

FAKKEL-FLITSE

Weeklikse nuusflitse vir 'n ingeligte Framesby-familie!



UITGawe 290 · 3 FEBRUARIE 2023

Kontakbesonderhede: mediasentrum@framesby.co.za

II REKORDS WORD VERBETER!

INTERHUIS ATLETIEK UITSLAE:

BAIE GELUK AAN:

- * **HUIS VIS** wat die **ATLETIEKBEKER** gewen het.
- * **HUIS KRIT** wat die **SANGBEKER** en **AANKOMSBEKER** gewen het.

REKORDS:

Daar is altesaam 11 nuwe rekords opgestel.

- 1 **Tiané Slabbert** D/14 Paalspring 2,00m
- 2 **Annree van Zyl** D/15 Paalspring 2,20m
- 3 **Kylie Klaasen** D/15 Hoogspring 1,55m
- 4 **Jade de Jager** D/16 Paalspring 2,70m
- 5 **Jade de Jager** D/16 Driesprong 9,38m
- 6 **Zanri Black** D/16 400m Hekkies 67,82
- 7 **Lincoln Kunneke** S/14 Hamergooi 36,54m
- 8 **Kayden Thoressen** S/14 Paalspring 3,20m
- 9 **Kayden Thoressen** S/15 Driesprong 10,70m
- 10 **JJ de Lange** S/16 Paalspring 3,30m
- 11 **Jaco Pretorius** S/19 Diskus 42,90m



MEESTE PUNTE INGESAMEL:

Daar is baie atlete wat in verskeie items uitgeblink het en baie punte vir hul spanne ingesamel het. Die 5 atlete wat die meeste punte ingesamel het, is:

DOGTTERS:

- 5 **Zanie Vlok** 34
- 4 **Elmé Vermaak** 44
- 3 **Jade de Jager** 45
- 2 **Kylie Klaasen** 46
- 1ste **Zanri Black** 63



SEUNS:

- 5 **Jayden Bowler** 31
- 4 **John-Niclas Antonion** 32
- 3 **Mondré van Heerden** 40
- 2 **Kayden Thoressen** 46
- 1ste **Hugo Nothnagel** 53,5

• Baie geluk aan **Zanri Black** en **Hugo Nothnagel** wat die meeste punte ingesamel het.



Die volgende 4 bekers word volgens die punte van die APE-tabelle bereken. 'n Atleet se beste drie items tel om vir die beker in aanmerking te kom.

JUNIOR VICTRIX LUDORUM: Kayla du Preez

JUNIOR VICTOR LUDORUM: Lincoln Kunneke

SENIOR VICTRIX LUDORUM: Zanri Black

SENIOR VICTOR LUDORUM: Jaco Pretorius

* Hierdie 6 bekers word by die Sport- en Kultuurdinee aan die atlete oorhandig.



VERJAARSDAE DIE WEEK

SATERDAG • 4 FEBRUARIE

Danel Pieterse
Adriaan Snyders
Luan Zeelie

SONDAG • 5 FEBRUARIE

Divan Douglas
Ethan Esterhuizen
Hailey Maritz

MAANDAG • 6 FEBRUARIE

Lindi Cloete
Keagan Jacobs
Kihan Jonck
Ewald Muller
John Roos
Malcolm Thomson

DINSDAG • 7 FEBRUARIE

Hennie Botes
Jaydon Nel
Johnathan Nel
Zane Pieters

WOENSDAG • 8 FEBRUARIE

Alyssa Grobbelaar
Carmen Strydom
Brooklynn West

DONDERDAG • 9 FEBRUARIE

Mark du Piesani
Lienka vd Westhuizen

VRYDAG • 10 FEBRUARIE

Danell Botha
Stefanus de Bruin
Jade Francois
Brenden-Shaun Roodt



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

UIT DIE HOOF SE KANTOOR

Beste Ouers

Ek wil begin deur ons Hemelse Vader te bedank dat hy so mooi na die Framesby-familie kyk. Alle eer aan Hom!

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

A) KONDISIONERINGSENTRUM

Alle inligting met betrekking tot die kondisioneringsentrum is aangeheg.

