FAKKEL-FLITSE

Weeklikse nuusflitse vir 'n ingeligte Framesby-familie!

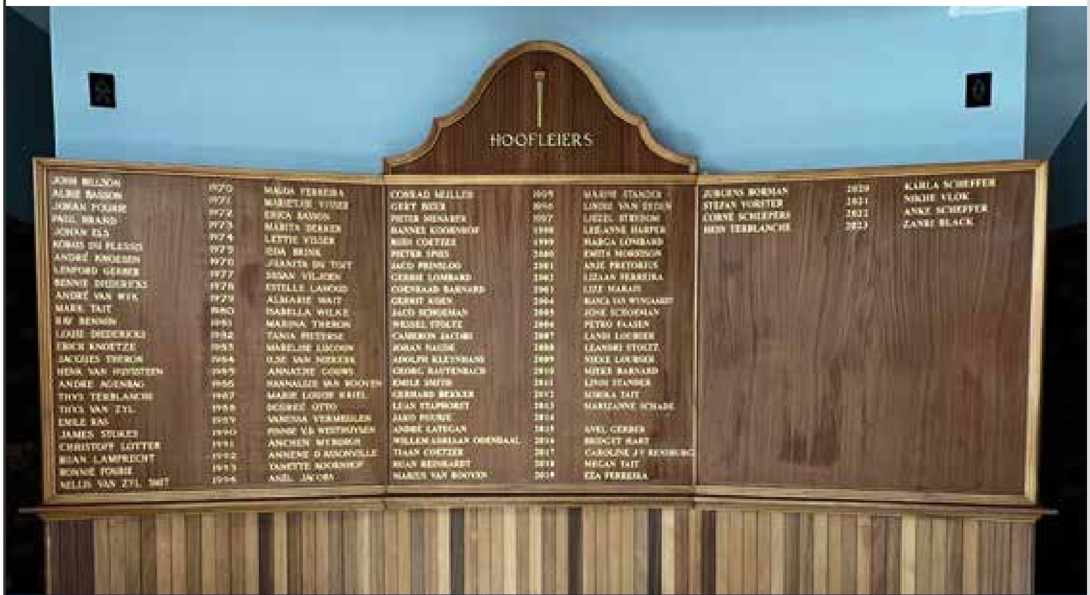
Hoërskool Framesby
HANDHAAF EN BOU

UITGAWE 279 · 9 SEPTEMBER 2022

Kontakbesonderhede: mediasentrum@framesby.co.za

EREBORDE WORD OPGEDATEER

Ons is tans besig om al ons ereborde in die saal en voorportaal op te dateer.



1STE TENNISSPAN BEHAAL TWEEDE PLEK!

Die 1ste tennisspan het die afgelope naweek aan die Wasserman-tennistoernooi deelgeneem. In die A-liga groep was 6 skole wat deelgeneem het. Framesby eindig algeheel 2de wat 'n baie goeie prestasie is, aangesien ons spelers baie jonk is.

Framesby wen Middelburg 35-29
Framesby wen Cradock 40-24
Framesby verloor teen Kingswoord 33-31
Framesby wen Union 37-27
Framesby verloor teen Burgersdorp 37-27

Choppies en Lize sowel as Chrisstian en Zandri wen 4 van hulle gemengde dubbels en speel 1 gelyk op. Eben en Mariscka wen 4 van hulle gemengde dubbels en verloor 1. Choppies en Chrisstian wen al hulle dubbels waar Eben en Jeanre/Hein 1 gelyk op en die res gewen het. Aan die einde van die toernooi is daar 'n prysuitdeling gehou. Eben Peens ontvang die toekenning vir die beste baanetiket. Framesby is baie trots op elkeen van julle wat julle beste gegee het.

VERJAARSDAE DIE WEEK

SATERDAG · 10 SEPTEMBER
Zander Minnie
Ethan Carr

SONDAG · 11 SEPTEMBER
Macallister Fortuin
Ruan Grigor

MAANDAG · 12 SEPTEMBER
Zandré Delport
Kelly Wait

DINSDAG · 13 SEPTEMBER
Zia Jansen

WOENSDAG · 14 SEPTEMBER
Mev. A. Gorgens
Bruzenne September
Danielle Siepker
Ciarra van Vuuren
Mickayla Klue
Anke Niemand
Kiandri Strydom

DONDERDAG · 15 SEPTEMBER
Schalk Strobel
Carike Marais
Zoerion Sampson
Liandi Jonker

VRYDAG · 16 SEPTEMBER
Rohané Brink
Zanri Black

DAGBOEK DIE DATUMS

10 SEPTEMBER 2022
Oudskoliere samekoms in Pretoria.

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

UIT DIE HOOF SE KANTOOR

Beste Ouers

Ek haal 1 Korintiërs 10 vers 24 aan: "'n Mens moet nie sy eie voordeel soek nie, maar dié van ander". Mag dit vir ons almal waar word in ons doen en late.

