



Kokanje

KOLLIQ



September 2021

Jaartal 36

Nommer 2



"Rus-'n-Bietjie", Kokanje Aftreeoord, Augustus 2021 – Fotograaf: Lourens Durand



Sekerheidsreël 23:

'N TESTAMENT BETEKEN DAT JY ALTYD DIE LAASTE SÊ HET.

Met byna 25 jaar ervaring van die administrasie en afhandeling van boedels is Sanlam Trust daartoe verbind om te verseker dat die nalatenskap van jou lewenswerk en die belange van jou geliefdes altyd behoorlik beskerm en billik bestuur word.

Ons sal jou help om 'n geldige testament op te stel of 'n bestaande een by te werk, dit veilig te bewaar en as eksekuteur of mede-eksekuteur van jou boedel op te tree. Dit beteken dat jy vandag met sekerheid kan lewe in die wete dat jy vir môre gesorg het.

Skakel ons by **Juksta BlouSter** sodat ons saam oor jou toekoms kan gesels.



Jan Hendrik Jacobs
BlouSter Prinsipaal
071 895 1502



Salomé Wessels
Finansiële Beplanner
083 371 5949



Ben Scott
Finansiële Beplanner
082 867 2786

REDAKSIONEEL

VAKATURE: REDAKTEUR VAN DIGITALE KOLLIGTE

Geniet jy die internet? Hou jy daarvan om interessante inligting op die wêreldwye web op te soek en dit met ander mense te deel? Is jy rekenaarvaardig en verstaan jy iets van “links” (skakels), Word en PDF? Wil jy ‘n bydrae lewer om die voordele van die Internet beter aan inwoners van Kokanje bekend te stel?

Gesels met ons – ons kan jou dalk help hiermee en jou touwys maak waar nodig.

Jou bydraes sal vir sommige in Kokanje baie goed wees.

kolligredaksie@gmail.com

of SMS/WhatsApp: 0825515615

KOLLIG KAN HEELWAT GELD SPAAR, SODAT ONS INWONERS MET MEER EN BETER (KLEURVOLLER) INLIGTING KAN BEDIEN

Die Kollig wat jy in jou hande vashou, se drukkoste beloop R43.60.

‘n Tipiese Kollig Light se drukkoste is R18.00 per eksemplaar.

Dit is hoeveel ons kan spaar as inwoners wat nie die gedrukte weergawe nodig het nie, ons sal laat weet om dit nie meer aan hulle te verskaf nie.

Die Digitale Kollig wat hier op die Internet beskikbaar is:

<http://kokanjeaftreeoord.co.za/kollig/>

(gewoonlik meer kleurvol as die gedrukte Kollig)

kos Kokanje net ‘n fraksie van die prys van die *gedrukte weergawe*.

Wat wil ons doen met die geld wat so gespaar word? Ons kan meer Kollig-bladsye druk (meer swart-en-wit én meer bladsye met kleur)

en dalk ook meer uitgawes van Kollig per jaar die lig laat sien. Op die oomblik beperk ons begroting ons.

As jy vir ons wil sê om nie meer papier-Kolligte aan jou te verskaf nie, stuur ‘n e-pos aan

kolligredaksie@gmail.com of stuur ‘n SMS of WhatsApp aan 082-5515615.

SPONSOR A KOLLIG PAGE

We are very grateful for those who kindly sponsor a page in Kollig.

For more information, feel free to contact Marion Moir at 082-4486546 or

moir@cottonwood.co.za

VRYWARING

Menings is rubriekskrywers en adverteerders se eie en weerspieël nie noodwendig dié van KOLLIG of Kokanje nie. Kopiereg van artikels en rubrieke berus by die skrywer. Kollig redaksie behou die reg om artikels en rubrieke te verkort, taal te versorg en vir plasing te keur, sonder om die strekking van die inhoud te verander.

DISCLAIMER

Opinions are columnists and advertisers' own and do not necessarily reflect those of KOLLIG or Kokanje. Copyright of articles and columns rests with the author. KOLLIG editorial retains the right to shorten articles and columns, take care of language and approve for placement, without changing content creation.

“...want ek het geleer om vergenoeg te wees met die omstandighede waarin ek is...” – Filippense 4:11.

Die woord **vergenoeg** is 'n vreemde woord, ek kan amper sê, 'n onbekende woord, 'n woord wat selde in ons tyd gebruik word. Enersyds is die woord vreemd omdat dit 'n woord is wat verteenwoordigend is van 'n ouer vorm van die Afrikaanse taal, en daarom nog in die 1953-Afrikaanse vertaling, soos hierbo aangehaal, gebruik word. In die 1983-Bybelvertaling word dieselfde vers op die volgende manier vertaal: “... want ek het geleer om my in alle omstandighede **te behelp**”, en in die nuwe Direkte vertaling van 2020 lui die vers so: “...want ek het geleer om in alle omstandighede **tevrede te wees**.”

Andersyds is die woord vreemd omdat dit dui op 'n lewenshouding wat eie aan die Bybel, maar vreemd aan die wêreld is. Want, alhoewel die Griekse woord *autarkes* en sy sinoniem *arketos/arkeo*, wat onder andere met **vergenoeg** vertaal kan word, nie baie in die Nuwe Testament voorkom nie, word die saak waarna dit verwys, naamlik, 'n bepaalde lewenshouding van **vergenoegdheid**, meer algemeen in die Bybel aangetref.

Hierdie lewenshouding van vergenoegdheid van Paulus in die Filippensebrief, staan in kontras met die lewenshouding wat so kenmerkend van die wêreld is waarin ons woon. Ons sal hierdie hedendaagse houding kan tipeer met die Engelse woord “**entitlement**,” dit wil sê, as iets wat my regtens toekom, iets waarop ek geregtig is. Dit is 'n houding van “*ek behoort iets te hê of te kry en indien ek dit nie het, of nie kry nie, word ek benadeel en is my regte geskend*.” Dan het ek 'n slagoffermentaliteit, 'n mentaliteit van iemand wat ten onregte benadeel of beroof is, dan is ek **onvergenoeg**.

Wat sou aanleiding gee tot hierdie lewenshouding van **onvergenoegdheid** wat al meer in ons samelewing voorkom? Dit is nou al so deel van baie mense se geestelike ingesteldheid dat dit al simptome van sekere menslike optrede geword het, 'n mens sou byna kon sê dat dit hoogmode geword het. Sodra 'n aanspraak op 'n gewaande reg of voorreg weens een of ander beperking nie realiseer nie, is die reaksie een van onvergenoegdheid. Daarby het die Covid-epidemie, met beperkings en inperkinge wat dit op individue, families en gemeenskappe se sosiale verhoudings geplaas het, sekerlik baie daartoe bygedra dat onvergenoegdheid 'n verstekhouding (“*default attitude*”) by sommige mense geword het.

Alhoewel onvergenoegdheid ook by die inwoners van

Kokanje kan voorkom, is dit gelukkig nie dié dominante lewenshouding in Kokanje nie. Intendeel, die deursnee gevoel wat in gesprekke tussen inwoners na vore kom, is een van tevredenheid en dankbaarheid, 'n algemene bewustheid van hoe bevoorreg ons is om onder hierdie omstandighede te mag leef en woon. En ja, die beperkings en inperkinge wat die Covid-epidemie op ons lê, kan lei tot frustrasie, hartseer en verlange, maar dit kry ons nie onder nie en maak nie van ons onvergenoegde mense nie.