B) VERKEERSREËLINGS

Ons wil u as ouergroep vra om ons in die VOLGENDE ASPEKTE BEHULPSAAM te wees:

1. Ons wil versoek dat u die spoedgrens in die gebied en strate om die skool eerbiedig. U sal saamstem dat ons nie graag 'n situasie wil beleef waar een van ons in ons skolgemeenskap of die breër gemeenskap onnodig in 'n ongeluk betrokke is nie.
2. Ons het leerders wat in die middae van busvervoer gebruik maak. Daar is egter ouers wat op die busparkeerplekke in Willowbystraat parkeer. Dié parkeerplekke is teen die skool en nou word die leerders gedwing om die pad te kruis.
3. Ouers stop soggens en middae dwars voor die hoofingang, oor kruisings, voetoorgänge, voor sommige hekingange en inwoners se opritte. Dit bring 'n verkeersopeenhoping mee en raak medepadgebruikers. Let asseblief op waar u stilhou en hoe u stilhou die verkeer beïnvloed.
4. Daar is ouers wat leerders aan die verkeerde kant van die pad aflaai en teen die verkeer stilhou. Dit bring mee dat leerders teen die pad uit voertuie moet klim. U stel u kind dus in gevaar aangesien hulle baie maklik deur ander voertuie beseer kan word. Beplan asseblief u aflaaipunt en ry verkieslik óm die skool om u kind veilig af te laai.
5. Wees bewus van leerders wat tussen voertuie beweeg en ook ander voetgangers wat op verskeie plekke wag om strate te kruis.
6. Leerders wat toestemming het om met motorfietse skool toe te kom, moet op die spasie soos deur die skool bepaal, stilhou. Hulle mag nie voor die skool parkeer nie.
7. Leerders wat met motorfietse ry, moet van valhelms gebruik maak.
8. Geen voertuie mag die skooleindom binnekomm om leerders af te laai nie.

C) AFWESIGHEID VAN LEERDERS

Ek wil 'n beroep op u doen om toe te sien dat leerders skool bywoon. Dit dra by tot hulle sukses. Leerders wat gereeld afwesig is, sukkel akademies en kom nie die mas op nie. Hierdie leerders wat gereeld afwesig is, hou die plek van 'n ander leerder wat graag hier wil wees. U samewerking word dringend in hierdie verband gevra.

D) GRAADHOOFDE

Ons graadhoofde se kontakbesonderhede is as volg:

Gr. 8: hstrauss.framesby@gmail.com

Gr. 9: erwinstrauss@outlook.com

Gr. 10: lschelbert@framesby.co.za

Gr. 11: fvdwalt@framesby.co.za

Gr. 12: jeanette.schoeman@yahoo.com

E) GEBEDSGROEP - DONDERDAGOGGENDE

Ouers, ek nooi u uit om Donderdagoggende om 07:30 saam met ons ouers in die tennishuisie te kom bid. Dis 'n geleentheid waar ons die Framesby-familie aan ons Hemelse Vader opdra. U is baie welkom.

F) DATUMS - ASSESSERINGS

Neem kennis van die volgende assessorings datums:

Kwartaal 1

13 Februarie (graadperiode)	FW	Standaardtoets	gr. 12
20 Februarie (klastyd)	RTT	Praktiese toets	gr. 11
27 Februarie (senior saal)	RTT	Praktiese toets	gr. 12
27 Februarie (senior saal)	FW	Standaardtoets	gr. 11



Kwartaal 2

24 April (junior saal)	Wiskunde	Standaardtoets	gr. 8-9
8 Mei (senior saal)	FW	Standaardtoets	gr. 10 en 12
15 Mei (graadperiode)	LW	Standaardtoets	gr. 10-12
16 Mei (klastyd)	RTT	Praktiese toets	gr. 10
17 Mei (klastyd)	RTT	Praktiese toets	gr. 12

Kwartaal 3

14 Aug (senior saal)	FW	Standaardtoets	gr. 11
28 Aug (graadperiode)	FW	Standaardtoets	gr. 10
28 Aug (graadperiode)	RTT	Praktiese toets	gr. 11
28 Aug (klastyd)	RTT	Praktiese toets	gr. 10

Kwartaal 4

16 Oktober (graadperiode)	Wiskunde	Standaardtoets	gr. 10-11
---------------------------	----------	----------------	-----------

PAT-TAKE EN ONDERSOEKE AAN LEERDERS

-Dramatiese Kunste:

gr. 11 en 12: PAT-taak

Uit: 2 Februarie
In: 2 Maart

gr. 10: PAT-taak

Uit: 3 Februarie
In: 2 Maart

- Fisiiese Wetenskap: Graad 8 & 9

Gedurende die kwartaal gaan daar vier ondersoeke in die klaskamer by die klas onderwyser/es geskryf word. Die onderwyser/es tref reëlings met die leerlinge ten op sigte van wanneer die formele assessering geskryf word. Hierdie ondersoek dra 20% tot die NW-kwartaalpunt by. Maak asseblief seker dat u leerder elke dag by die skool is – hierdie is verpligte assessorings.

G) KULTUURNUUS

Neem asseblief kennis van die volgende veranderinge aan ons kultuurprogram:

- Kunsklub verskuif na 'n Woensdagmiddag van 14:15 – 15:45.
- As gevolg van die groot belangstelling word die Kunsklub in twee groepe verdeel:

Me. L Vos (Kamer 1) sal konsentreer op kuns (skets en skilder) en Me. B Janse van Rensburg (B4) sal op kuns vlyt (crafts) fokus. Dit sal voortaan die Kunsklubleerders se EIE verantwoordelikheid wees om reeds op 'n Maandag sy/haar naam op 'n besprekingslys by die betrokke lokaal (K1 of B4) te skryf. Aankope en voorbereiding sal vir die eerste 25 name op elke lys gedoen word.