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

A) SEPTEMBER TOETSREEKS
Aangeheg is die toetsreeksrooster vir graad 8 tot 11.

Die volgende algemene reëlings geld tydens die toetsreeks:

Graad 8 – 9
- Gr. 8 tree by die C-blok aan.
- Gr. 8-leerders word 07:30 deur toesighouer na die skryflokaal geneem.
- Die skryfsessie begin om 08:00 en eindig volgens die lengte van die vraestel.
- Gr. 8's skryf in die volgende lokale: (gebruik Hek B)

8A	8B	8C	8D	8E	8F	8G	8H
C 1	C 2	C 3	C 4	C 5	C 6	C 7	C 8

- Gr. 9 tree by die A-blok aan.
- Gr.9-leerders word 07:30 deur toesighouer na die skryflokaal geneem.
- Die skryfsessie begin om 08:00 en eindig volgens die lengte van die vraestel.
- Gr. 9's skryf in die volgende lokale: (gebruik Hek B)

9A	9B	9C	9D	9E	9F	9G	9H
A 1	A 2	A 3	A 4	A 5	A 6	k 37	k 38

Graad 10-11
- Gr. 10- en 11-leerders tree vir die eerste skryfsessie om 07:30 by hul skryflokale aan.
- Skryftyd begin om 08:00 en eindig volgens die lengte van die vraestel.
- Vir die tweede skryfsessie tree die leerders om 11:00 aan.
- Skryftyd begin om 11:30 en eindig volgens die lengte van die vraestel.
- Leerders wat die tweede sessie ook skryf, kan die skoolterrein verlaat en moet betyds terug wees om 11:00 by hul skryflokaal aan te meld.
- Gr. 10-leerders skryf meestal in K. 1 – 8 en gr.11-leerders in K. 25 – 32 afhangende van die grootte van die groepe.
- Leerders gebruik Hek B.

Ons versoek ouers om toe te sien dat leerders hul goed voorberei vir die toetsreeks om teleurstelling te voorkom.

OUERS, DIE SKOOL SLUIT WOENSDAG, 14 SEPTEMBER 2022 OM 13:00 AS GEVOLG VAN DIE TOETSREEKS.

B) AFWESIGHEID VAN TOETSREEKS
Ouers, daar kan géén uitsonderings vir énige leerder rakende die toetsreeks gemaak word nie. Leerders skryf op die dae en datums soos op die toetsrooster aangedui. Ons kan nie die integriteit van die toetsreeks in gedrang bring nie.

Ek bring dit net weer onder u aandag: indien 'n leerder tydens die skryf van toetse en/of die toetsreeks afwesig is, moet 'n mediese sertifikaat/kliniekbrief ingedien word. Indien dit nie gebeur nie, ontvang 'n leerder 0 vir die betrokke vak.

C) SEPTEMBER-VOORBEREIDINGSEKSAMEN GRAAD 12
Aangeheg die oorblywende deel van die September Voorbereidings-eksamenrooster vir die Graad 12's.

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

D) NOVEMBER-EKSAMENROOSTER GRAAD 12
Aangeheg die FINALE November-eksamenrooster vir die Graad 12's.

E) 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.

F) KENNISGEWING VAN NOMINERING EN VERKIESING VAN BEHEERLIGGAAMLEDE
Aangeheg die kennisgewing van nominering en verkiesing vir 2 vakante beheerliggaamposte by HS Framesby. Mnr. M de Vries is aangestel as ons kiesbeampte.

