Die DROOMGENOOT

HERFS 2020

droom

DIENS AAN RIVERSDAL

& omgewing

Die DROOMGENOOT

Hallo Almal,

En hier is ons nou in my GUNSTELING seisoen….. HERFS. Alles is besig om oranje/bruin/rooi te raak en reg te maak om "dood te gaan". Maar……. "dood te gaan" om te rus en voor te berei op "lewendig word" in 'n later seisoen – LENTE

Al wat op almal se lippe is, is COVID 19/Corona. Ek is seker baie min van ons het al so iets soos die inperking en angs beleef. Daar is van julle wat dalk die Griep pandemie van 1918 kan onthou/beleef het, maar vir die meeste van ons is hierdie "ding" baie erg en 'n nuutjie.

Ons geloof word getoets, ons gehoorsaamheid aan die regering word getoets, ook ons gehoorsaamheid aan onsself. Daar is 'n paar positiewe goed wat hieruit kom soos gedwonge samesyn met jou gesin, om net rustig te raak in jouself en weer die tyd te hê om elke dag rustig met God te gesels en te luister wat Hy vir ons wil sê.

Ek glo daar is van julle wat ook soos ek, "stoksielsaligalleen" is en dan draai 'n mens se kop maar maklik na die negatiewe impak (finansieel, sosiaal, ens) wat hierdie pandemie op ons afdruk.

Ek staan elke oggend op, trek aan, "sit my gesig op" en begin met die bietjie werk wat ek van die huis af kan doen. Dan verbreek ek my eie negatiewe roetine en eet ontbyt – al is dit soms eers 14h00

Ons weet nie wat vir ons voorlê nie - of die inperking verleng gaan word, of ons almal hierdie "ding" gaan deur sien, of ons finansieel hier gaan deurkom – MAAR ons almal weet waar ons hulp vandaan kom. En daar is net een posisie waarin ons figuurlik moet wees (letterlik ook as jy kan) – op ons knieë!!!

Sterkte aan almal en ek glo wanneer ons weer gaan gesels is die riller agter ons en is ons besig om al ons stukke weer bymekaar te kry en positief aan te gaan.

Groete en bly veilig
Lise Veldsman
Tel: 082 776 2595
Faks: 086 6133 804
E-pos: lise@droomriversdal.co.za

EK glo in die SON, al skyn dit nie. EK glo in LIEFDE, al is ek alleen. Ek glo in GOD, selfs as HY stil is

UIT DIE BAAS SE STOEL

Beste inwoners,

Wat veronderstel was om 'n rustige oorgang te wees van 'n baie hittige Somer na Herfs, het maar net weereens in ons gesigte ontplof. Wat is 'n rustige oorgang in elk geval by Droom?
Die jaar het afgeskop met weereens 'n swak ekonomiese tydperk wat vir ons voorlê. Ons moes behoorlik kopkrap met verhogings in losies en salarisse, maar kon nogtans 'n aanvaarbare verhoging op die tafel plaas. Vir inwoners sal dit natuurlik nooit aanvaarbaar wees nie, maar ek moet u herrinner dat ons dieselfde uitgawes het as elke normale huishouding. Net honderd en sewentig maal meer.

Die volgende oomblik tref 'n lelike ding die wêreld naamlik die Corona virus. Eers was dit 'n oorsese probleem, maar gou gou toe klop dit aan ons deur. Tans is ons tehuise ook onder isolasie geplaas en besoektye is op sekere dae ingestel. Nodige veiligheidsmaatreëls is in plek en ons moet saam baklei om ongewensde virusse uit te hou. Die besmetting neem egter met rasse skrede toe en ons kan net op ons knieë bly dat dit nie ons tehuise tref nie.
Afgesien van dit alles kyk ons voort na die nuwe boekjaar en beplan om ons eiendomme te verbeter dmv verf, dakke te vervang en te verbeter vir ons inwoners. Die nuwe "seamless gutters" wat alreeds by Jan Lange opgesit is, en nou ook by Ou Meule, lyk pragtig. Ons kan nie wag dat die projek voltooi word nie. Die verwydering van alle lugdrade, wat so lelik lyk op ons gebou, sal ook hiertoe bydra.
Personeel gewys is daar ook 'n paar veranderinge, maar niks wat ons nie kan hanteer nie.
Ds Jasper van der Westhuizen, asook ons voorsitter Leon Fourie, het ons verlaat en daar sal eersdaags aangekondig word wie in hul plekke en posisies gekoöpteer sal word. Daarna kan ons hopelik weer volstoom voortgaan.
Afgesien van alles wat op ons pad geplaas word, gaan dit baie goed met Droom en is alle prosedures in plek om op te tree sou dinge 'n negatiewe rigting inslaan.

Groete

CJ Veldsman
Bestuurder: Droom

SOSIALE BYEENKOMSTE

Ek begin hierdie eerste Droomgenoot vir 2020 met 'n diepe dankbaarheid. Om die sosiale bootjie te beman is nie aldag maklik nie, maar ook nie onmoontlik nie as gevolg van personeel en vrywilligers se ondersteuning. Soos ek deur die leêrs werk met fotos geneem van aktiwiteite wat op 'n weeklikse basis plaasvind, kom lê die besef opnuut hoe getrou die Here is en die diepe gevoel van afhanklikheid wat daarmee saamgaan.

Dan wil ek ook vir die Inwoners van beide Tehuise ook dankie sê vir hulle geduld wanneer aktiwiteite aangebied word. Daar was al 'n hele paar 'floppies' van my kant af, maar hulle bly net geduldig en lag maar vir sommige van my aktiwiteite bv. sitkamer krieket (gespeel met 'n sagte kolf en bal).

Dit was 'n eerste en die reëls was so aangepas dat ek self nie meer geweet het wat aangaan nie.

Met die sitkamer-volleybal was die uitdaging weer om die bal oor die net te speel en nie onderdeur nie, daaroor is baie gegiggel.

Die belangrikste egter is die samesyn, saamlag, vir jouself en vir ander, om jou sin van humor te behou, ja dit bly die goue reël.
Een van die nuwe vrywilligers het vier pote en twee oulike wip oortjies. Angel kom kuier elke Dinsdag vir van die Inwoners van Jan Lange en dan word daar heerlik onder die boom buite gesit. Die Inwoners praat dan graag oor hulle troeteldiere wat hulle gehad het terwyl die oë op Angel gerig bly wat tog die aandag terdeë geniet.

Vroeg in die jaar is daar by beide Tehuise begin met 'n waatlemoenfees - en wat 'n fees. Sommiges Inwoners het tot drie vier porsies gevra, nie omdat hulle honger was nie maar oor die besonderse soet waatlemoene!