Vergenoegdheid is die lewenshouding wat ons by Paulus aantref. Hy is baie dankbaar dat die mense van Filippi aan hom dink en bydra tot sy lewensonderhoud. Hy het dit glad nie verwag dat hulle dit moet doen nie, met ander woorde hy het nie gedink dat dit hom regtens toekom nie, dat hy “entitled” daarop was nie. Trouens, hy het geleer om **tevrede** te wees met sy omstandighede, in oorvloed én in gebrek, in tye van honger ly, maar ook wanneer hy genoeg gehad om te eet, in tye van armoede, maar ook in tye van oorvloed. Sy omstandighede, hetsy **goed** óf **sleg**, het dus nie sy lewenshouding verander nie, want sy lewenshouding kom van binne en is nie afhanklik van eksterne omstandighede nie. Paulus kon hierdie lewenshouding hê, want hy moes leer om te lewe vanuit die toesegging in 2 Korintiërs 12:9: “*My genade is vir jou genoeg (arkeo). My krag kom juis tot volle werking wanneer jy swak is*”. Wanneer Paulus leer dat hy nie 'n reg op sekere dinge het nie, dat dit hom nie outomaties toekom nie, maar dat dit wat hy van die Here ontvang het, **genoeg** is, kan hy 'n **vergenoegde mens** wees.

“*Ons is dikwels so besig om te kla oor wat ons nie het nie, dat ons nie tyd het om te geniet wat ons wel hê nie.*” [H.V. Prochnow](#).

Henk Potgieter



DIENTE EN VERSOEKE

Kokanje se Poskantoor diens

Besigheidsure:

Maandae – Donderdae: 9:00 - 13:00

Vrydae: 09:00 - 12:00

Kontaknommer tydens besigheidsure: 014 715 2802

Dienste wat gelewer word

(enige persoon mag van hierdie dienste gebruikmaak):

Stuur en ontvang van fakse & e-posse & die maak van fotostate

Faksnommer: 014 715 2802

E-pos-adres: kokanjepos@telkomsa.net

Tariewe:

Fakse: R7 per bladsy. **E-posse:** R8 vir 5 bladsye

Fotostate: R1,50 vir A4 en R2,00 vir A3, per bladsy

Pos en pakkette word by die ontvangs daarvan gesorteer en aangeteken.



Dienste wat deur Susan Weber persoonlik gelewer word:

Motorvoertuiglisensies

(R80 per transaksie):

Hernuwing van voertuiglisensie (lisensieskyf)

Registrasie van voertuig

Adresverandering

Varsgedopte Pekanneute

R230 per kg en R120 per 500 mg

Betaal en haal af by Raasblaarstraat 72A

Kontak: Wim Faurie 082 600 2900 of Bets Faurie 084 587 9535

Shoprider benodig

Ek soek 'n Shoprider in goeie toestand om te koop.

Skakel Leonie Mc Callaghan by 0720212830

SAKE UIT DIE DIREKSIE EN DIE BESTUURSKOMITEE

Behalwe vir dringende sake wat deur die Dagbestuur hanteer is, kon die Direksie en Bestuurskomitee vanweë die Wet op Rampbestuur nie in Junie en a.g.v. die reses in Julie vergader nie. Hierdie verslag bied 'n oorsig tot 13 September 2021.

1. Risikobestuur

'n Risikoprofiel is in samewerking met die Uitvoerende Bestuurder en Advieskomitees ingevolge die goedgekeurde matriks ontwikkel en die primêre areas, risikobeskrywing, drywers en bestuur daarvolgens georden. Die uitkomst is as doelwitte na die Uitvoerende Bestuurder en onderskeie advieskomitees verwys.

Die voorsitter van die Risikobestuurskomitee vergader maandeliks met die Uitvoerende Bestuurder en *Santim Sekuriteit* met die doel om insidente en probleme te bespreek ter verbetering van bestaande protokolle ten einde potensiële sekuriteitsbedreigings te identifiseer, die makro sekuriteitslandskap te bespreek en tendense, bedreigings en teenmaatreëls wat in die industrie aan die ontwikkel is, te bestuur. 'n Noodplan is ontwikkel vir ingeval onrus na Modimolle sou uitbrei en elemente van die plan was in werking tydens die onlangse onluste in KwaZulu-Natal en Gauteng.

'n Register word ingestel om klagtes en versoeke aan te teken wat gekategoriseer word om tendense te bepaal.

Ingevolge die Wet op Persoonlike Inligting is lede se toestemming versoek om persoonlike inligting vir nuusbriewe, e-posse, SMS'e en telefoonoproepe vir direkte bemarking te gebruik en bewaring van inligting te kan kategoriseer. Hierdie inligting word op die voorgeskrewe manier beskerm.

2. Finansies en Bemarking

Die begroting is op die bemarking van 28 eenhede tot 31 Maart 2022 gebaseer. Tot 8 September 2021 is 15 eenhede bemark en 22 eenhede is beskikbaar vir bemarking. Bemarking geskied onder andere op ons webwerf en ons bly steeds baie gewild as 'n aftreeoord; 1 457 besoeke oor

die afgelope maand aan ons webwerf getuig hiervan. Ons bemark ook gereeld in die Beeld en het nou met Pretoria FM 'n bemarkingsooreenkoms aangegaan waar Kokanje deur middel van 'n stem-"klingel" daagliks geadverteer word. Pretoria FM saai in ses van ons nege provinsies uit en bied dus wye dekking aan Kokanje.

Die hoofstrome van inkomste is die bemarking van eenhede en heffings en bepaal hoe en wanneer die kapitaalprojekte uitgevoer kan word. Verkope van eenhede het begin verlangsaam, dus is besluit om pro-aktief op te tree en om sekere begrote kapitaalprojekte tydelik uit te stel.

Nuwe beleggingsmoontlikhede word ook periodiek ondersoek. Onlangs is onder andere met PSG Wealth en Allan Gray oor markverwagtinge in gesprek getree. Finkom is besig om 'n omvattende beleggingsbeleid op te stel vir ooreweging deur die Direksie.

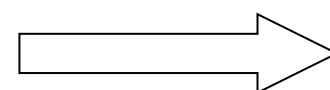
Die toelatingsouderdom van maksimum 75 jaar vir voornemende kopers is herroep met dien verstande dat aansoeke van persone ouer as 75 individueel oorweeg word. Een van die voorwaardes is dat die voornemende koper 'n volledige mediese ondersoek ondergaan en sou daar enige onsekerheid oor die ondersoek wees, die aansoeker na 'n dokter van die Direksie se keuse vir 'n tweede opinie, vir die rekening van die aansoeker, verwys word.

'n Ondersoek is aan die gang om die oorsake van

water- en kragverliese te bepaal. Daar is bevind dat dit onder andere toegeskryf kan word aan foutiewe meters. 25 watermeters is teen 'n koste van R30 000 vervang en vier kragmeters teen R4 000.