G) FOTOJAARBLAD – FOTO'S
Ouers en leerders, neem asseblief kennis van die volgende fotodae-datums vir die neem van foto's vir die fotojaarblad:

Vrydag 16 September (09:15 tot 10:45)

Graad 8 en 9
Klasfoto's
Akademiese Top 20
Klasverteenwoordigers

Donderdag 22 September (09:00 tot 10:30)

0/14 en 0/15 Sportfoto's
Rugby
Krieket (seuns)
Hokkie (seuns en dogters)
Netbal
Junior atletiek (in skoolsweetpak)

Dinsdag 11 Oktober (normale skooltye)

Alle ander foto's van sport en kultuur, sowel as senior akademie en leierskap (Monitorbestuur en Klasverteenwoordigers).

Algemene reëlings:
Leerders moet die korrekte kleredrag soos benodig vir spesifieke aktiwiteit saambring.
Alle foto's wat in skooldrag geneem word, word in volle wintersdrag geneem.
Leerders wat nuut is of afwesig was tydens die individuele foto's, sal ook op 16 September en 11 Oktober afgeneem word.
Ouers moet asseblief kennis neem dat die skool op Vrydag 16 September (10:45) en Donderdag 22 September (10:30) eers na afloop van die foto's sal verdaag.

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

SEPTEMBER VOORBEREIDINGSEKSAMEN GRAAD 12
25 AUGUSTUS – 22 SEPTEMBER 2022

DAG EN DATUM	OGGENDSESSIE 09:00	MIDDAGSESSIE 14:00
WEEK 3		
Maandag 12 September	Wisk. V2 WG V2 3 h	RTT (CAT) V2 Teorie 3 h
Dinsdag 13 September	LW V2 2½ h	Afr. HT V3 3 h
Woensdag 14 September	Rekeningkunde V2 2 h	ENG HL P1 ENG FAL P1 2 h
Donderdag 15 September	Dramatiese Kunste 3 h	
Vrydag 16 September	FW (Fisika) V1 3 h	Toerisme 3 h
WEEK 4		
Maandag 19 September	FW (Chemie) V2 3 h	
Dinsdag 20 September	Geografie V2 3 h	Afr. HT V1 2 h
Woensdag 21 September		IGO V2 3 h
Donderdag 22 September	Verbruikerstudie 3 h	

NOVEMBER EKSAMEN GRAAD 12
25 OKTOBER – 5 DESEMBER 2022

DAG EN DATUM	OGGENDSESSIE 09:00	MIDDAGSESSIE 14:00
WEEK 1		
Dinsdag 25 Oktober	RTT (CAT) V1 Prakties 3 h	
Woensdag 26 Oktober	IT V1 Prakties 3 h	
Maandag 31 Oktober	ENG HL P1 ENG FAL P1 2 h	
Dinsdag 1 November		
Woensdag 2 November	Afr. HT V1 2 h	
Donderdag 3 November		IGO V1 3 h
Vrydag 4 November	Wisk. V1 WG V1 3 h	
WEEK 2		
Maandag 7 November	Wisk. V2 WG V2 3 h	
Dinsdag 8 November		
Woensdag 9 November		RTT (CAT) V2 Teorie 3 h
Donderdag 10 November		IT V2 Teorie 3 h
Vrydag 11 November	FW (Fisika) V1 3 h	
WEEK 3		
Maandag 14 November	FW (Chemie) V2 3 h	
Dinsdag 15 November	Geografie V1 3 h	
Woensdag 16 November	Rekeningkunde V1 2 h	IGO V2 3 h
Donderdag 17 November	Eng. HL P2 Eng. FAL P2 $2\frac{1}{2}$ h	
Vrydag 18 November	LW V1 $2\frac{1}{2}$ h	
WEEK 4		
Maandag 21 November	LW V2 $2\frac{1}{2}$ h	
Dinsdag 22 November		Geografie V2 3 h
Woensdag 23 November		BS V1 2 h

Donderdag 24 November	Afr. HT V2 2½ h	Toerisme 3 h
Vrydag 25 November	Rekeningkunde V2 2 h	

WEEK 5		
Maandag 28 November		
Dinsdag 29 November		BS V2 2 h
Woensdag 30 November	Eng. HL P3 3 h Eng. FAL P3 2½ h	
Donderdag 1 Desember	Verbruikerstudie 3 h	
Vrydag 2 Desember	Afr. HT V3 3 h	
WEEK 6		
Maandag 5 Desember	Musiek V1 Teorie 3 h	Musiek V2 Begrip 1½ h
Dinsdag 6 Desember	Drama 3 h	
Woensdag 7 Desember	RTT en IT Prakties 3 h (herskryf)	