Twee uitstappies is reeds onderneem, ‘n oggend na Die Skooltjie by Korentepoort dam waar tannie Rina Lotz in haar jong dae skoolgegaan het.

Ons het ook die Oudebosch Gasteplaas besoek. Daar het die Inwoners wat wou, kans gehad om die merrie, genaamd Sardyn, te roskam.

Dit was egter vir Droom en al die Inwoners hartseer om vir Ds Jasper van der Westuizen te groet. Hy was 'n regte staatmaker en het diep spore getrap hier by Droom, maar vir Ds Jasper het 'n nuwe seisoen in Port Shepstone begin. Van die inwoners het die geleentheid gehad om by die laaste Droom saalbyeenkoms van 13 Februarie te kom groet toe hy 'n boodskap oor die Liefde kom lewer het - want Februarie-maand staan immers bekend as die maand van die liefde.

Dit bring my by die onderwerp van 'Lesse geleer' wat aangebied is by een van Januarie se saal byeenkomste by Droom waar die volgende vraag gevra is nl. "Hoe sal jy onthou wou word". Dit was nie net van toepassing op jou sterwensdag nie, maar self vir die hier en nou. Vir die inwoners was die kernboodskap nie hulle besittings of die akkolades wat hulle bereik het nie, maar dat hulle onthou sal word aan kernwaardes soos omgee, geduld, vriendelikheid, verdraagsaamheid met die hoofklem op die najaag van die liefde. Komende van hulle, lewenslesse wat naby jou hart behoort te bly!

VONKE UIT DIE VUURKLIP deur Mnr J Oosthuizen

DIE DAE TOE EK MY BAARD VERLOOR HET.

Nou die dag sit een van my kleindogters op my skoot en vroetel met my baard. Ek voel toe soos 'n Worshond as jy sy kop vryf en om sy ore vroetel. "Oupa, hoekom het jy jou baard so kort geknip?" wou Karissa skielik weet. "My Lief," seg ek, "ek het gedink ek sal mooier lyk as my baard korter geknip is!" Kopskuddend, met blink oë, het sy haar mening gelug: "Oupa, jy moet jou baard lank laat groei en dan vleg ek vyf vlegseltjies en vleg dan die puntjies aanmekaar!" "Haai, my kind en dan?" het ek geamuseerd gevra. "Dan lyk jy nóg mooier, Oupa! 'Seblief, sal Oupa?" Ek wou weet of sy dag dat ek darem vir Ouma ook mooier sou lyk. Sy was oortuig dat dit so sou wees. En nou is ek besig om my baard te laat groei.

Dit my herinner aan 'n ou vriend wat sy baard ook nou laat groei, omdat skeermesse en lemmetjies net té onbetaalbaar duur geword het. Ek dink nou aan 'n ervare baardgroeier wat 'n ander rede aangevoer het. Hy het beweer dat dit vir 'n vrou, om 'n man met 'n baard te soen, is soos om sop met 'n vurk te eet. Sy kan nie genoeg kry nie want dit kielie so lekker! Nou voldoen ek aan my vriend se versoek. Hier is die storie uit Thailand se dae weer:

Ek kan nie aanspraak maak op 'n spoggerige baard nie, maar my baard is my baard en ek het nie verniet moes wag tot ek vyftig jaar oud was voordat ek, met my Toegewertjie se instemming, die ou baardjie kon laat groei nie. Foeitog, my pa moes wag tot hy sestig was nadat hy sy Ossewa Brandwagbaard moes offer voor die troue. Dis nou onderdanigheid! Of dalk desperaatheid om darem net getroud te kon raak.

Met baard en al het Vroulief my Thailand toe gevolg. Daar kon ek die baard se woestheid maklik beteuel, maar die hare het begin lol en ek moes 'n plan maak. 'n Mens het jou lewe lank by 'n haarkapper ingestap en vir die man beduie so en so wil jy jou hare hê, maar hoe nou as jy jouself nie verstaanbaar kan maak nie. Dat die manne kán hare sny was nie altemit nie. Daarvan getuig duisende koppe, hare netjies en gereeld geknip, want die Thais duld nie lang hare nie.

Die plekke waar die hare waai is nie pynlik netjies en modern nie, maar die manne se knippers kirrr en die skêre knip met styl en hulle lyk soos barbiere – nie sommer net haarkappers nie. Jy sien nie moderne stoele nie. Oupagrootjie het toentertyd die stoel gekoop en daarna het die volgende geslagte die stoel gebruik. Oupagrootjie het vir oupa leer hare sny en oupa vir pa en pa vir seun. Die foto's hang teen die muur. Dis leeroorgetrekte stoele en die rugleunings slaan plat en die voetstut beweeg opwaarts sodat jy gerieflik op jou rug kan lê terwyl die seremonie, kan mens maar sê, in styl verder gevoer kan word. Ván die stoele is gehawend maar hulle werk nog en dis al wat vir 'n Thai belangrik is. Solank 'n ding werk is hy nog goed genoeg.

Toe breek die dag aan dat ek 'n barbier tussen al die ander uitgesoek het. Die vriendelike man het my stoel se kant toe beduie en ek het my sit gekry. Dit was 'n baie ou stoel en ek het skielik aan Napoleon en dié manne gedink want dit was so

‘n swierige stoel wat met rooi leer oorgetrek is. Wat hy vir my te sê gehad het wis ek nie, maar met my wysvinger en duim het ek beduie hier agter die ore ondertoe moes die hare so 3mm en bokant die ore so 30mm. lank wees. In die verlede het die manne ’n groot lap oorgegooi om die hare van jou klere af te hou en ‘n kleintjie om die hare uit die nek te hou, maar toe die man met my klaar was, was ek netjies in ‘n klomp lappe uitgedos. Elke lap met styl versigtig en behendig op sy plek ingewerk.

Toe die man begin, het ek ontspan want ek kon sommer dadelik sien dis ‘n barbier wat kán. Soos die man gevorder het, het ek vir myself al mooier begin lyk en toe hy klaar was en die spieël agter en langs my kop gehou het, sodat ek sy knipwerk kon bewonder het ons goedkeurend en glimlaggend vir mekaar kop geknik. Hy vat-vat toe so aan my yl kuifie en vryf met beide hande van my slape af ondertoe en sê of vra toe vir my iets. Ek aanvaar toe hy meen my baard en die kortgeknipte hare sluit mooi bymekaar aan en ek knik toe ook my kop. Die volgende oomblik toe swaai die stoel negentig grade en toe ek ‘n klapgeluid hoor, toe sak die rugleuning en lê ek op die naat van my rug.