- Flinkdinkers skuif na Dinsdae 14:10 in die Mediasentrum.
- Redenaars sal vir Februarie-maand in die voorlesinglokaal plaasvind.
- Debatklub sal vir Februarie-maand in C2 plaasvind.
- Dansklub: Seniors (pre-brons, brons & silwer) 17:00 -18:00. Beginners 18:00 -19:00.

Ouers, ek sluit af deur u te bedank vir u ondersteuning. Soos ek dikwels vir u sê: die toekoms is blou en goud. Kom ons werk almal daaraan om dit so te hou.



INLIGTING MET BETREKKING TOT DIE KONDISIONERINGSENTRUM

A. BESKIKBAARHEID VIR FRAMESBY LEERDERS

DAE: Maandae tot Vrydae

TYE: Word deur sportspanne se afrigters geblok op onderstaande rooster.

Daar is ses sessies per dag beskikbaar en 30 sessies per week.

Kondisionering word deur ons biokineticici verrig.

TYD	MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRYDAG
05:15					
06:00					
15:15					
16:00					
16:45					
17:30					

B. TOEGANG EN GEBRUIK VAN SENTRUM VIR LEERDERS

Slegs vir Framesby leerders in spanverband volgens bogenoemde rooster.

Die leerders sal die kondisioneringsentrum gebruik na aanleiding van behoeftes wat deur die verskeie sportkodes se afrigters bepaal word.

Die biokineticici en fisioterapeut sal gedurende die normale skooldag hulle privaat praktyk vanuit die sentrum bestuur.

C. VRYWARINGSVORM

Geen leerder sal die sentrum in spanverband kan gebruik sonder dat die nodige vrywaringsvorm voltooi en by betrokke afrigter van die sportkode ingehandig word nie. Aangeheg die inligting met betrekking tot die vrywaringsvorm. Leerders ontvang die vrywaringsvorm vanaf hul afrigters.

D. BADKAMERS

Die kondisioneringsentrum se badkamers sal soos volg gebruik word:

1. Die dogters sal die sentrum se badkamer en stortgeriewe kan gebruik indien hulle voor skool geoefen het.
2. Die seuns moet ten alle tye van die pawiljoen se badkamers en stortgeriewe gebruik maak.
3. Die badkamers en stortgeriewe is gedurende die normale skooldag slegs vir die gebruik van die biokineticici en fisioterapeut se privaatkliënte.

E. KLEREDRAG EN BYKOMSTIGHEDE

Leerders moet te alle tye netjiese en aanvaarbare drag tydens oefensessies dra.

Leerders moet hulle eie handdoek en waterbottel saambring.

Goeie persoonlike higiëne is van uiterste belang.

F. VOORDELE VAN KONDISIONERING

Die gebruik van die sentrum vir kondisionering van ons sportspanne wat op die hoogstevlak meeding, bly 'n waardevolle fasilitet.

Die is 'n belangrike komponent vir alle sportspanne om sukses te behaal.

Dit bevorder ook 'n gesonde leefstyl onder ons leerders wat aansluit by die visie en missie van ons skool om gebalanseerde jongmense vir die samelewing voor te berei.

G. GEBRUIK VAN KONDISIONERINGSENTRUM

Leerders moet die sentrum ten alle tye so hanteer dat geen skade aan die infrastruktuur en masjiene in die sentrum aangerig word nie.

Vandalisme en die wangebruik van die kondisioneringsentrum sal lei tot uitsetting by die sentrum.

H. KOSTES

Die gebruik van die sentrum vir die leerders in spanverband is gratis.

I. INLIGTING RAKENDE BIOKINETICI EN FISIOTERAPEUT

Die dienste verskaf deur die biokineticici en fisioterapeut is op 'n privaatkliënte basis. [WANNEER OUERS VAN HUL DIENSTE VIR LEERDERS IN PRIVATE HOEDANIGHEID WIL GEBRUIK MAAK OF OUERS WAT VAN HUL DIENS WIL GEBRUIK MAAK]

Die betaling van 'n rekening in die verband sal die kliënt se verantwoordelikheid wees. Die gebruik van 'n mediese fonds asook die betaling van kontant sal moontlik wees. Indien u van hierdie diens wil gebruik maak, is besonderhede vervat in die onderstaande inligting.

M KAPP BIOKINETICS INCORPORATED - DEON EN MIZAAN KAPP

Die fokus is op sport spesifieke kondisionering van alle sportsoorte wat by Hoërskool Framesby aangebied word.