TOETSREEKSROOSTER: 15-23 SEPTEMBER 2022 [GRAAD 8 TOT 11]

	Sessie	**15 Sept.**	**16 Sept.**	**19 Sept.**	**20 Sept.**	**21 Sept.**	**22 Sept.**	**23 Sept.**
gr. 8	**1**	EBW	ENG HL ENG FAL	WISK	LW	GESK	FW	AFR
	2							
gr. 9	**1**	LW	AFR	FW	GEO	WISK	EBW	ENG HL ENG FAL
	2							
gr. 10	**1**	IGO	VS MUSIEK	RTT	TOER	REK	WISK WG	FW
	2	GEO	LW	BS	AFR	DRAMA	LANDB	KUNS
gr. 11	**1**	TOER	REK	FW	WISK WG	VS	RTT	BS MUSIEK
	2	LW	LANDB DRAMA	AFR	IGO		GEO	

NOTAS:

ENGLISH HL en FAL (10 – 11) doen hul navorsingstaak/skryfstuk gedurende klasperiodes.

IT graad 10 - skryf hul kwartaaltoetse in klastyd:

- 8 Sept. Prakties
- 13 Sept. Teorie

IT graad 11 - skryf hul kwartaaltoetse in klastyd:

- 7 Sept. Prakties
- 12 Sept. Teorie

RTT (CAT) – skryf ook op die volgende dae in klastyd:

- gr. 10 6 Sept.

Hoërskool Framesby

Cornelialaan
Framesby Port Elizabeth
Tel: (041) 360 1257

Skoolhoof: Mnr. M. Germishuys

E-pos : skoolhoof@framesby.co.za
Webwerf : www.framesby.co.za

Posbus 28065
Sunridgepark 6008
Faks: (041) 360 7787

KENNISGEWING VAN NOMINERING EN VERKIESING

Kennis geskied hiermee van die **nominasieproses** wat gevolg word vir die **verkiesing** van benoemdes vir (2) twee **OUERLEDE** vir die beheerliggaam van Hoërskool Framesby. Nominasievorms is vanaf 19 September 2022 by die Skoolhoof se kantoor beskikbaar en moet voor 10:00 op 29 September 2022 by die Skoolhoof se kantoor ingehandig word. Vir ouerbenoemdes moet die benoemde, voorsteller en sekondant ouers van leerders van die skool wees. Benoemdes moet ouers wees wat nie in diens van die skool is nie.

Nominasies sal dan sluit en gefinaliseer word vir die **vergadering** wat om 17:00 op 11 Oktober 2022 'n aanvang neem, met die verkiesing in die Skoolsaal van Hoërskool Framesby. Minstens 15% van kiesers is nodig om 'n kworum te vorm voordat die stemming en tel van stemme kan voortgaan.

Indien ons nie die 15% kiesertal haal nie, sal die verkiesingsvergadering om 07:00 op Maandag, 24 Oktober 2022 in die Skoolsaal van Hoërskool Framesby plaasvind, wanneer dit nie nodig sal wees vir 'n kworum voordat met die stemming en tel van stemme voortgegaan kan word nie.

Die lys van genomineerde ouers met toepaslike inligting sal vanaf om 16:00 op 11 Oktober 2022 in die saal vir ouers beskikbaar wees.

Dit is die verantwoordelikheid van die benoemde, voorsteller, sekondant en alle kiesers om te verseker dat hul name op die skool se kiesersrol, wat vanaf 08:00 tot 12:00 per afspraak by die skool besigtig kan word, verskyn, of alternatiewelik is die inligting by die skool beskikbaar. Neem asseblief kennis dat die name van alle ouers op die kiesersrol geplaas word, volgens ons administratiewe program, wat by die skool besigtig kan word. Die kiesersrol sluit op 29 September 2022.

Enige onsekerhede of navrae kan met u Skoolhoof bespreek word.

MNR M. DE VRIES
KIESBEAMPTE
01 September 2022

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

NETBAL FAST 5 KAMPIOENNE!

Hoërskool Framesby Fast 5 netbaltoernooi:

Die 0/17 netbalspan neem saam met 7 ander skole aan die jaarlikse Fast 5-netbaltoernooi deel.

Die 0/17-netbalspan word as wenners van die toernooi gekroon.