My onbetroubare intuïsie sê toe vir my dat ek ‘n harewas op die koop toe gaan kry. Ek was bly oor die waslappie oor die oë want ek onthou hoe die seep in die oë gebrand het as oorle Ma die slag met Lifebouy my die kop gewas het. Terwyl ek daar in ontspanne afwagting gelê en wag het, het ek die gekirrr van ‘n knipper gevaarlik naby aan my gehoor maar voordat ek kon wonder hoekom dit sou wees, het ek gevoel hoe die knipper hier van my ken af oor die wang opbeweeg.

Die man het nog gedink hy knip toe staan ek penorent voor hom en ek protesteer en profiteer dat die mense op die sypaadjie naderstaan. Toe die barbier uiteindelik ‘n woordjie kon inkry was dit net “sollie, sollie, sollie! (‘n Thai maak die r ‘n l) Die man se gesig het getuig van bittere spyt en kalmte het oor my gespoel en soos “ ‘n skaap ter slagting” het ek weer gaan lê en beduie hy moet maar verder knip en klaarkry. Toe hy klaar was, het ek die waslappie van die oë afgelig en het net betyds gesien hoe hy met die skeerkwas en “cut throat” in hand staan. Nog voordat hy kon naderstaan was ek weer op my voete om myself in die spieël te bekyk. Verslae en verslane het ek na myself gestaar. 'n Groot neus met so ’n kaal holte onder hom.

“Sollie, sollie!” het die baardknipper weer probeer, maar toe lug ek weer my mening. “Sollie, sollie se moel man! Kyk hoe lyk ek” en ek voel so oor my mond. “Ja man, sê ek vil jou, sollie se moel! Kyk hoe lyk my gesig! Kaalgeplukte hoendel se hol is ‘n mooi een! En nou moet ek nog hielvool betaal ook!” seg ek terwyl ek my beursie uithaal. Ietwat verlig betaal ek toe die 50 Baht want ek het verwag dit sou 100 Baht wees en baie verlig het die barbier my sien gaan. (As my Sensuurtjie die stukkie lees, sal dit te laat wees om dit te kon keer. Sollie, sollie, my vlou!)

Terug by die huis was die familie vertroostend en begrypend toe hulle my skade waargeneem en my jermiade aangehoor het. “Oupa moet net nie weer skeer nie, dan gaan die baard weer groei”, was een van die kleinkinders (Hoeka Karissa wat nog net drie jaartjies oud was) se wyse raad. So was dit ook. Na ‘n paar maande was alles verby en vergete.

‘n Mens moet nooit sê jy sal nie weer gevang word nie. Dit was nou die dag net so ‘n jaar na my baardverlorende ervaring, dat ek weer eens ‘n draai by die barbier moes gaan maak. My beproefde barbier se plek was die dag gesluit en ek stap toe straat af totdat ek voor ‘n ander een te staan kom. Die stoele was van die soort waarop koningin Victoria, Napoleon en die manne gesit het en ek besluit toe ek wil ook weer op so ‘n stoel sit. Die barbier het lê en slaap soos enige ander Thai as hy nie besig is nie. “A nee a,” fluister ek toe hard vir hom, “kom verdien jou sout!” Snaaks hoe goed hy Afrikaans verstaan want in ‘n ommesientjie was hy op sy voete met die lappe reg om gedrapeer te word. Ek het hom die dood voor oë gesweer oor my baard en ek dag toe hy verstaan.

Die man het met styl te werk gegaan en ek was gou op my gemak. Ek kon sien die man kón hare sny en toe hy nou klaar is toe gryp hy nie die spieël om my te wys hoe lyk ek van agter af nie, maar hy werk toe met my neksenings hier van agter my ore af tot by die skouers. Toe hy daarmee klaar was, begin hy met die nekwerwels wat nou al jare lank kraak en dit voel toe of hy hulle losmaak en weer indruk waar hulle moet wees. Terwyl ek so sit en wonder of ek vir die spul sal moet betaal, toe klap die skoot en die volgende oomblik toe’s ek op die naat van my rug. Maar so met die gaan-lê-slag, gaan die hande op en my vingers maak my snor en die kenbaard toe tot so gelyk met my oorlelle, met my kop na links en regs skuddende. Gelukkig begin hy toe werk met die skouerspiere waar ou Piet Skyfies my destyds beet gekry het as ek Wiskunde nie kon verstaan nie.

Ek lê toe daar met toe oë van die lekkerte vir my eerste Thai Massage maar nog steeds met my hande op die snor en kenbaard en die wysvingers op die wange vir die wis en die onwis. Hy het my kop so na die een kant toe gedraai en ek aanvaar toe hy wil verder aan die nek werk. Net so met die ontspan, toe hoor ek die kirrr van ‘n knipper en sal hy nie so wrintiewaar die knipper net so by die punt van my middelvingerpunt insteek en op werk, verby die oor nie! Man, maar ek vlie’ op en ek gryp die knipper by hom en ek beduie toe vir hom hy moet sit en ek sal knip en toe’s dit ek en hy hier al om die stoel.

Dit was skreeusnaaks en ek kon nie help om te begin lag nie, want sy oë het al groter gerek want hoe kon hy nou raai waartoe die kwaai ou man in staat was! Ek gee toe sy knipper terug en ek haal my beursie uit en betaal sy fooi sonder enige ekstra vir die massering of dalk was die plesiertjie op die koop toe. Dit sal ek uitvind as ek weer ‘n draai by hom maak, want ek sál want hy ken sy werk. Ewe vriendelik is ons uitmekaar en ek wonder of hy my sal onthou as ek weer daar instap. En of hy sal onthou ‘n man sny nie aan ‘n ander man se baard nie!