Ons missie is om skoliere se totale liggaamlike fiksheid te verbeter deur te werk aan soepelheid, funksionele bewegings



en tegniek.

Verbeterde kondisionering kan lei tot minder sport spesifieke beserings asook beter prestasie.

Die volgende word ook aan privaatkliënte gebied:

Chroniese of ortopediese rehabilitasie

Pilates klasse

Funksionele fiksheidsklasse

Een-tot-een kondisionering met spesifieke doelwitte

Kontakbesonderhede vir afsprake: 0813501423 of 0614883911

E-pos: deon@kappas.co.za

Besigheidsure 08:00 – 14:00

FISIOTERAPEUT - YVETTE NELL

Die fokus is op "screening" en behandeling van leerder beserings om die herstelproses te versnel.

"Screening" van leerders sal gratis plaasvind slegs op aanbeveling van die betrokke afgrioter.

Dit vind plaas op Maandae tussen 14:00 en 15:00 by die sentrum.

Leerders en ouers is welkom om as 'n privaatkliënt 'n afspraak te maak vir behandeling.

Kontakbesonderhede vir afsprake: 0414602752

E-pos: vvettenell@absamail.co.za

Besigheidsure: Maandae en Donderdae tussen 14:00 en 17:00



Centre Management:
041 360 9442



Kragga Kamma Road,
Sunridge Park



GENERATED POWER 24/7

VRYWARING EN AANVAARDING VAN MEDIËSE RISIKO'S

Hoërskool Framesby het na oorweging en behoorlike besluit deur die beheerligaam Mizaan en Deon Kapp onder the regsentiteit, M Kapp Biokineticists Incorporated ("die Maatskappy") aangestel om biokinetiese dienste by die skool aan te bied.

Die vrywaring en aanvaardingsdokument moet onderteken word deur alle voornemende en/of bestaande kliënte, ouers, leerlinge indien ouer as 18 jaar, welke vrywaring van toepassing is ten opsigte van die Maatskappy, direkteure, werknemers en/of enige geaffilieerde persoon of regsentiteit, voordat enige oefeninge, kondisionering en advies deur die Maatskappy gelewer kan word.

Enige verwysing na die Maatskappy in hierdie dokument, sluit ook geaffilieerde maatskappye en/of verteenwoordigers van die Maatskappy in. Indien die kliënt en/of leerling jonger as 18 jaar is, moet hierdie dokument deur die betrokke ouer of voog onderteken word.

Die onderstaande vraelys moet voltooi word voordat enige oefening, kondisionering of advies deur die verteenwoordigers van die Maatskappy gefasiliteer en/of gelewer sal word:

VRAAG	JA	NEE
Was jy al voorheen deur 'n mediese praktisyen gediagnoseer met 'n hart-probleem of enige ander kroniese kondisie?		
Het 'n mediese praktisyen al voorheen voorgestel dat jy mediese toesig benodig gedurende fisiese aktiwiteite?		
Het fisiese aktiwiteite al voorheen enige pyn in jou bors veroorsaak?		
Het jy enige borspyn in die afgelope maand ervaar?		
Het jy al voorheen jou bewussyn verloor en/of flou geval as gevolg van duiselheid?		
Het 'n mediese praktisyen al voorheen voorgestel dat jy medikasie neem vir lae/hoë bloeddruk?		
Is jy bewus van enige ander rede wat jou sal verhoed om deel te neem aan fisiese aktiwiteite sonder mediese toesig?		
Het jy 'n been- of gewrigsprobleem wat vererger word deur fisiese aktiwiteite?		

Indien jou antwoord op enige van die bogemelde vrae JA was, word dit aanbeveel dat na konsultasie met 'n verteenwoordiger van die Maatskappy, mediese advies en/of goedkeuring verkry word, voordat jy met enige oefening en/of kondisionering kan begin. Die risiko verbonde aan fisiese aktiwiteite, oefening en kondisionering wat die gebruik van toerusting, apparate en toestelle insluit, word gevvolglik beperk met die doel om enige besering, hetsy minder ernstig of ernstig, te verhoed.

Enige mediese goedkeuring-sertifikate en ondersteunende dokumente, indien van toepassing, moet aan die Maatskappy geopenbaar word, oorhandig word en die Maatskappy onderneem om 'n kopie daarvan aan Hoërskool Framesby beskikbaar te stel.

By ondertekening van hierdie vrywaringsdokument, aanvaar jy die volle verantwoordelikheid ten opsigte van enige risiko wat gepaard gaan met die fisiese aktiwiteite, oefening en kondisionering wat deur die Maatskappy aan jou gelewer word.