Die munisipale kragtariewe is met ingang 1 Julie 2021 van R1,58 na R1,91 per eenheid en water van R32,18 kl na R33,64 kl verhoog soos dit op die heffingsrekenings aangedui word. Dit gebeur jaarliks wanneer die nuwe munisipale tariewe in werking tree.



SAKE UIT DIE DIREKSIE EN DIE BESTUURSKOMITEE

(Vervolg)

Daar is besluit dat geen boedelwaarde in die toekoms vir gholfkarafdakke toegeken sal word nie.

Die eksterne ouditeur, mnr. Martin Fourie, het met die voorlegging van die geouditeerde state vir 2020/2021 op 7 September 2021 aan die Direksie/Bestuurskomitee, 'n ongekwalifiseerde auditverslag bevestig. Die Bestuurder van Finansies, me. Sibbie Swart, en haar personeel is gelukkig en ook bedank dat hul die taak vir die ouditeure vergemaklik deur goeie samewerking, voorbereiding en geordende verslae.



Illustration by Chris Gash

3. Tegnies

Die waterbestuursplan is onder hersiening en daar is bepaal dat watertenks slegs deur reënwater opgevol mag word. Voorsiening sal op die nuwe begroting gemaak word vir die vervanging van baddens met storte in gevalle waar die Bestuurder: Versorgingsdienste dit op grond van die mobiliteit van die inwoners aanbeveel.

Goedkeuring is aan MARU Telekommunikasie verleen vir die oprig van 'n selfoontoring op 'n ooreengekome terrein teen huurgeld van R5 000 per maand.

'n Addisionele twee personeelwonings is voltooi en deur die bestuurders van Bemaking en Versorging betrek. Die Direksie bedank graag die betrokke kontrakteurs en tegniese personeel vir hul bydraes om hierdie huise so bekostigbaar moontlik te voltooi. 'n Volledige verslag wat die kostes

verbonde aan die huise uiteensit, sal tydens die inligtingsvergadering op 30 September 2021 voorgelê word.

'n Kokanje-sonkragprojek word in 'n aparte artikel in hierdie uitgawe van Kollig toegelig.

4. Versorgingsdienste

Die Departement van Maatskaplike Ontwikkeling en Gesondheid het die herregistrasie van die Kokanje Eenheid vir Verswakte Inwoners (KE) en die Dienssentrum goedgekeur.

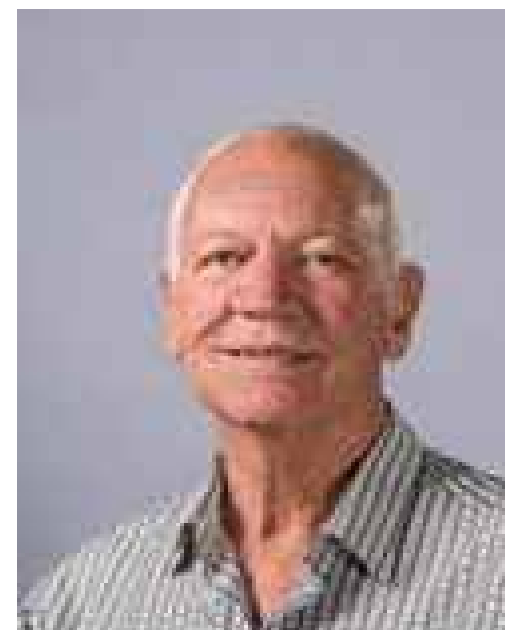
Sedert 1 April 2021 was daar 14 Covid-verwante sterftes, waarvan 9 in 'n hospitaal en 5 in die kwarantynsaal. Daar is tans geen Covid-19-gevalle nie. Dit is verblydend dat ongeveer 700 inwoners gevaksineer is. Inwoners word bedank vir hul begrip en samewerking om aan die regulasies gehoor te gee. Sedert 7 September 2021 word besoeke aan die KE toegelaat, maar wel slegs twee persone vir 20 minute. Die besoekure is 09:45 tot 11:15 en 14:45 tot 16:15.

5. Inligtingsvergadering

Die Voortsettingsvergadering om die auditverslag voor te lê en na afloop daarvan 'n Inligtingsvergadering om op die verslag uit te brei, word op 30 September 2021 gehou.

Intussen is inwoners welkom om die Uitvoerende Bestuurder vir verdere toeligting van die verslag te nader.

Gert Kruger
Voorsitter



WAT MAAK KOKANJE SE VERSORGINGSMODEL SO 'N HOEKSTEEN VAN SY AFTREE-LEEFSTYL?

Hiermee neem ons 'n wandeling deur die geskiedenis en besin 'n bietjie.

1. Op 29 September 1999 is eienaarskap per koopkontrak deur die Vereniging van Staatsamptenare (VSA) aan Kokanje en die Ingelyfde Maatskappy sonder aandeelkapitaal oorgedra en in 2000, ingevolge artikel 21 van Wet 61 van 1973, in die Aktekantoor op die naam van Kokanje Bestuursvereniging (KBV) geregistreer.

2. Voor die oordrag was die VSA die ontwikkelaar. Die KBV is ingevolge die Wet op Behuisingsontwikkeling vir Afgetrede Persone geregistreer. 'n Ontwikkelaar is die eienaar van die grond en vaste bates. Omdat dit nou nie aan 'n privaat persoon of instansie (ontwikkelaar) behoort nie, is die Maatskappy die ontwikkelaar by Kokanje.

3. Die nie-vergoeding van Direkteure/Bestuurskomiteeledes is in die Grondwet van die KBV, wat deur die lede goedgekeur is, vervat. Verkose lede doen hierdie taak dus onder die besef van medeverantwoordelikheid en betrokkenheid by die Kokanje-bestuurstaak.

4. In die regulasies van die Wet op Behuisingsontwikkeling vir Afgetrede Persone word bepaal dat die heffing volgens oppervlakte tot die vierde desimaal bereken word, behalwe as lede anders daarvoor besluit. Die lede het destyds op die huidige model besluit. Sodoende betaal alle inwoners dieselfde heffing.

Met die oprigting van die Kokanje Eenheid vir Verswakte Inwoners (KE), het die inwoners soos in die voorafgaande verduidelik, ook besluit dat alle inwoners van die begin af ook maandeliks dieselfde bedrag per heffing vir versorging moet betaal. Dit was 'n besondere gebaar van vrywilligheid van inwoners, juis as in gedagte gehou word dat nie alle inwoners die versorging nodig sou hê nie. Verseker getuig hierdie besluit van besondere liefde en goedhartigheid teenoor

mede-inwoners. Die kruissubsidiëring via die Maatskappy maak die verdere bydrae sodat heffings steeds bekostigbaar kan bly.

5. Wat die hoofuitgawes, nl. Administrasie, Finansies, Voedsel, Versorging en Tegnieke Dienste betref, lê die toepassing in die hoofdoelstellings en -besigheid ingevolge die Akte van Oprigting, naamlik -

- om akkommodasie aan lede en noodsaaklike personeel te voorsien;
- om 'n versorgingsdiens te lewer;
- om middagetes aan inwoners te voorsien sodat daar aan die hoofdoelstellings/-besigheid voldoen kan word teen bekostigbare pryse.