By die huis het ek vinnig ingeglip en met my baardskêr die baard vernuftig en stylvol geknip sodat ek darem aan beide kante van die ou gesig eenders gelyk het. So 'n stoppelbaard hier by die slape af tot bokant die kakebeen. Snaaks, maar my Waarnemertjie het niks gesê of opgemerk nie … of het sy dalk, maar wou dit los vir later …

Die storie het nog ‘n laaste twee kinkeltjies: Die eerste een was later die aand toe ek op die internet lees wat die mense te liege en te vertelle het, toe ek ‘n berig raaklees oor ‘n navorser wat bevind het mans met stoppelbaarde is aantrekliker vir

die skonere geslag as die gladdewangmanne. My gedagtes skiet toe die verre verlede in en knorrig en verontreg reageer ek toe. "Ja, sê ek. Nou vertel julle my – vyftig jaar te laat! Vannag sal ek weer wakker lê oor al die verlore kanse … "

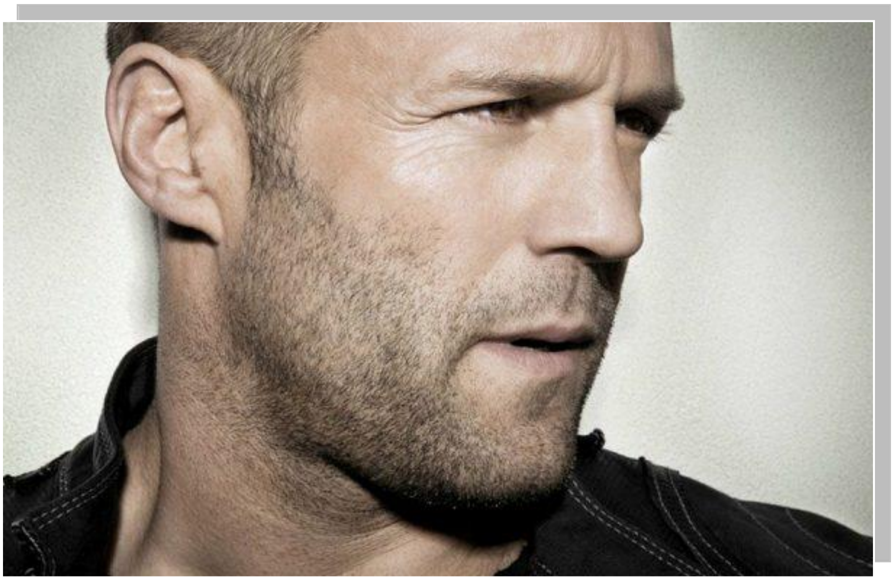
Die laaste kinkeltjie was net voor slapenstyd toe my Bederwertjie my laaste drinkdingetjie langs my neergesit het. Ek het waarderend opgekyk en sy het liefdevol afgekyk en toe sê sy die ding wat saakmaak: "Jy lyk nogal mooi met 'n kortgeknipte baard hier voor die ore af." Net daar bevestig sy toe die slim navorser se waarneming en ek dag toe: "Dalk vyftig jaar te laat," vertel jy my, "maar tog betyds want wat my Liefhebbendetjie nou te sê het is al wat tel."

Vyftig jaar te laat maar tog ook nie regtig nie. As jy 'n Thai uit sy of haar depressie wil ruk, moet jy net vir hulle sê hoe mooi, aantreklik of goed hulle lyk. Baie selfbewus is ek die volgende dag skool toe en daar gebeur dit toe. Die leerlinge is mos altyd in vreugdevolle bondels bymekaar en gaan uit hulle pad uit om vriendelik te groet. Toe ek aanstryk klas toe, toe loop ek my in die eerste bondel vas en soos altyd groet hulle luiddrugtig: "Good morning Teacher and how are you today?" Nog voor ek kon antwoord, toe sien hulle die stoppelbaard raak en raai wat seg hulle: "Teacher, you look very handsome!" Toe kon ek met plooie en al pronk want uit die mond van 'n tiener sal jy die waarheid hoor.

Nou wil ek vir al my ou gladdewangmaters sê: Bêre die skeermes vir so 'n week en kyk of daar nie 'n paar vonkies spat nie. Net dalk. 'n Mens weet nooit. Dalk is daar iewers 'n heimlike, vroulike hunkering dat ons soos Burt Lancaster, Clint Eastwood, Bud Spencer, Charles Bronson en die klas van knape, met stoppelbaarde, moet lyk. (Die jongeres wat die manne nie ken nie moet op You Tube gaan kyk.) Kry jou stoppelbaard reg. Dis dalk 'n vonkie wat 'n vuurtjie kan laat opvlam. Dis nou as jou Bewonderaartjie nie maklik gril nie. Myne gril gelukkig nie …

Deesdae word lekkerruik baardolie verkoop. Ek het dit nog nie probeer nie want ek hou nie van olierigheid nie. Maar as jy nou sou wou, kan jy maar die baardolie gebruik en dan vir jou beminde fluister: Kom soen my en *check* sommer my olie ook……..

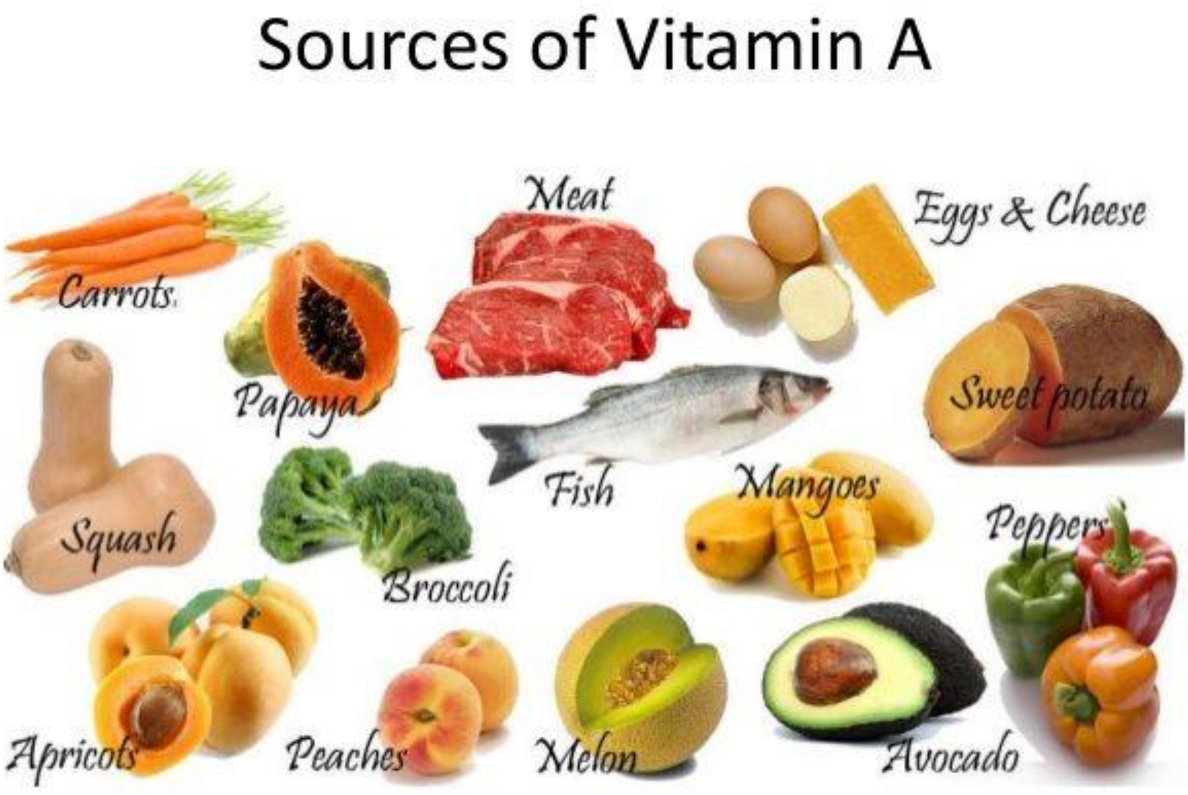
Groete tot 'n volgende keer……



HCBC Projek (Home Community Base Care)