Dit is belangrik en word ook aanbeveel dat deurlopende mediese advies verkry moet word, wat sal verseker dat jou persoonlike gesondheidstoestand en die kennis daarvan ten alle tye verkry en geopenbaar sal word aan die Maatskappy asook aan Hoërskool Framesby, indien dit enigsins betrekking het op jou vermoë om deel te neem tydens voorgestelde oefenprogramme, hetsy aanvanklik of nuut.

By ondertekening van hierdie vrywaringsdokument en die aanvaarding van risiko's, bevestig ek dat ek die inhoud hiervan verstaan en ook dit gevvolglik aanvaar, gepaardgaande met die risiko's van die oefening en procedures aan my gebied, die advies behoorlik oorweeg is en vrywaar ek enige verteenwoordigers en Hoërskool Framesby ten opsigte van my fisiese aktiwiteite, oefening, kondisionering, deelname aan aktiwiteite en soos vermeld, die Maatskappy, werknemers van gefilieerde entiteite en ek onderteken hierdie vrywaring sonder dat ek enigsins daartoe beïnvloed is, uit vrye keuse en dat my deelname aan die advies en programme gebied deur die Maatskappy, met vrywaring van enige aanspreeklikheid gedoen is.

Gedateer te Port Elizabeth op hierdie _____ dag van _____ 2023.

KLIËNT/OUER/LEERLING SE VOLLE NAAM EN VAN

HANDTEKENING VAN KLIËNT/OUER/LEERLING [PERSOON MOET BO
18 WEES WAT DOKUMENT TEKEN]

SWEM UITSLAE:

Ons deel graag die volgende swemmers se uitstekende resultate. Al drie dogters het in die NMBA Inter District Gala deelgeneem.

Kaitlynne Horne:

400 free - Goud

100 free - Silwer

100 back - Silwer

Girls 15 - 16 - 4 x 50 Freestyle relay - Goud

Teegan Pio

200IM - Brons

50 fly - Brons

100 Fly - Brons

Girls Open 4 x 200 Medley relay

Chloe Steyn

200 IM - Brons

100 Breast - Brons

100 Back - Brons

Girls 15 - 16 - 4 x 50 Medley relay - Goud

Baie geluk julle 3. Hou so aan



ENGLISH DEBATING WORKSHOP:

English Debating kicked off the year with a bang by attending a workshop for new debaters in the Gqeberha/Uitenhage league. Our students learnt a lot and are gearing up for our first debates (2 in 1 morning) on Saturday 25 February. Watch this space!



KRIEKET UITSLAE:

SEUNS:

o/14 C vs Pearson

Framesby kolf eerste en behaal 140 lopies in 20 beurte.

Beste kolwer Joshua Kruger 52 en Malan Meiring 28.
Pearson behaal 52 lopies almal uit.
Beste boulers Kian Aylward 4/8
Liam Olivier 3/12

Framesby wen met 88 lopies

Framesby o/14B vs Andrew Rabie o/14A:

Andrew Rabie kolf eerste en word uitgeboul vir 124 na 18.1. boulbeurte.

Beste boulers: Reghardt Kemp (7/2) en Le Roux Benn (19/2).

Framesby kolf tweede en behaal 65/10.

Beste kolwer Kian Huntley 6 (19).

Andrew Rabie wen met 59 lopies.

Framesby o/14 A vs Victoria Park o/14 A

Victoria Park wen die loot en kies om te boul.

Beste kolwer vir Framesby:

- Kian Aylward 21(15)
- Malan Meiring 24(32)
- Malan Jonker 16(31)

Framesby teken 110 aan vir 9 in 20 beurte.

Victoria Park teken slegs 90 aan in 20 beurte.

Beste boulers:

- Kian Aylward 2 vir 10 (2.5)
- Marco van Jaarsveld 2 vir 10 (5)
- Liam Olivier 0 vir 9 (2.3)

- Ruan Matthee 0 vir 10 (2.5)
- Josh Potgieter 0 vir 5 (2.5)

Framesby wen 20 lopies

Framesby tweede span vs Victoria Park

Framesby wen die loot en kies om te boul:

Beste boulers:

- Milan Terblance - 3 vir 15
- Waldo Van As- 2 vir 11

VP uit geboul vir 69

Framesby kolf 2de:

Beste kolwers:

- Marko Steenekamp ~ 28*
- Liander Terblance ~ 12

Framesby wen met 5 paaltjies

Framesby 4de XI tvs HTS Newton 1ste XI

Framesby kolf eerste en behaal 160-6 in 20 boulbeurte.

Beste kolwers:

- Teagan Ludwig 69*(61)
- Caleb Beer 23(13)
- Josh Fortuin 14*(9)

HTS Newton kolf en behaal 56 almal uit in 16 boulbeurte.