6. Die besondere wyse waarop die Versorgingsdiens versorging uitgebou het, is 'n uitnemende medemenslike optrede. Soos inwoners oor tyd verouder en behoefte aan sorg toeneem, het die Ondersteuningsdiens ontwikkel wat tuisversorging behartig sodat inwoners bygestaan word om so lank moontlik in hul eie wonings te kan aanbly. Hierby word ingesluit funksies soos die uitdeel van medikasie, hulp met stort en die aan- en uittrek van klere, aflewering van middagetes, neem van bloeddruk op aanvraag van die geneesheer en ander versorgingstake soos versoek. Die diens beskik oor verskeie gholfkaretjies om oral by verswakte inwoners te kan uitkom. Die suster aan die hoof van hierdie diens is ook tweede in bevel van die Versorgingsdiens onder die leiding van die Bestuurder van die diens.



Foto: Elma Venter

WAT MAAK KOKANJE SE VERSORGINGSMODEL SO 'N HOEKSTEEN VAN SY AFTREE-LEEFSTYL? (Vervolg)

Sodra dit blyk dat die bejaarde sodanige vlak van verswakking bereik het dat dit nie meer moontlik is om die persoon tuis te help nie, word die betrokke bejaarde ná evaluasie na die KE verwys. In die KE met 44 beddens in vyf afdelings (A – E) is daar op elke skof 'n suster in bevel, bygestaan deur 'n stafverpleegster, hulpverpleegster en versorgers. Hier is ook 'n noodbed sou iemand moet oornag voordat die persoon die volgende dag na 'n mediese fasiliteit in die stad oorgeplaas kan word.

'n Private ambulansdiens word vanaf Kokanje bedryf om Kokanje en Modimolle te bedien. Daar is vroeg ook reeds besef en besluit dat lyers aan demensie, Alzheimer se siekte en Parkinsons se siekte langer versorging benodig waarvoor voorsiening gemaak word. Die gemiddelde verblyf in die KE vir verswakte bejaardes is $\pm 2,5$ jaar en vir Alzheimers ± 8 jaar.

7. Die toewysing van die begroting t.o.v. dienspersoneel word deur die lede by die Algemene Jaarvergadering (AJV) goedgekeur. So ook die begrote bedrae t.o.v. die hooffunksies Admin, Tegnies, Voedsel en Versorging.

Die personeeltoewysing sien soos volg daaruit:

- 10 Administratiewe personeel
- 52 KE-personeel (oor 4 skofte in 24/7 diens)
- 8 Ondersteuningsdiens (Tuisversorgingspersoneel)
- 25 Kombuispersoneel
- 28 Tegniëse personeel
- 1 Poskantoordame.

Administrasie se begroting sluit ook Elim se kontrak en Sekuriteitsdienste in sowel as materiaal-koste wat ook 'n groot invloed op die betrokke begroting het.

8. Feit van die saak is dat versorging 'n uiters belangrike deel van Kokanje se model vir af-

getredenes verteenwoordig. Die model was en is vir Kokanje steeds 'n wonderwerk. Die wyse hoe die uitbraak van Covid bv. hier hanteer is, met die kritiese rol van die kwarantynfasiliteit wat van uitnemende hulp was, beklemtoon die diens se motivering tot besondere versorging.

Besondere dank gaan uit aan die Uitvoerende Bestuurder, Bestuurder van Versorgingsdiens en die Direksie se bewilling van die nodige maatskappyfondse en infrastruktuur. Die personeel op elke skof het 'n reusebydrae gemaak.

9. Alhoewel elke okkupasiereg-inkoper 30% van sy inkoopkapitaal in die eerste 10 jaar verloor en ook geen rente verdien nie, is die geleentheid om in Kokanje te kan woon en leef op sigself 'n uitmuntende voorreg. Maak u eie sommetjie deur te kyk wat u alles kry op elke maand se heffingsrekening en deel dit deur 30 om te sien wat die bedrag is waarvoor u per dag hier kan woon. Dit maak Kokanje 'n gemoedsrusbelegging vir elke inwoner en vir die kinders.

Onthou dat die Ontwikkelaar (die Maatskappy) inwonersheffings maandeliks met 41% subsidiëer. Die subsidiëring oorskry die 30% depressiasie verreweg en maak van Kokanje-verblyf 'n winsgewende keuse.

Ons dank aan ons Hemelse Vader wat ons in die geleentheid gestel het om hierdie moontlikheid raak te sien en dat ons elkeen gekies het om hier te kom aftree.

Hans Van der Merwe (*Lid van die Versorgingsdiens-komitee*)

Bygestaan deur:

Gert Kruger (*Voorsitter: Bestuurskomitee*)

Liz Halewijn (*Bestuurskomiteelid en Voorsitter: Sorgkom*)

sr Patricia Snyders (*Bestuurder: Versorgingsdiens*)

Wessel van Heerden (*Uitvoerende Bestuurder*)



Kokanje Eenheid vir Verswakte Inwoners (KE)

Toe ek en Resi lank gelede ons naam op die waglys vir 'n woning in Kokanje geplaas het, was een van die beweegredes dat Kokanje 'n versorgingseenheid het. Dit is soos versekering teen ongelukskade: Dit moet daar wees en tog hoop jy dat jy dit nooit nodig sal kry nie.



Foto: Elma Venter

'n noodknoppie wat werk en waarop 'n verpleegster binne sekondes reageer; geleentheid word gebied vir rehabilitasie (ek moes byvoorbeeld leer loop – met 'n verpleegster aan my sy). Kortliks, watter hulp jy ook al nodig het om jou verblyf in die KE gerieflik te maak, dié kry jy.

Die KE kan gelukgewens word met sy voortreflike diens.

Ek was van Junie af in 'n private hospitaal in Pretoria. Ek ril nou nog as ek dink aan die omstandighede in die intensiewesorg-eenheid: Alarms wat heeldag en -nag afgaan en waaraan daar geen aandag gegee word nie; ligte wat in jou oë skyn; die noodknoppie werk nie; die personeel stel glad nie in die pasiënte belang nie en ignoreer jou meestal as jy hulle roep; uikers onhygiëniese omstandighede.

'n Paar weke gelede, na ses weke in 'n hospitaal, word ek toe oorgeplaas na die KE. Wat 'n radikale verbetering: Ek is vriendelik ontvang en die personeel het my tuisgemaak in my kamer. Daar is kort-kort 'n verpleegster wat kom vra of alles reg is. Die verpleegsters was almal vriendelik en hulpvaardig. Jy word versorg: geleentheid om te skeer; tande te borsel (vir die eerste keer in ses weke); jy word behoorlik gewas en daar word behoorlik na jou mediese en ander behoeftes omgesien; daar is



Fritz Wolff

Redaksie en medewerkers

Redakteur: Fanie Pretorius

Subredakteur: Christoff Zietsman

Logistiek en advertensies: Marinda en Venter van der Westhuizen, Pieter Knoetze

Bladuitleg: Lourens en Ricky Durand

Fotografie: Lourens Durand, Elma Venter, Hetta Uys, Marietjie Botha

Taalversorging en proeflees: Christoff Zietsman, Fritz Wolff

Finansies: Marion Moir en Jan Delport

Tikwerk: Tina Brits, Anneke du Plessis, Paula Nienaber

Gasskrywers:

Bekendstelling van nuwe intrekkers: Edelweiss Brits

Medies: Johann Coetzee

Oordbeleid: Albert Venter

Sport en Ontspanning: Annette van Dyk

Versorgingsake: Alta van Dyk

Bedryfsadviseur: Leon de Jager

Dankie aan Marina du Plessis vir die ontwerp van die jongste mashoof

Ons dank aan almal wat artikels en foto's ingestuur het. Dit wat ons nie kon plaas nie, sal in aanmerking kom vir plasing in die volgende uitgawes.