Net so voor die einde van die 2019/2020 kontrakjaar het die HCBC-span gehelp met die toediening van Vitamien A druppels en ontwurmingstablette vir kleuters tussen 2 tot net voor 5 jaar by 32 kleuterskole. Ek het gaan oplees waarom Vitamien A so belangrik is dat dit reeds van kleins af toegedien word.

Vitamien A: Alle lewende organismes benodig vitamien A, maar MENSE en DIERE kan dit nie self sintetiseer nie. Dit moet uit hulle DIEET verkry word. Die volgende bronne kan deel vorm van jou dieet :
Geel vrugte en groente - Pampoen, wortels, broccoli, veselperske, papaja, rooi of oranje soetpatats, gedroogde appelkose, rooipepers, blaarslaai, spinasie, kool, vis, lewer, botter, kaas, borsmelk, melk en eiergeel.



Die voordele van vitamien A: Voorkom nagblindheid en ander oogprobleme, sommige velafwykings, verhoog immuniteit, mag maagontsteking smeer, beskerm teen besoedeling en kankervorming, nodig vir instandhouding en herstel van epiteelsweefsel, belangrik in die vorming van bene en tande, beskerm teen verkoues, griep en infeksies van die niere, blaas, longe en slymvliese, stadiger verouderingsproses.

Vitamien A word spesifiek toegedien aan kleuters om die volgende redes:

- Dit dra by tot die welstand van kinders en gesinne
- Jong kinders het ‘n spesiale behoefte aan vitamien A omdat hulle vinnig groei.

- Vitamien A aanvulling verhoog kinderoorlewing deur infeksies, soos diarree en longontsteking, te verminder wat dodelike siektes is in kinders jonger as 5 jaar.
- Dit verbeter sig. As daar 'n tekort aan vitamien A is, kan die kind moeilik in dowwe lig sien. 'n Ernstige tekort aan vitamien A kan tot blindheid lei.

Simptome van gebrek aan vitamien A: Droë hare of vel, droogheid van die hoornvlies, swak groei, nagblindheid, slapeloosheid, moegheid, reproduktiewe probleme, sinusitis, longontsteking, gereelde verkoue en respiratoriese infeksies, velafwykings.

Ontwurming: Gereelde ontwurming in die vorm van koubare tablette word elke ses maande aan die kleuters gegee, tesame met die vitamien A veldtog. Dit is belangrik om elke ses maande die hele familie te ontwurm en as jy diere het, dieselfde vir hulle te doen. Wurm eiers is ongelukkig volop (in die tuin, op slaai en jou geliefde troeteldiere). Daar is verskeie maniere waarop wurms na die menslike liggaam oorgedra kan word waar dit manifesteer en van jou weefsel leef. Wurms kan vir 'n tyd lank in die gasheer lewe voordat enige simptome verskyn.

Hoe word dit versprei of ingeneem?

- Om besmette vrugte, groente of rou vleis en vis te eet.
- Vrugte en groente met besmette water te was.
- Besmette water te drink.
- Om nie ordentlik hande te was na 'n besoek aan die toilet nie.
- Oordrag deur die lug wat ons inasem.
- Kontak met besmette grond of sand.
- Kaalvoet op gras, strande, grond of ander besmette plekke te loop.

***Wat is die simptome*:**

- Kroniese moegheid.
- Verlies aan aptyt.
- Wurms in stoelgang.
- Anus wat jeuk, veral saans.
- Erge maagpyn.

Wat staan jou te doen:

- Ontwurm jou troeteldiere gereeld.
- Medikasie kan sonder voorskrif by 'n apteek bekom word.
- Was jou hande gereeld en deeglik.
- Moenie toelaat dat jou troeteldiere jou of jou kind in die gesig of mond lek nie.
- Maak seker dat jy jouself en gesin ten minste elke ses maande ontwurm.

"Wes-Kaapse Regesring, Suid-Kaap Forum, Solidariteit, Wikipedia"

Mediese kalender 2020 (April-Junie)
Belangrike dae om in gedagte te hou:

ARPIL:

- Algemene gesondheidsbewusmakingsmaand

2 April: Wêreld Autisme bewusmakingsdag
7 April: Wêreld gesondheidsdag
25 April: Wêreld Malariadag

MEI:

- Teen-rook bewusmakingsmaand

8 Mei: Wêreld Rooikruisdag
12 Mei: Internasionale verpleegstersdag

15 Mei – 15 Junie: Tooi Turkoois vir Bejaardes
17 Mei: Wêreld Hipertensiedag
31 Mei: Geen-rookdag

JUNIE:

- Manne Gesondheidsmaand
- Wêreld Bloedskenkdag
- Nasionale Jeugmaand

14 Junie: Wêreld Bloedskenkdag
15 Junie: Wêreld bewusmakingsdag teen Mishandeling van die bejaarde
16 Junie: Jeugdag

"Dis Herfs"

Hey! die vroeg oggend luggie het 'n byt
Wat so effens aan my vetjies knyp
Die wind wat so om die hoek sny
Laat my liewer binne die huisie bly
Die blare wat fladderend val,
Op die grasperk en tuin, uitgestal
Dis herfs –
dis al

Die bome se blare verkleur
Grasperk verloor sy fleur
Die miere is haastig aan't werk
Die voorraad vir die winter versterk
Voëls sit gepof op die draad
Lemoenbloeisels in volle maat
Ek skud my klerekas reg
Dis herfs –
die somer is - weg.