Beste boulers:

- Caleb Beer 6-3 (3 boulbeurte)
- Ewald Muller 2-2 (1 boulbeurt)
- Josh Fortuin 7-1 (4 boulbeurte)

Framesby wen met 104 lopies



Framesby XI vs Lilyfontein (T20)
Framesby wen met 38 lopies



@ Happy-Snap-E



Centre Management:
041 360 9442



Kragga Kamma Road,
Sunridge Park



GENERATED POWER 24/7

FRAMESBY KRIEKET KWARTAAL 1 – 2023

Januarie:

28	-	2de vs Grey 2(50 beurte)	@ Framesby
30	-	o/14 B vs Andrew Rabie	@ Framesby
	-	o/14 C vs Pearson	@ Framesby
31	-	o/15 A vs VP(T20)	@ Framesby
	-	2de Dogters vs Westering	@ Framesby
	-	2de vs VP(T20)	@ VP
	-	o/14 A S vs VP(T20)	@ VP

Februarie:

1	-	o/15 B vs Chatty A	@ Framesby
	-	3de vs New Brighton HUB	@ NBH
	-	4de vs Newton Tech 1	@ Framesby
2	-	1ste Dogters vs Collegiate	@ Collegiate
3	-	o/15 A & 1ste vs Kingswood (T20)	@ Kingswood TBC
4	-	o/15 A & 1ste vs Kingswood (50 beurte)	@ Kingswood
	-	2de en o/14 A vs Kingswood	@ Framesby
6	-	o/14 A vs Grey PE	@ Framesby
	-	o/14 B vs Grey PE	@ Grey
	-	o/14 C vs Grey PE	@ Framesby
7	-	2de Dogters vs Alex	@ Framesby
8	-	o/15 A vs Grey PE	@ Grey
	-	o/15 B vs Grey PE	@ Framesby
9	-	1ste Dogters vs Alex	@ Alex
	-	2de vs Grey PE	@ Grey
	-	3de vs Grey PE	@ Grey
	-	1ste en o/15 A vs Boland Landbou	@ Wellington
10	-	1ste en o/15 A vs Paarl Gim	@ Paarl
11	-	1ste en o/15 A vs Somerset College	@ Somerset Wes
	-	2de vs Pearson 3	@ Framesby
13	-	o/14 B vs Brandwag	@ Brandwag
	-	o/14 C vs Westering	@ Westering
14	-	2de Dogters vs Priory	@ Framesby
15	-	o/15 B vs DF Malherbe A	@ Framesby
	-	3de vs Daniel Pienaar	@ DP
	-	4de vs Chatty 1	@ Framesby
17	-	1ste en o/15 A vs Nico Malan (T20)	@ NM
	-	2de en o/14 A vs Nico Malan (T20)	@ Framesby
18	-	1ste en o/15 A vs Nico Malan	@ Framesby
	-	2de en o/14 A vs Nico Malan	@ NM
21	-	2de Dogters vs Collegiate	@ Framesby
22	-	o/15 B vs Despatch A	@ Despatch
	-	3de vs Lawson Brown 1	@ Framesby
	-	4de vs Theodor Herzl 1	@ Framesby
23	-	1ste Dogters vs New B HUB	@ Framesby
25	-	1ste vs Muir	@ Framesby
	-	2de vs Douglas Mboba	@ Framesby
28	-	2de Dogters vs Gelvandale HUB	@ Framesby

Maart:

1	-	o/15 B vs Gelvandale HUB A	@ Framesby
	-	4de vs Patterson 1	@ Framesby
2	-	1ste Dogters vs DF Malherbe	@ DFM
4	-	1ste en o/15 A vs Woodridge	@ Framesby
	-	2de en o/14 A vs Woodridge	@ Woodridge



FOV

Ons nooi al die ouers uit!

FOV IS VRYDAG, 3 FEBRUARIE 2023 OOP!

VANAF 17:00 - 22:00

SPESIALE TARIEWE VIR FRAMESBY-OUERS EN -LEERDERS BESKIKBAAR.
INDIEN U 'N BESPREKING MAAK, LAATWEET NET U IS VAN FRAMESBY.