Request your FREE home demo TODAY!

FREEDOM MOBILITY SCOOTERS



Get your freedom back with the new
"LIFE"
Mobility scooter

064 501 9575

info@mobility4homes.co.za
www.mobility4homes.co.za

BANHO BATHCHAIR



Enjoy a relaxing bath with no risk of getting stuck or falling



SILVER OAK RECLINER



From comfortable relaxation to a standing position effortlessly

**WE DON'T JUST SELL CARS,
"WE BUY CARS" TOO!**



sell us your car

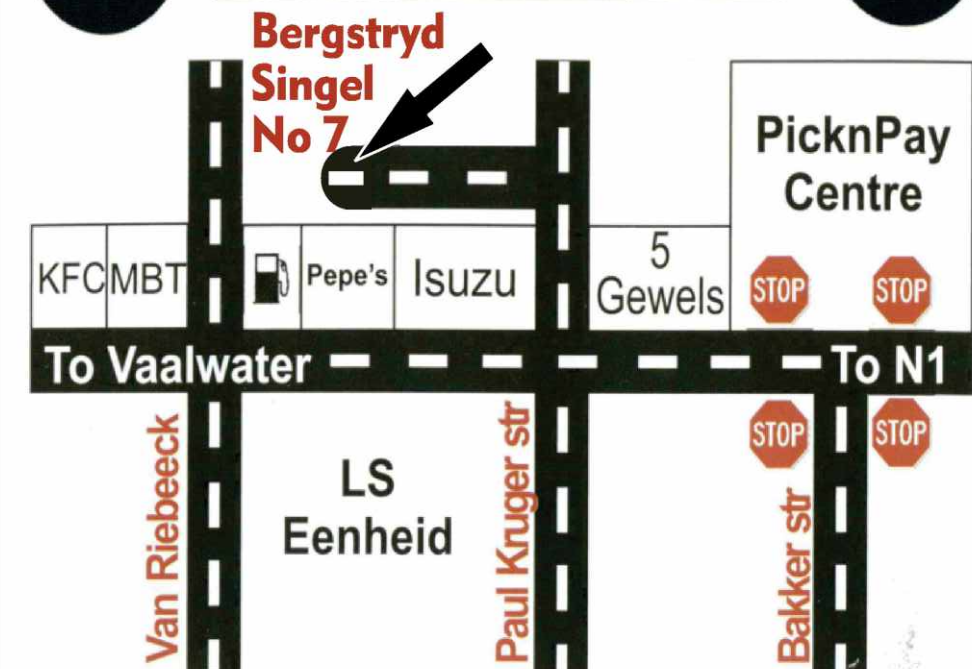
Auto Investments
Middelburg

www.autoimiddelburg.co.za
Contact: Cobus Erwee
066 374 6451

BRING ADVERTENSIE SAAM VIR 10 % AFSLAG!



Tel: 082 475 7202
Your Hairdresser by Duncan
Ladies and Gents Stylist



Cloud Nine
beds for the rest of your life

Rest Assured
comfort for life



**DIREK VAN FABRIEK NA DOU
IN KOKANDE. PRETORIA EN JOHANNESBURG**
Laagste Pryse | Aflewering ingesluit in Kokande

**Best
Service**



Pryse vir Base Sets
Matras Apart Beskikbaar



Pieter Knoetze, Kokande S1F
019 041 2818
pieterknoetze13@gmail.com



RENE RICHARDS

071 609 6273
renerichards.food@gmail.com

SPECIALISEER IN

- Spyseniering
- Gevriesde etes
- Daaglikse etes
- Etes vir Kleuterskole
- Etes vir Opleidingsgroepe

Onse Mimi ...

Na 'n leeftyd se sing verander die wysie in 'n Kokanje-deuntjie.

"Vrees niet waar weerklinkt het lied; slechte mensen zingen niet..."

Mimi de Villiers (Mimi sonder die "e's" - *"My ouers het seker gehoop ek word groot as 'n 'onse Mimi'"* – sê sy en lag - se musieklesse het begin op Pelgrimsrus, 'n skilderagtige dorpie in die destydse Oos-Transvaal.

Elke Dinsdagmiddag het al wat kind is opgetrek na die laerskool se LO-saal waar hul een-een klavierlesse gehad het by ene mnr. Hessler, 'n Duitssprekende onderwyser uit Gweta in die Laeveld; in die teenwoordigheid van die ander kinders wat op die bok, die balk, springmatte en al wat gimnastiek-apparaat is, geoef en gespeel het. Nodeloos om te sê, die omstandighede was nie ideaal nie, die lawaai was onchristelik ... maar, die klavierspelers het mekaar hoor speel en so stadig aan het hulle vertrouwd geraak met musiek en wou hulle by dié of daai musiekstuk uitkom. Hulle was aan't oefen, en dít was 'n goeie ding.

Tydens haar skooljare het skoolkore volgens Mimi meestal *nie* die kol getref nie. Die klank was nie homogeen nie en dit het dikwels geklink asof daar nie veel aandag gegee is aan die belangrikheid van egale stemme (dit wil sê om nie uit te sing bo die res van die koor) nie. So het die toonhoogte dikwels gesak as hul sag probeer sing het, en dit het dikwels gestyg as hul harder gesing het.

Later, op Tukkies, was die verpligte koorafrigtingsklasse, wat deel van die kursus was, ook maar skraps. Beide die aanbieder en die koorklank het gesukkel. Dit was verstaanbaar want die *'Toonkunskoor'* het nie uit uitgesoekte stemme bestaan nie, maar uit die beskikbare aantal musiekstudente.

Begrip vir skoonheid van koorklank en wat dit *kón* wees, het vir haar gekom in die eerste jaar van skoolhou: Jeanne van den Berg se Linden-koor. Hierdie koor was 'n ware inspirasie. Jeanne het reggekry om 'n koorklank te ontwikkel wat egalig was; homogeen, met donker en ligte klankkleur en 'n eiesoortigheid in elke stemgroep - 'n pragtige, sonore, perfek-geïntoneerde koorklank. Vol-

gens Mimi was hierdie koor Jeanne se musiek-instrument en het sy dit meesterlik bespeel.

Dít was Mimi se inspirasie vir al die opvolgende jare se koorwerk.

Beide Mimi se kore, dié van Laerskool Mooirivier in Potchefstroom en dié van Hoërskool Standerton, het hoogtepunte opgelewer waar die jong koorlede in optredes saam met die destydse Transvaalse Jeugsimfonieorke in die Staatsteater in Pretoria kon optree. ATKV- en Onderwysdepartement-geïnisieërde optredes is as 'n ongeëwenaarde voorreg beskou deur die leerlinge wat dit kon beleef.