Resultate is as volg:
Framesby wen Andrew Rabie 19-4
Framesby wen Alexander Road 13-6
Framesby wen Kirkwood 19-8
Framesby wen Collegiate 22-5 gedurende semi finaal
Framesby wen Nico Malan 16-8 in die finaal

Plaatresultate:
1ste: Alexander Road
2de: Kirkwood

Bekerresultate:
1ste: Framesby
2de: Nico Malan

Baie geluk aan al die wenners, asook aan al die skole wat aan die kompetisie deelgeneem het.

EERSTE DOGTERSHOKKIE FAST 8 KAMPIOENE

Baie geluk aan die eerste dogtershokkiespan wat die Fast 8 toernooi gewen het! Knap gedaan, meisies!!

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

FRAMESBY SUPER FAST TOERNOOI

Framesby se jaarlikse Sevens Toernooi het weer plaasgevind en dié jaar was daar twee nuwe Super Fast toernooie op die program. Die Fast 5-netbal en Fast 8-hokkietoernooie het ook plaasgevind en was ‘n reuse sukses!

Framesby u/17 Super Fast uitslae:

Super 8 dogtershokkie:
Framesby

Fast 5 netbal:
Framesby

7's Rugby:
Outeniqua

FRAMESBY BERGFIETS VAT VLAM!

Ons is baie trots op ons fietsryers! Op 28 Augustus het hulle aan die Hayterdale Classic deelgeneem. Dewald Beneder het die 25km gery en was algeheel 3de en 1ste in sy ouderdomsgroep. Tian Diedericks en Shaun Westraadt het albei die 40 km wedren gery. Tian was algeheel 27ste en Shaun 26ste. Shaun was 2de en Tian 4de in hul onderskeie ouderdomsgroepe.

Tian het ook op 4 September aan die Angora Classic 25 km wedren deelgeneem. Hy het 1ste met 'n tyd van 1:05:30 gekom. Die 2de plek was 12:30 minute agter hom. Dankie vir julle harde werk en dat julle Framesby se naam hoog hou.

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

LANDSDIENS LADY SLIPPER

Die Landsdiens-leerders het weer Lady Slipper uitgeklim en African Dawn besoek. Die leerders het die stappie terdeë geniet!

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

KRIEKETUITSLAE

EERSTE SPAN
Dinsdag, 6 September (18)
Framesby eerstespan vs Westering
T20 wedstryd
Framesby wen die loot en kolf eerste.
Framesby behaal 104/7 in 20 beurte.

Beste kolwers:
Wiaan Hanekom 19 (20)
Taine Douw 16* (39)
Stefan Scholtz 16 (12)

Westering behaal 86/7 in 20 beurte.
Beste boulers:
Stefan Scholtz 8/4 in 3 beurte.
Juan Grigor 3/1 in 4 beurte.

Corné Jordaan en Wiaan Hanekom neem ook elkeen 'n paaltjie.
Framesby wen met 18 lopies

Tweede span
Framesby vs Westering
Framesby wen loot en boul eerste
Westering behaal 53 almal uit na 16 beurte Beste boulers:
Waldo v As 11/3 in 4 beurte
Camron Hammond 5/2 in 4 beurte
Marko Steenekamp 3/1 in 1 beurt
Framesby kolf en behaal 54 vir 1 na 5 beurte Beste kolwers:
Marius Van der Merwe 14 nie uit nie
Pieter Snyders 11 nie uit nie

Framesby wen met 9 paaltjies

0/15A
Framesby 0/15A vs Westering 0/15A
Westering wen die loot en besluit om eerste te kolf.
Westering behaal 79 almal uit in 19.3 beurte.
Beste boulers:
Reuben Fourie 3/15
Evan Klaasen 3/18

Framesby behaal 80/4 in 12.3 beurte
Beste kolwers:
JJ de Lange 28*
Dewan Wessels 20

Framesby wen met 6 paaltjies

0/15B

Framesby vs Westering
Framesby wen loot en boul eerste
Westering behaal 60 almal uit na 18 beurte Beste boulers:
Christiano Ellis 10/3 in 4 beurte
Leighton Benn 8/3 in 4 beurte

Framesby kolf en behaal 55 almal uit na 17 beurte Beste kolwers:
Henry Steenekamp met 15 lopies

Framesby verloor met 5 lopies

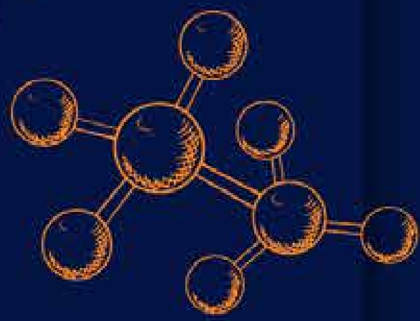
INTERNE ROBOTIKA WENNERS

Baie geluk aan die volgende leerders wat as die Interne Robotika kompetisiewenners aangewys is.