Ek's mal oor elke nuwe seisoen,
Iets met verandering te doen
Ek wil buite in die tuin snoei
Met saad en kunsmis knoei
My lewe en styl verander
Ou dinge laat spaander
Skielik het ek net geweet

Dis Herfs…
my somer was reeds - afgemeet

Ek is nie vir die winter bang,
daarin is die mooiste kleure opgevang.
Sonsondergang in karmosyn en rooi,
die wolke kruin in silwer getooi,
bome met kaal stamme afge-ets.
Uit God se natuur self geskets.
Met Lente, Somer en Herfs,
het die lewe my soms gekwets
In my lewenswinter, kan ek weet,
lieflike plekke is vir my afgemeet.
Hoopvolle toekoms is beplan.
Dis Herfs ….
die Winter sal ook weer - omgaan

….*deur Plooy (6 April 2006)*

Groete
Melody Veldsman
(HCBC Projek)

Liewe Droomgenootleser,

Herfstyd is dinktyd!!!!

Hier gaan ons weer met …………

'n Vervolgverhaal sonder einde:

Hoofstuk 23: Ek kan nie glo ons het dit gemaak nie …….. !!!!!

Gemeet aan vandag se standaarde moes kinders wat in die vyftigs, sestigs, sewentigs en selfs in die vroeë tagtigs gebore is, nie oorleef het nie.

Dink bietjie – ons bababedjies was nie met loodvrye verf geverf nie;

Daar was nie kindervriendelike proppe of slotte op medisynebottels en deure nie;

Ons het "cupcakes" en gaskoeldrank met baie suiker geëet en gedrink'

Ons het op ons fietse rondgerits sonder om valhelms te dra;

Ons het water uit die tuinslang gedrink;

Ons het nie "smartphones, playstations en X-boxes" gehad nie;

Ons "facebook" was regte gesigte in regte boeke;

Ons het boom geklim, uitgeval en soms 'n arm of been gebreek of 'n paar tande los- of uitgeval;

Ons was nie oorgewig nie, ons het heeldag buite gespeel en saans wanneer die straatligte aangaan eers huistoe gegaan;

Ons het nie almal 'n span gehaal nie, maar ons moes leer om dié teleurstellings te hanteer;

Ons almal is nie ewe slim nie, soms het ons 'n standerd gedruip en moes die standerd herhaal word;

Toets- en eksamenuitslae is nooit, vir enige redes, aangepas nie;

Ons moes die gevolge van ons dade dra;

Ons kon niemand blameer nie, net onsself.

Tog het ons dit gemaak!!

Groete tot 'n volgende DROOMgenoot.
Coreen

VANUIT DIE VERPLEEGAFDELING

Die nuwe jaar het soos 'n warrelwind begin en voor ons ons oë kon uitvee lê Maartmaand voor jou. Ons sukkel nog om 2020 na die datum te skryf want 2019 is nog steeds in jou brein ge-ets. Die warm dae wat ons deur die somer beleef het, het ons letterlik laat sweet – dan help die "loadshedding" ook nie. Ons is daar deur en Ons Hemelse Vader het ons gebed verhoor en reën op die regte tyd en plek laat val om ons dam se vlak te laat styg. Dit is nog droog, maar ons glo dat Hy ons sal ryklik seën met reën die winter.
Praat van winter, ja dié lê en wink vir ons. Die sonnetjie is maar traag om soggens sy kop uit te steek, die dae word korter en die nagte effe langer, maar ons kla nie.

Soos almal nou al gehoor het is die grootste opskrifte in die nuus – die COVID19 of Coronavirus. Met die skrywe van die artikel is daar reeds 7 persone in Suid afrika gediagnoseer met die virus. Ek het bietjie gaan oplees en inligting van die Wes-Kaapse regering via die Riversdal Hospitaal ontvang wat ek graag met almal wil deel. 'n Mens moenie dink dat die voorsorgmaatreëls slegs vir dié virus is nie, dis veral ook belangrik om dit te volg vir die winterseisoen wanneer verkoues, griep, brongitis en longontsteking kop uitsteek.

BRON: STANDARD OPERATING PROCEDURES FOR PREPAREDNESS, DETECTION AND RESPONSE TO A CORONAVIRUS (2019-NCOV) OUTBREAK IN SOUTH AFRICA – UITGEGEE DEUR DIE NASIONALE DEPARTEMENT VAN GESONDHEID – 30 Januarie 2020

Wat is die Coronavirus?

Die 2019 Novel Coronavirus of COVID-19 is 'n nuwe respiratoriese virus wat in Wuhan, Hubei provinsie in China identifseer is. Die meerderheid van die gevalle was gekoppel aan seekos-, pluimvee- en lewendige wildediermark in Wuhan, wat suggereer dat die moontlike oorsprong van die virus van dierlike afkoms kan wees. Die inkubasie periode op die stadium word geskat tot 14 dae.

Wat is die oorsprong van die COVID-19?

Die Coronavirus is deel van 'n groot familie van virusse wat 'n breë spektrum van matige tot ernstige siektes kan veroorsaak. Sommige veroorsaak siektes in die mens, ander sirkuleer onder diere, insluitend kamele en sekere vlermuise. Dit is seldsaam dat sommige dierlike coronaviruse kan ontwikkel om siektes in mense te veroorsaak. Partykeer kan die coronavirus die vermoë ontwikkel om van mens tot mens te versprei (Midde Ooste Respiratories sindroom- MERS – CoV 2012) en "severe acute respiratory syndrome virus" (SARS -CoV – 2002 in China).

Hoe kan ek myself beskerm?

Daar is tans geen entstof beskikbaar teen die virus nie. Die beste beskerming is daaglikse volhoubare voorkoming – om enige tipe respiratoriese virus hok te slaan.
'n Baie belangrike punt wat al deur verskeie media flitse deurkom is om te probeer om elke halfuur iets te drink, water is natuurlik die beste. Al is dit net 'n slukkie of twee. Die rede hiervoor is dat indien enige virus in jou keel is, dit afgesluk word en die maagsuur in jou maag sal die virus dan doodmaak. Met ander woorde jy moet probeer om jou keel deurlopend klam te hou. Een professor in die VSA wat met die virusse sedert die 1970's gewerk het, sê dat 'n persoon sy immunstelsel moet opbou deur Zink en Vitamiene C tablette daagliks te gebruik.

Handewas is een van die belangrikste voorkomingsmiddels – was jou hande ten minste 20 sekondes op 'n keer.
Moenie aan jou gesig, veral mond, neus en oë vat as jy dalk aan gekontamineerde oppervlaktes geraak het.
As jy nies of hoes, doen dit in 'n sneesdoekie en gooi dit onmiddellik weg. As jy nie 'n sneesdoekie het nie, hoes of nies onder jou bloes of hemp se kraag in deur dit op te lig.

