of play, than in a year of conversation"



We've known sandtray therapy is powerful for years (since the 30's) but have only fairly recently realized WHY it's so powerful. We now can peek inside the brain with fMRI's and understand how our brain processes information. Information is processed first with pictures and THEN words and linguistics are attached to it. This makes sense if you think about it- we can process images WAY before we can words developmentally.

I bet if you think about, this still happens. Ever seen a picture that affected you a certain way in your body and mind but struggled to put it into words? That's because information is processed first with pictures and images in the right part of our brain and this information may never get moved to the left part of the brain (where words happen).

The right side of the brain is where all of our early trauma lies as well as our feelings and emotions. Seems like the right side of the brain is where the big meat of the therapy stuff lies doesn't it? AND - you get one other HUGE benefit- when you show me your world in the sand, I understand more about you and will then be able to help you get better faster.

I know, it may seem a bit kooky or weird but I promise it's all grounded in science. The next time you come see me, we will be in the sandtray. Here's my prediction you will realize all kinds of things that you didn't know were linked by doing a sandtray. It helps your brain work together better and also helps me a counsellor understand your world better so I can know how to guide you to get better faster.

So what do you think, are you willing to give it a try?

Counselling Services:

*Individual *Family *Trauma *Accidents *Death
*Anger Issues *Divorce *Anxiety *Self-esteem
*Learning Coping Techniques *Bullying *Group work

*Children 6 and Up, Teens and Adults
Afrikaans & English*

"Rediscover your emotional balance"

Emotional Wellness Centre
Marietjie Van Der Westhuizen
Registered Counsellor
"using Sandtray - Play Therapy"
marietjievdwesthuizen@gmail.com
0813704740



NORMA JEAN'S
HAIR, NAILS & BEAUTY
Sunridge Village

MATRIC *Farewell Package*

R1400

- Farewell Hairstyling trial
 - Glam Make Up trial
- Brow wax & tint (To be done on trial day)
 - Gel nails overlay or tips
 - Gel toes
- Hairstyling on the day
- Make Up on the day

T&C'S APPLY 041 360 2204