CLYDE EDWARDS

Sales Manager

E sales@phstellenbosch.com

C +27 (0)82 875 5506

T +27 (0)21 880 9500

F +27 (0)21 880 9505

Techno Avenue, Techno Park, Stellenbosch
7600, South Africa



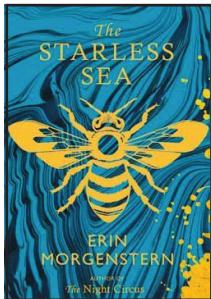


HOËRSKOO FRAMESBY

MEDIASENTRUM

BOEKES & DVD'S

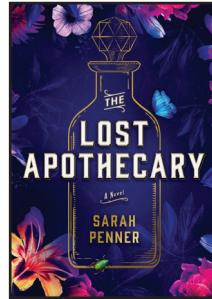
BINNEKORT IN DIE MEDIASENTRUM



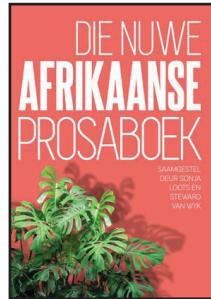
THE STARLESS SEA



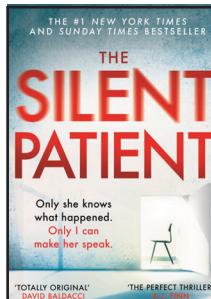
THE MIDNIGHT LIBRARY



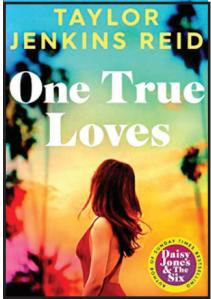
THE LOST APOTHECARY



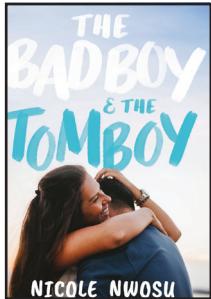
DIE NUWE AFRIKAANSE PROSABOEK



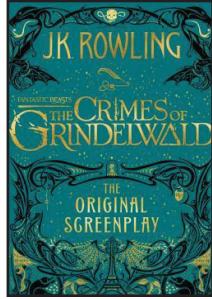
THE SILENT PATIENT



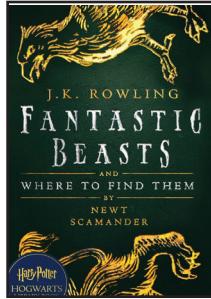
ONE TRUE LOVE



THE BADBOY AND THE TOMBOY



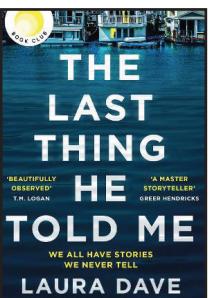
THE CRIMES OF GRINDELWALD



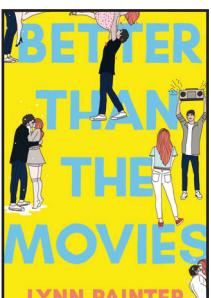
FANTASTIC BEASTS AND WHERE TO FIND THEM



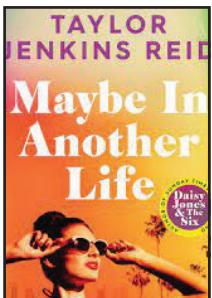
VIRGIN RIVER



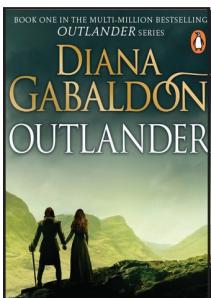
THE LAST THING HE TOLD ME



BETTER THAN THE MOVIES



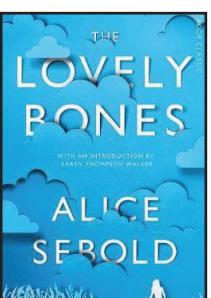
MAYBE IN ANOTHER LIFE



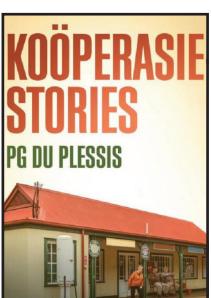
OUTLANDER



STORMKIND



THE LOVELY BONES



KOÖPERASIESTORIES

"Today a reader,
tomorrow a Leader."

- Margaret Fuller



FRAMESBY OUDSKOLIERE



ONS GEELS MET:PIERRE VAN TONDER



Pierre van Tonder

Waar om te begin?

2001 stap ek in die groot skool in en ek glo elke graad 8 sal die eerste dag onthou toe Juf Jordaan ons groet vanaf die verhoog.

So begin 5 great jare.

Ons was skaars in die skool en die interhuis atletiek is die hoogtepunt van die week. Wie sal ooit die Huis Vis teen Huis Krit dae vergeet. Interskole rugby met 'n vol paviljoen wat die spanne ondersteun is maar een van die dinge wat altyd onthou sal word.

Ek was bevoorreg om deur my skoolloopbaan OP-krieket te verteenwoordig in elke ouderdomsgroep. Ek het vroeg kennis gemaak met mnr. Chris van Niekerk wat die 1ste span afgerig het. Ek was kaptein van die O/14 A-span en is in graad 8 reeds deur mnr. van Niekerk na die 1ste span op getrek. In graad 9 maak ek my eerste honderdtal en word ook onderkaptein van die span. Dit was 'n eer om toe reeds aan die einde van my graad 10 jaar die 1ste krieketspan tot in matriek te lei. Kriekettoere na Mosselbaai sal verseker die hoogtepunt wees. Ons het 'n besonderse lekker spangees gebou en dit als onder leiding van mnr. van Niekerk wat verskriklik baie tyd in gesit het om altyd die beste vir die seuns te bied. Ek wil ook van die geleentheid gebruik maak om mnr Chris van Niekerk te bedank vir sy rol in my lewe. Dankie Mnr, mnr is 'n

mense-mens. Die blou weermag is in 2005 gestig deur Fanie du Toit . Hy, Craig Hatches en groep matriekseuns in blou overalls en wit kletterpette wat die 1ste krieket support waar ook al ons speel. Na 54 wedstryde vir die eerste span, 28 as kaptein waarvan ons 24 gewen het, matrikuleer ek in 2005. Ek het darem aandag aan my akademie ook gegee!