Legolegends:
Andrew Hart 8C
Richelle Kern 8E
Simoné Vermeulen 8A
Matthys Potgieter 8A
Jennifer Smith 8A

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

Hoërskool Framesby

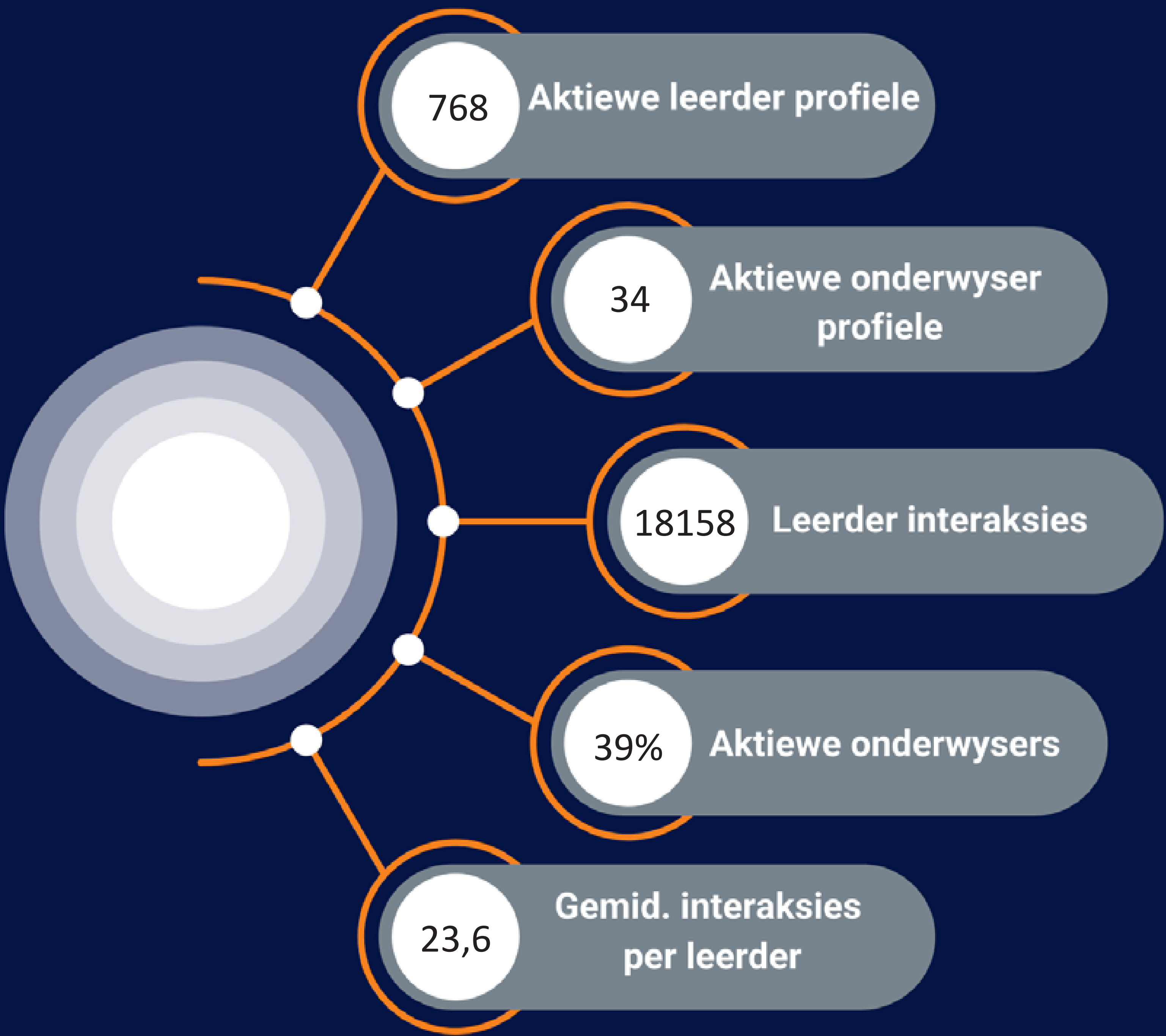


DIE WOLKSKOOL

MAANDVERSLAG

Augustus 2022

Die Wolkskool verseker dat elke leerder en onderwyser ingelig is oor die waarde wat hulle verkry met Die Wolkskool en om sodoende optimale gebruik en korrekte aanwending van die platform te bewerkstellig. Daarom is dit vir ons belangrik om op 'n gereelde basis met u te kommunikeer rakende verskeie aspekte en aangeleenthede om ons diens aan die skool te verbeter. Die Wolkskool-span is toegewyd om gehalte diens aan u te lewer en buiten die uitbreiding van die platform word oueropleiding ook beplan. Ons sien uit om saam met julle te groei.



DIE KOSBLIK

MIDDAGETES TEEN R27

Beskikbaar tweede pouse en na skool slegs op bestelling

Week 4

MAANDAG

Beef Stroganoff served with Rice and veg

DINSDAG

Chicken Schnitzel topped with cheese sauce served with Potato wedges and salad

WOENSDAG

Meatballs with tomato relish served with mash potatoes and vegetables

DONDERDAG

Chicken Stir-fry served with Egg Noodles

VRYDAG

Vetkoek & Mince

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

Die KOSBLIK
Hoërskool Framesby

ONS GESELS MET: CHRISTIAAN KLEINHANS

Christiaan Kleinhans

Ek het my skoolloopbaan in 2009 aan die Hoërskool Framesby begin. As vreemdeling, nuweling en sot vanaf Laerskool Lorraine, het ek sommer vinnig my voete gevind en welkom gevoel by die Framesby-familie gevoel.

Die ontgroening was natuurlik 'n nuwe ervaring en het my vinnig laat besef dat ons nie meer die seniors van die skool was nie. Dit het my vinnig geleer wat dit beteken om nederig te wees, respek te toon en verantwoordelikheid te aanvaar vir die toekoms wat jy beplan en eendag moet betree.

Ek het onmiddellik by aktiwiteite betrokke geraak om sodoende my hoërskoolloopbaan 'n spesiale ervaring te kon maak. Ek het gou besef dat die kompetisie baie sterk was en dat ek in alle omstandighede, en te alle tye altyd net my beste moet gee.