"God was goed vir my. Wát 'n seën, 'n geskenk uit ons hemelse Vader se hand, om deel te kon wees hiervan!"

Kosbare herinneringe word opgeroep deur vandag te kan terugkyk en die kinders se gesigte te kan onthou; die opwinding en die pogings om mekaar kalm te hou voor 'n optrede; die aankondigings van beoordelaars aan die einde van 'n aand; die vreugde ... die diepe afhanklikheid van ons hemelse Vader as die besef kom: ons kan dit nie alleen doen nie! Die saambid vooraf.

Kokanje? *"Hier sing ons vir die vreugde van bymekaar-wees, vriendskap, genot en pure lekker. Daar sal optredes wees, ja, maar ons is 'n span wat tot eer van God ons stemme saam harmonieer en ons siele laat 'connect' ... dank Vader vir die voorreg! Die lewe is nie meer vir ons 'n kompetisie nie, maar 'n 'gee', 'n 'lighter travel', 'n vreugde vind in die daaglikse 'leef en werk rustig voort'; 'doen wat jou hand vind om te doen' en 'blom waar jy geplant is'..."*



Mimi de Villiers

KOLLIG: VAN 2000 TOT NOU

Klink dit soos 'n afskeidsbrief? Darein nie, dit is toe die Kollig gebore is. Om presies te wees: Januarie 2000. As deel van die mashoof staan daar NOMMER 1 - JAARGANG 13 - JANUARIE 2000. *Waar is die eerste 12 jaar heen?*

Die eerste inwoners het in Desember 1986 ingetrek en gedurende 1987 het daar streep-streep nog inwoners gearriveer, waaronder my ouers Wouter en Ans Theron. Die inwoners het 'n skakelkomitee gekies om met die *Verenging van Staatsamptenare* (VSA) se hoofkantoor te onderhandel. Een lid, Eddie Dunckley, het besef die inwoners, alhoewel min in getal, wil deel in mekaar se lief en leed. Gedurende 1987 verskyn die eerste *Nuusbrief* met Eddie as redakteur. Hierdie blad moes elke maand Pretoria toe om feitlik nagegaan, afgerol en gekram te word. (*Big Brother was watching!*) Sodra Eddie dit teruggekry het, het hy dit in 3C gaan neersit. Alfabeties volgens die inwoners se vanne. Woning 3C was 'n leë huis en het gedien as poskantoor en vergaderlokaal vir inwoners.



Die Eerste Kollig (foto: Louise van Zyl)

Big Brother word later die Oordbestuurder wat elke uitgawe moes goedkeur. Vroeg in 1989 raak Eddie baie besig met ander dinge – dit gaan mos maar so hier in Kokanje. Maryna Becker neem by hom oor en vir twee jaar verskyn die *Nuusbrief* steeds getrou elke maand. Die derde redakteur tree in 1991 na vore en onder leiding van Ans Theron verander die naam na *Kokanje Bulletin* wat finaal in Januarie 2000 verander na **Kollig**. Die blad word in ons kantore gefotostateer en bo in die linkerhoek gekram,

alles met die hulp van enkele inwoners. Ek haal aan uit die Redakteursbrief in die Julie 2001 *Kollig*: "Danksy ons getroue adverteerders, word Kollig nou so selfstandig dat ons met Print It Drukkery in Warmbad kon onderhandel vir 'n goedkoper tarief as waarvoor dit tans in ons kantore gedoen word."

Die blad bly 'n swart-en-wit affêre en tot groot vreugde van die redakteur drup daar teen die einde van 2004 genoeg advertensiegeld in om 'n buiteblad met net een kleur te kon kry! Verder vorentoe lyk dit of die fondse beskikbaar bepaal het hoeveel kleure die buiteblad kon hê. Kort na die ontstaan van die *Kollig*, het die redaksie besluit die inhoud moet "uit Kokanje, vir Kokanje, deur Kokanje" wees.

Ans Theron was die redakteur tot-en-met die Mei 2011-uitgawe. Sy is oorlede op 2 Junie 2011.

Haar opvolgers was Leonie Postma, Emil Gryffenberg, Rita Noeth en Martha van Zyl.

(Bronne: *Kokanje Aftreeoord Gedenkblad* 1985-2010, *Kollig* Januarie 2000, *Kollig* Julie 2001, *Kollig* Nov/Des 2004, en my eie onthou.)

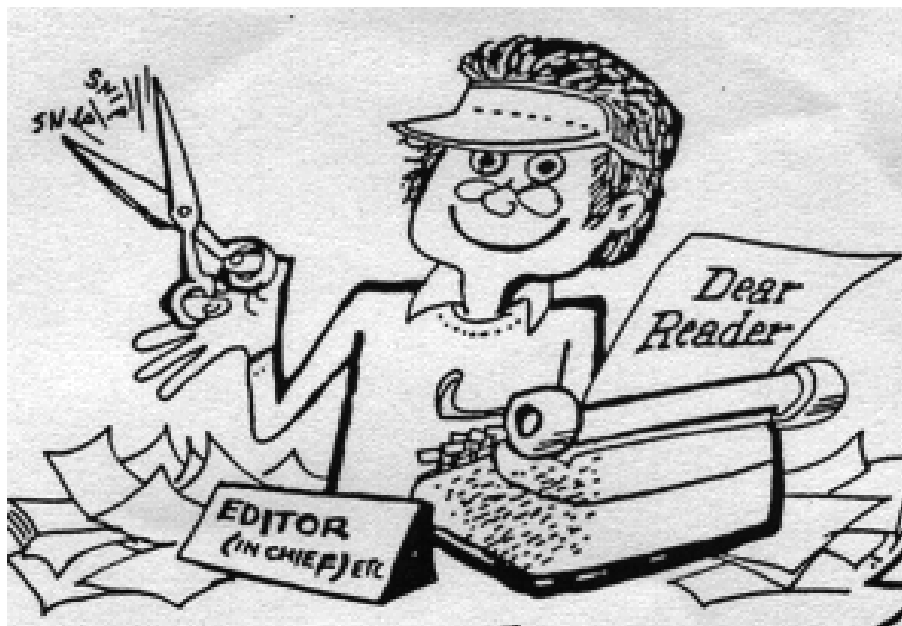


Louise van Zyl

ANOTHER PERSPECTIVE ON THE HISTORY OF KOLLIG

2011 was a busy year. I was elected to the Kokanje Raad (Council) and made the Chair of the Communications Committee. Basically, the Committee did nothing but produce Kollig with Ans Theron as editor. In May 2011, Ans became so ill that she had to resign quite suddenly, leaving the rest of us about 2 weeks to get the next Kollig out. The 'rest of us' really meant Bill (my husband) and me as nobody else on the committee was computer literate.