Wat is die simptome van die COVID-19 virus
Die simptome sluit in, loopneus, hoofpyn, hoes, moeilike asemhaling, seer keel, koors en diarree.

Hoe word COVID-19 gediagnoseer?
Dit word deur middel van 'n molekulêre laboratorium toets gedoen van die lugweë, neus of keel.

Hoe word COVID-19 behandel?
Behandeling is slegs ondersteunend bv. om suurstof toe te dien vir persone wat koorsig is of kort van asem is. Daar is geen anti-virale middel beskikbaar nie. Antibiotika word nie gebruik vir virale infeksies nie, behalwe as sekondêre bakteriële infeksies ontwikkel.

Wat moet ek doen indien ek moontlik met 'n besmette persoon in aanraking kom?
Hou uself afgesonder en kontak u geneesheer telefonies.
Kontak: General Public Hotline: 0800 029 999
Maandae – Vrydae vanaf 08:00 – 16:00

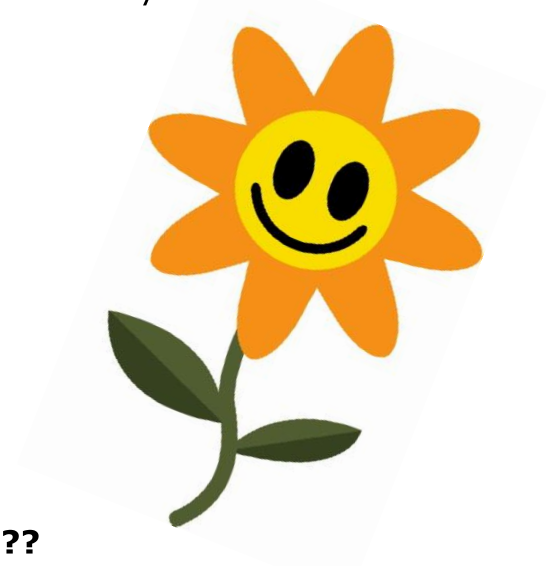
Gebed is 'n leer na God
Die weg na die Heer
Is 'n leer van gebed
Wat ons daagliks moet klim
As ons Hom nodig het.
Ons kommer, ons sorge,
Elke las wat ons het,
Vertel ons vir Hom
In die uur van gebed.
So opwaarts! Ja opwaarts!
Steeds hoër aldag:
Van vroeg in die more
Tot laat in die nag.
Gebed is die leer
As ons nader wil kom,
Om stil te verkeer
In die gemeenskap met HOM.

Tot 'n volgende keer
Vreugdevolle groete
Sr Linda Botha

Protect yourself and others from getting sick
Wash your hands
• after coughing or sneezing
• when caring for the sick
• before, during and after you prepare food
• before eating
• after toilet use
• when hands are visibly dirty
• after handling animals or animal waste
World Health Organization

JOU SKEPPINGSDOEL

Jy vra nie VERSKONING vir WIE jy is nie.
Ook nie vir jou Goddelike PASSIE en DROME nie.
Almal hoef nie vir jou HANDE te klap en met jou saam te stem nie.
Jy hoef ook nie almal se GOEDKEURING te hê vir jou lewe en besluite nie.
JY SELF is VERANTWOORDELIK vir jou eie BESLUITE …… goed of sleg.
En jyself sal altyd met die GEVOLGE van jou BESLUITE moet saamleef.
Dit is nie ander mense se plig om jou GELUKKIG te maak nie.
WARE GELUK kom van BINNE af ….. van jou hart wat gevul is met JESUS self.
'n "People pleaser" is 'n SLAAF van mense.
Jy is vry om GOD te behaag …. en nie mense nie.
Leef VOLUIT.
Dis HY wat jou passie en SKEPPINGSDOEL in jou geplaas het.
Jy leef vir GOD se PLESIER en tot Sy EER.



Is daar lewe na sestig????

Haha … ons hoor so baie sestig is die "nuwe" veertig OF die lewe begin op sestig.
Moenie jouself probeer flous nie – die lewe begin nie op sestig nie, MAAR dit eindig ook nog lank nie daar nie.

Jy hoef nie skielik vreeslik kuis en besadig te raak as jy die sestigjarige rubicon oorsteek nie. As jy nie voorheen in 'n boksie ingepas het nie – hoekom wil jy dan nou in 'n boksie inpas? Jou ouderdom behoort nie jou totale menswees te definieer nie –
jy hoef nie jou sestiger jare deur te bring deur net goeie dade te doen nie. As jy nog wil uitrafel, rafel uit – moenie dat "sestig" jou keer nie.

Diskriminasie na sestig tref albei geslagte, maar mans kom ligter daarvan af. Mans word as 'n "silwer fox" bewonder, maar daar is geen vleiende benaming vir 'n vrou met 'n silwer haardos nie. Die "ou bok, jong blaar"- verhouding is ook meer aanvaarbaar as 'n sestigjarige vrou wat 'n katelknaap aanskaf.

Na sestig verander dinge wel, soms nogal in jou guns – jy kan teen halfprys gaan fliek en by sekere winkels op sekere dae afslag kry.

'n Sekere motiveringspreker raai sestigers aan om aan te hou verjaar, MAAR om van hul presiese ouderdom te vergeet. Dit klink na 'n plan of hoe …… ????

Ek het die volgende op Facebook raakgelees en agtergekom die skryfster is daar van julle omgewing – Swellendam. Ek het haar gekontak en toestemming gevra om dit in die Droomgenoot te plaas. Gaan kyk of julle van haar ander werk ook te lees kan kry. Baie dankie Annali, ek glo almal gaan dit baie geniet.

Bottermaker se resep...
'n sielStorie deur Annali Swiegers.