Uit die staanspoor kon ek soos 'n nagtegaal sing (was immers op laerskool gekeur om deel te wees van die Drakensberg Seunskoor, maar my ouers wou my nie stuur nie) en, ek het ook in die OP-Jeugkoor gesing. Juffrou Strydom het my uit die klaskamer kom haal vir n oudisie vir die koor, genaamd Fantasia. Met 'n groot gejubel en gejuig is ek dadelik as lid van die Fantasia koor gekeur. Dit

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

was vir my 'n baie groot voorreg as 'n graad 8-leerder. Ek was verbonde aan Fantasia vanaf 2009 tot 2013. In hierdie tydgleuf het ons verskeie toekennings ontvang.

Ek het destyds so baie gesing, dat ek selfs my gesprekke in melodievorm gevoer het (grappie).

Wat ek altyd sal onthou van die Hoërskool Framesby is die doelgerigdheid en passie van sommige onderwysers teenoor hul leerders, die deursettingsvermoë van die afrigters en die trots waarmee ons as leerders van die Hoërskool Framesby altyd kompeteer het.

Ek onthou ook die stuitighede wat soms tydens klaswisseling plaasgevind het. Soos die dag wat ons mnr. Rauch se bromponie agter die pawiljoen weggesteek het. Hoe ons met mnr. van Zyl (Geografie) se wieliestjiestoel mekaar in die gange op en af sou stoot. Wetend dat hy altyd eers na pouse 'n draai in die badkamer moes maak. Ek hoor tot vandag toe mnr. Terblans se fluitdeuntjie as hy in die gang afgestap kom vir nog een van sy interessante Biologie-lesse.

Tydens my hoërskoolloopbaan het ek verskeie hoogtepunte bereik. Hierdie prestasies het baie swoeg, sweet en laat aande se opofferinge geverg om die sukses te kon smaak. Wanneer my alma maters hul besig gehou het met vryetydsbesteding, het ek doelgerig en met vasberadenheid my passie vir sukses nagestreef. Aangesien ek baie van my vrye tyd moes opofffer vir hierdie suksesse, het my opregte vriendekring baie verklein en ek het besef waaroor kompetisie in die lewe gaan.