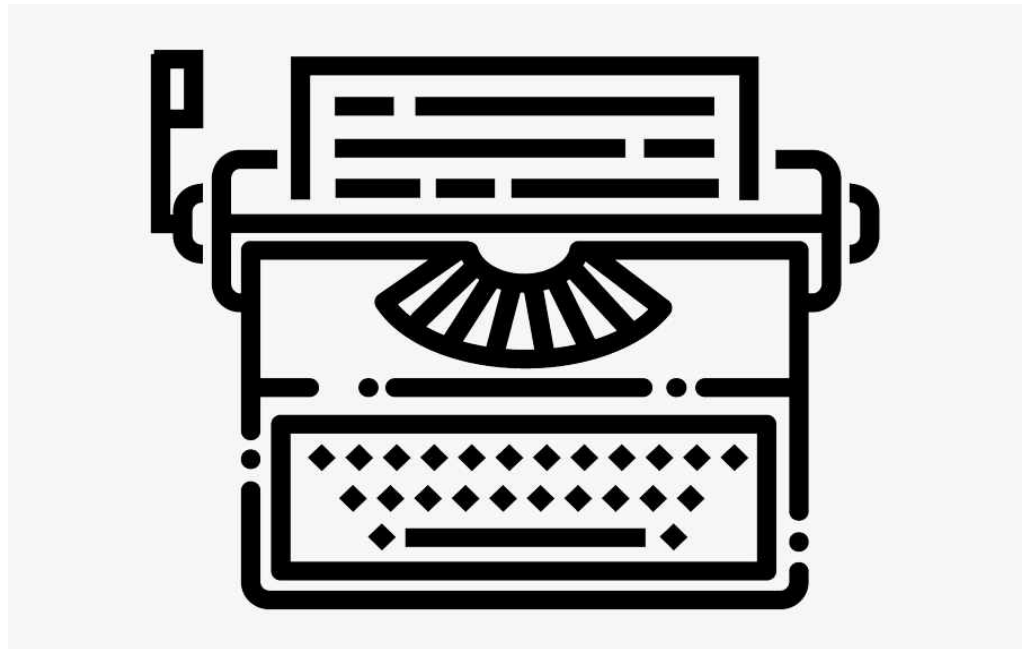
The first problem that we faced was deciding on what software to use. Ans had been using an old version of Microsoft Word and an even older version of Microsoft Publisher. Not only did those two not talk to each other very well, but her Publisher could not produce .pdf documents – which was necessary for printing. We managed to get that issue of Kollig out, using [Scribus](#), an [Open-Source](#) program, since we couldn't afford multiple copies of Microsoft Publisher. (Bill was on the Communications Committee for a year before I was.)



It was impossible for us to produce a whole Kollig every month (as Ans had done), so we alternated with a 4-page 'newsletter', which Bill named Kollig Light, as a pun and to include English.

Leonie Posthma became editor in 2012, and Bill and I trained others in the use of Scribus, and Kollig and Kollig Light came out regularly. This also meant that Rita Noeth and after her, Martha van Zyl, were able to take over production of Kollig

after Emil Gryffenberg, who followed Leonie as editor. (I don't have dates.) Neither Leonie nor Emil was involved with the technical aspects of the layout of Kollig.

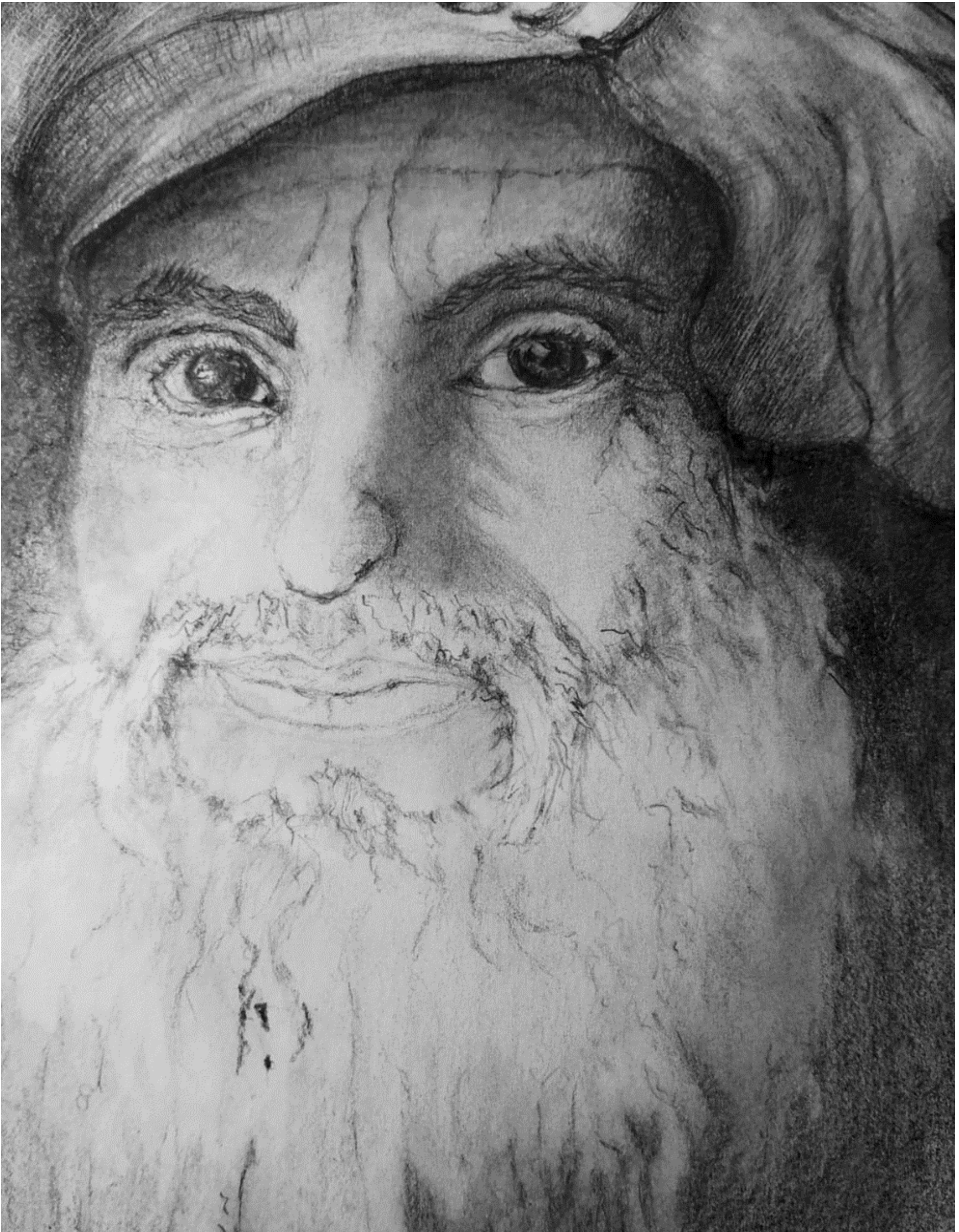


Unfortunately, Pieter Botha, who had been handling advertisements, resigned leaving a huge gap in the Kollig team. (Pieter carried on for a year after resigning, but eventually called it a day.) The rest of the committee was not very good at obtaining advertisements, and Kollig became expensive to produce. *Print It* in Warmbaths had been used for years, but Rita eventually found another printer in Modimolle. When that folded, the printing was given to [Postnet](#).