Die nuus kom dat daar 'n virus loop en skree dat ons moet starrag leef, ophou hol en huis toe gaan. Eers dog ek dis net nog 'n storie wat 'n onwaarheid-broek aanhet, maar toe raak dit ernstig en ernstiger. En kort voor lank toe is die virus naby en skree kliphard en almal skrik en hol gillend die pad af, party hol huis toe, party hol in mekaar vas en hier en daar is daar een wat amok gaan saai op die plein.
Nou-ja, ek gee nie om vir my huis nie, ek het baie om te doen en al-Een wees is aangenaam vir my. Ek sit nou in my tuin en werk 'n resep uit, ek maak graag botter van beesmis tye. Dis eintlik salig, die voëltjies is baldadiger as gewoonlik, dis nou van die siele moes binne bly. Ek sit en kyk die skoenlappers wat stuitig in mekaar vasvlieg en giggelend op die liefdesblomme sit en ogies maak vir mekaar.
Maar ja, selfs in die stilte en bly-by-jou-huis-tyd, is daar sowaar 'n gegil oor my muur.
"Hallóóu!!" skree 'n siel benoud, anderkant my muur.
Ek sit doodstil en hoop dis nie vir my nie, maar nee, die siel skree nog 'n keer!
"Hallóóóu! Storieverteller!!! Waar ís jy?" skree die siel weer oor die muur.
Ek staan op en roep terug: "Ag nee man? Wat maak jy buite jou huis? Hoe kan jy my vra waar ek is, jy weet dan ons moet in ons huise bly?"
Die siel gee 'n snik en 'n sug en teem voort: "Ek weet maar ek kan dit nie uithou met my eie sigSelwer nie en dis so 'n skriktyd en dan is daar nog my broek wat so bewe dat ek gedaan is daarvan."
"Ai Jong? Hoekom bewe jou broek dan, my Ou?"
Die siel praat in 'n bewerige stem voort: "Want ek het by die virus 'n broek gekoop, dis 'n bang-broek! En ek weet niks en niemand wil vir my vertel nie en hoekom en waarom en wanneer tog immers? Dan is daar nog die ellende van anderkant en onweet en seg nou maar net...!"
"Liewe deug my Ou? Waar is jou eie broek? Jy het mos 'n lieflike glo-broek en wat van die mooie vertrou-broek wat jy nou die dag aangehad het? Trek uit daai bang-broek, gooi weg, mens dra nie sulke klere nie. Jy weet mos ons is nooit alleen nie?"
"Oukei, wag vir my asseblief, ek gaan net gou my glo-broek aantrek, moenie weggaan nie, ek is nog nie klaar geskrik en gebewe nie. Eintlik wil ek inkom maar ek weet ons moet ver van mekaar af asemhaal."
Ek giggel saggies en sê: "Dis reg skrikSiel, ek sit hier en wag vir jou terwyl ek 'n botter maak resep bymekaar dink."
Na 'n ruk hoor ek hom aangehuppel kom, hy staan op sy tone en loer deur die liefdesblomme en sê: "Hiers ek, ek is terug en sowaar, my glo-broek sit lekker, niks bewerigheid nie. Dankie Storieverteller! Maar nou wil ek asseblief weet van die resep, gaan jy bak en brou?"
"Nee skrikSiel", seg ek, "Dis 'n resep vir hoe om in die oomblik te leef en al-Een te wees sonder om bewebroeke te loop staan en koop."
"Ek luister!" seg die siel.
"Dis eintlik maklik skrikSiel, mens moenie nou staan en loop vooruit skrik nie. Ons weet nie en dis ook oukei, wanneer ons daar kom sal ons weet. En ons het mekaar en

die groot Siel is heeltyd by almal, Hy gaan ons mos nie nou los nie, Hy is niks bang vir virusse nie.
"En dan is daar die botter in die beesmis, die persent in alle situasies. Mens moet sit en stilbly, bietjie binnetoe dink en luister. Ons kry nie baie sulke tye nie, meer nog, ons is almal in dieselfde bootjie. Almal het geskrik, almal moes stop en ons weet dat alles gaan verander. Dis die ding wat ons armsalige bang siele die meeste vang. Die on-weet, die on-rus en die on- van alle on-dinge wat ons uit-dink en groter-dink.
"Die groot Siel het 'n plan, wat aangaan is nie onder Hom uit nie, Hy weet van alles en soos dit vir my lyk, het Hy nou eers gemeen Hy moet ons bietjie uithaal uit die lewe dat die Lewe kan terugkom tot homself. Dan sal Hy ons help om weer terug te leef en dalk het 'n klomp van ons bietjie meer respek vir die lewe."
Die siel sug en sê: "Haai dankie Storieverteller, ek voel nou heelwat beter. So, jy seg dit gaan oukei wees, ons sal weer aangaan?"
"Ja skrikSiel, ons sal oukei wees, het jy iets nodig?"
"Nee, nognie, maar dalk hou my kos nie! Maar jy is mos hier? En om die waarheid te sê, ek onthou nou net, ek wil gaan uitvind of my sielmaters oukei is, ek was so skrikkerig dat ek skoon vergeet het om oor hulle te vra. Is jý oukei Storieverteller?"
"Dankie vir vra skrikSiel, ek is doodreg en het genoeg van alles.
"Dis 'n Wonder tyd, ons moet almal bietjie Wonder!"

Nou ja, daar het julle dit. Trek uit en pak weg die Bang-broek en Bewe-broek en Twyfel-broek en laat ons die Glo-broek aantrek!!!

Kontakbesonderhede

DROOM

Posbus 270

Riversdal

6670

DROOM:	028 7132526
Faks:	028-7132526
E-Pos:	ontvangs@droomriversdal.co.za
Web:	www.droomriversdal.co.za

2019/2020

Personeel:

Uitvoerende bestuurder:	Mnr CJ Veldsman
Finansiële beampte:	Mev MG Veldsman
Personeel beampte:	Mej E Muller
Administratiewe beampte maatskaplike dienste-afdeling:	Mev CM Victor
DROOM ontvangs:	Mev MJJ van der Vyver
Hoof geregistreerde verpleegkundige:	L Botha
Geregistreerde verpleegkundiges:	U van Niekerk
	L de Jager
Ingeskrewe verpleegkundiges:	RH Ponto
	FM Vorster
Risiko koördineerder:	Mnr JD van der Vyver
Sosiale kreatiwiteitskoördineerder:	Mej R Benadé
Sosiale media (Kaapstad):	Mev LA Veldsman

Home Community Base Care: (Projek deur Departement Gesondheid befonds en bestuur deur DROOM)

Administratiewe beampte:	Mev MG Veldsman
Koördineerder ingeskrewe verpleegkundige:	Mej C Malherbe
Nie-professionele koördineerder:	Mev M Jacobs

Etekaartjies:

Weeketes:	R45.00
Sondagetes:	R60.00
Spesiale etes:	Op Aanvraag

Gastekamer:

Een persoon:	R200.00 per nag
Twee persone:	R300.00 per nag (R150.00 elk)

Respytsorg:

Deposito:	R1 500.00 betaalbaar met opname (terugbetaalbaar)
Eerste 7 dae:	R320.00 per dag
Volgende 7 dae:	R295.00 per dag
Volgende 7 dae:	R270.00 per dag
Res van die tydperk:	R240.00 per dag
Inwoners:	R180.00 per dag vir die hele tydperk