Van my suksesse sluit in:

Atletiek Provinsiaal - 2009,2010,2011 en 2012 en 2013 OP Distrik Span
Landloop - OP Distrik Span - 2009 en 2011
Tweekamp - OP Provinsiaal 2009 - 2013 en Nasionale vlak 2010,2011
Rugby - 0.14A, 0.15A, 0.16A en 3des in 2013
Krieket - 0.14A, 0.15A, 2des en Heatherbank Cricket Club 2012,2013
Fantasia Koor - 2009 - 2013
Gekwalifiseerde OP en WP rugby-skeidsregter

Na skool het ek vir 'n jaar by AD Medical gaan werk en myself tyd gegun om oor my toekomsplanne te besin.

Daarna het ek my studies begin in Sportbestuur aan die privaat onderrig instansie Centurion Academy te Kaapstad. Tydens hierdie tydperk het ek ook die Mnr CAPA-titel verower en met trots my titel gedra. Na 3 jaar van studentwees het ek my diploma in sportbestuur verwerf. Tydens my studentejare het ek by Laerskool Gene Louw en Hoërskool Tygerberg in die Westelike Provinsie rugby en krieket afgerig as buiteafrigter en groot oorwinnings behaal met die 2de span teen sterk kompetisie naamlik, Drostdy (22-20), SACS (19-17), Wynberg Seunskool (21-20), Bishops (12-10), Rondebosch Seunskool (27-26) en daarbenewens onoorwonne jare met my o/8A en o/14A-spanne gehad. Ek het ook verskeie groot wedstryde as skeidsregter hanteer.

Direk na my studies het ek 'n pos by Laerskool Goodwood Park as Sport Koördineerder en aflos onderwyser aanvaar. Hier het ek potensiaal in die leerders gesien en was baie entoesiasties en opgewonde om die onder 13A-rugbyspan na hoër hoogtes te lei met my kennis en ondervinding. Met

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

groot ywer het ek die taak aangepak. Nodeloos om te sê, die groot "Covid - 19" verhoed ons om terug te keer skool toe in 2020 en my drome vorm te gee. Tydens hierdie negatiewe tyd, het ek besef dat ek 'n groot, sowel as positiewe invloed en impak op die vormingsjare van 'n kind se lewe kan maak.

Dit het my aangespoor om my studies verder voort te sit en ek is tans besig met my PGCE (SF en VOO) wat teen die einde van hierdie jaar voltooi sal wees. In my vrye tyd beoefen ek ook liggaamsbou as sport.

My advies aan die huidige leerders van die Hoërskool Framesby is as volg :
Gebruik elke geleentheid, handhaaf goeie dissipline en respek, neem verantwoordelikheid vir jou dade en optrede en waardeer die geleenthede en hulpbronne wat tot julle beskikking is, ten volle! Nie elke skool of leerder het die geleenthede wat Hoërskool Framesby aan julle bied nie.

HANDHAAF EN BOU!!!!

Vriendelike Groete
Christiaan Kleinhans
(Matriek 2013)

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.

OUDSKOLIERE SAMEKOMS:

Ons beoog om volgende jaar Bloemfontein en George te besoek. Ons beplan om dit ‘n jaarlikse instelling te maak en sal vroeg in 2023 al die datums bekendmaak sodat oudskoliere vroegtydig al reelings kan tref.

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

PE Weight Loss Centre

- Electronic full body analysis
- Weight-related checkups & blood tests
- Variety of weight loss programmes
- Advice on exercise
- Weight loss injections
- Weight loss medication
- Food intolerance testing
- In-house dietician
- Monthly reviews with Dr Malherbe
- ‘For Fitness Sake’ meals

NON-EMERGENCY — BY APPOINTMENT ONLY	
WHERE POSSIBLE, PLEASE BOOK YOUR APPOINTMENT ONLINE AT: **www.optilife.co.za**	CONSULTING TIMES: **MON — FRI : 08:00 - 17:00** **SATURDAY : 08:00 - 13:00**

OptiLife *medical health & wellness*

Tel: 041 450 9454 | www.optilife.co.za
Shop 54 | Sunridge Village Shopping Centre | Kragga Kamma Rd | Sunridge Park

SUNRIDGE VILLAGE