Na skool het ek 'n jaar by die OP-krieket akademie spandeer wat 'n baie goeie ervaring was. In 2006 is ek terug en help krieket afrig by die O/14 spanne. Ek het ook so 10 seisoene by PECC in die top liga gespeel.

Ek het nie gaan swot nie en begin 2007 in verkope werk by James Nash CC. Ons doen, as ek dit in engels kan sê, "warehousing, distribution en marketing" van produkte in die hardware bedryf. Nou, 16 jaar later, bestuur ek die maatskappy met 2 takke, een in PE en die ander in George. My naweek werkie toe ek steeds op skool was, passie vir mense en deursettingsvermoë het die deure vir my oop gemaak.

In November 2020, na 'n kort uitstelling weens Covid, trou ek met Dedrei Louwrens, 'n laerskool onnie. Ons geniet die buitelewe en spandeer baie tyd langs of op die water, vang vis, ry bergfiets, kamp en geniet net die buitelewe. Ons het twee katte en ons seuntjie, Leroux is nou op 7 Januarie gebore, 'n dag voor sy pa se verjaarsdag.

My passie vir krieket leef steeds voort. My tweeling kleinneties is nou in graad 8 by Framesby en is albei kranige krieketspelers. Dit is deur die waardes wat ek by Framesby geleer het, wat die fondasie gelê is vir my toewyding op alle gebiede.

Dit is wonderlik om te sien hoe die skool gegroeи het en die wonderlike geleenthede wat dit die kinders bied. Ek sal altyd 'n ondersteuner van Framesby bly!

Groete

Pierre van Tonder



ALUMNI SAMEKOMSTE 2023:

10 Junie: Kaapstad (lokaal sal teen einde Januarie 2023 bevestig word)

17 Junie: Affies, 1920 Restaurant, Pretoria

12 Augustus: Framesby, Port Elizabeth (Sportnaweek teen Marlow)

9 September: Oubaai Golf Estate, George

16 September: Bains Lodge, Bloemfontein

Moet dit nie misloop nie! Dagboek solank die bogenoemde datums.

Verdere inligting sal binnekort deurgegee word en besprekings kan vanaf 1 Maart 2023 gemaak word. Kostes sal teen einde Januarie 2023 deurgee word. Kaartjies sluit kos en drank(alkoholieuse en nie-alkoholieuse verversings) in. Ons moedig reunie-groepe aan om hul samekomste die 12de Augustus te hou.



OUDSKOLIERE MEMORABELIA:

Ons wil graag memorabilia vir ons oudskoliere ontwerp en laat maak. Enige voorstelle kan na mediasentrum@-framesby.co.za ge-epos word.

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.



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.**



HOE HOËRSKOOL FRAMESBY VANAF APRIL 2019 TOT DESEMBER 2022 GEGROEI HET

1 WOLSKOOL

WIFI

BUSSDIENS
[DESPATCH EN UITENHAGE]

20 NUWE BESPROEILING
SISTEEM OP A -VELD

2 KAMERAS
MET KLANK IN KLASKAMERS

4 DIE KOSBLIK

12 HOOF VAN NETBAL
HOOF VAN HOKKIE
HOOF VAN ATLETIEK



3 MODERNE KLEREWINKEL

13 TARTAN VIR VERSPRING,
HOOGSPRING EN DRIESPRONG

5 ASTRO-HOKKIEBAAN

14 13 AKADEMIESE POSTE BYGEKRY

6 PUJK NETBAL FASILITEITE

15 LEESLABORATORIUM
VIR GRAAD 8 - 9

7 UITSTAANDE KRIEKET
OEFENGERIWE

16 SOLARPANELE

8 NUWE KLASKAMERS

9 WYE VAKKEUSE EN DRIE NUWE VAKKE:
LANDBOU, DRAMA, KUNS EN DIGITALE
TEKNOLOGIE

17 EVOLVE TENNIS AKADEMIE

18 DISKUSNET

19 VOLLEDIGE TOEGERUSTE GIMNASIUM:
BIOKINETICI [DOGTERS EN SEUNSEN]
FISIOTERAPEUT

10 TROTSE Afrikaans!

DIE TOEKOMS VAN FRAMESBY IS BLOU EN GOUD!