Jill Cairns



KUNSKLUB



Kunswerk deur **Rina Booyens.**

Lank reeds inwoner van Kokanje, sedert 2019 lid van die Kokanje Kuns & Craft Klub.

Gunsteling media is potloodillustrasies en olieverskilderye.

Reëndruppels val in Kokanje se Tuisversorging



Pulane (Suid-Sotho vir “fyn reëndruppels”) Thelane is sedert April 2021 Kokanje se Bestuurder van Tuisversorging. Sy is trots op die werkstradisie wat sy in Tuisversorging geërf het en probeer om daarop voort te bou. Saam met haar 12 personelede het sy ’n passie en liefde vir mense - en veral om mense wat hulleself nie kan help nie, by te staan. Die werk begin elke oggend om 7 uur met ’n gebed waarin hulle vir God vra om hulle toe te rus om met Sy gesindheid hulle pasiënte aan te raak – emosioneel, en waar nodig ook fisies.

Daar bestaan ’n hegte band tussen die personeel. *“Ons vertrou mekaar”*, sê sy. Sy sorg dat sy op hoogte bly van al die take en omstandighede waarmee haar personeel te doen het – op alle vlakke

Pulane is tweede in bevel van Versorgingsdienste, onder suster Patricia Snyders, en sy moes ook reeds vir drie weke in suster Snyders se plek waarneem. *“Suster Pulane was toe nog ’n nuwelinge hier, maar sy het dit rerig baie goed hanteer,”* sê een van Pulane se kollegas.

Waar kom sy vandaan?

Pulane en haar suster (wat in Junie 2021 oorlede is weens kanker) het in Bethlehem grootgeword. (*“Die koudste plek op Aarde”*, sê sy.) Naas haar huistaal (Sesotho, of “Suid-Sotho”) het haar skool- en werkslewe haar ook sewe ander Suid-Afrikaanse tale magtig gemaak, voeg sy met ’n suiwer Afrikaanse aksent by. In haar (“Model C-”) laerskooldae was die taalmedium vir drie jaar lank Afrikaans en gedurende haar hele hoërskoolloopbaan was dit Engels.

Nadat sy verskeie administratiewe poste beklee het (waar sy onder andere rekenaarvaardig geraak het), het iemand haar aangeraai om aansoek te doen om vir ’n beurs vir verplegingsopleiding aansoek te doen. Dit het sy gedoen en die rangtekens wat sy nou elke dag op haar skouers dra getuig daarvan dat sy die volgende vier verplegingsdiplomas geslaag het: Algemene-, Psigiatryse-, Kraam- en Gemeenskapsverpleging.

Haar verpleegberoep het haar na Thabazimbi, Bethlehem, Kloof (Pretoria) en Warmbad geneem. En nou is sy in Kokanje.

“Hier wil ek nog lank werk”, sê sy.



**Ons koop
bakkies, karre
karavane, waentjies**

Derrick 0836580986

doen alle papierwerk namens verkoper

**SKOONMAAK VAN:
MATTE
SITKAMERSTELLE
EETKAMERSTELLE
VOERTUIG SITPLEKKE
ENIGE STOFFERING**

**GOU DROOG, EIENAAR TOESIG.
14 J DIENS
DERRICK 0825397168**



Waterberg Quickdry

HARRY KOOP EN VERKOOP

Ek koop en verkoop enigiets!

Kontak my gerus indien u
'n nuwe of gebruikte voertuig wil aankoop!
... Of enige ander item wat u wil verkoop
(Voertuie, fietse, meubels ens)

HET U GEWEET?

Indien u 'n voertuig uit die hand verkoop,
kan u vir afslag beding by n
motorhandelaar wanneer u n ander
voertuig aankoop.

Wees verseker van eerlike en opregte diens!

Harry Erasmus
072 231 2564

HARRY OF ALL TRADES

My dienste behels die volgende

- * Lisensie Hernuwings - R50
- * Registrasie / Lisensiering - R50/R100
- * Betaling van Rekeninge - R50
- * Voertuie neem vir RWC - R100
- * Inkopies - R50
- * Plaaslike vervoer van bejaardes en gestremdes
- R100 (Vir inkopies ens.)

**KONTAK MY GERUS OP 072 231 2564
HARRY ERASMUS**



Emmerich

Oogkundige | Optometrist

111 Thabo Mbeki Drive

014 717 4526

Pensioenaris brilpakette
Beste waarde vir geld gewaarborg

Om teen Covid-19 in te ent, of nie

Covid-19 word veroorsaak deur 'n hoogs aansteeklike, dodelike virus. Dit maak dood en saai verwoesting onder mense se ekonomiese, sosiale en geestelike welsyn. Dit het sedert Maart verlede jaar oneindige verdriet veroorsaak vir mense wat geliefdes aan die dood afgestaan het. Soms onder die moeilikste hospitaalomstandighede, waar mens nie eens van jou geliefde afskeid kon neem nie. Mense is voortydig uit ons midde weggeruk.

Die beste viroloë en farmaseutiese maatskappye in die wêreld het met die hulp van regeringsfinansiering en privaat beleggings binne 'n rekordtyd 'n hele paar entstowwe ontwikkel, en deur erkende en bekende toetsmetodes die betroubaarheid daarvan bevestig. Teen November verlede jaar kon die ryker state van die wêreld reeds begin om van die verskillende entstowwe aan hulle bevolking toe te dien. Die resultate het gou geblyk. Die entstowwe werk en het reeds miljoene mense se lewens gered - en baie menslike tragedies verhoed.

Massa-inenting teen gevaarlike siektes is niks nuuts nie. Pokke word reeds sedert Jenner se tyd uit die 18e eeu deur entstof bestry en laat in die 20e eeu is die virus uiteindelik uitgeroei. Meeste Kokanje-inwoners is waarskynlik teen pokke geënt. Polio-entstof het teen 1955 beskikbaar geraak en feitlik almal van ons wat sedert daardie tyd gelewe het, het op skool al die slukstof ingeneem en is van die nare siekte bevry.

Desgelyks is doeltreffende entstowwe teen skarlakenkoors, kinkhoes en geelkoors ontwikkel. Weereens is baie mense, veral kinders, van die tragiese nagevolge van hierdie siektes bevry.

Die mediese wetenskap van entstof-ontwikkeling, toetsing, vervaardiging en toediening op groot skaal, het volwassenheid bereik. Buitendien het

biotegnologie die laaste 50 jaar met rasse skrede vooruitgegaan en is nuwe metodes van entstofontwikkeling ontwerp. Dit het nie stilgestaan by wat in 1965 in mediese- en farmasie-skole aan jong dokters en mikrobioloë geleer is nie.

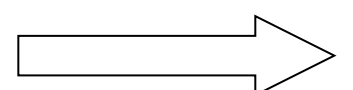
Intussen het 'n nuwe menseregte-narratief (storie) ontstaan: ek het die reg om te besluit wat in my liggaam ingespuut mag word. Maar die etiek van menseregte is nie onbeperk nie. Keuses het gevolge. As jy kies om nie teen pokke of polio of Coronavirus ingespuut te word nie, kan jy besmet raak en dan ander mense aansteek en hulle dood veroorsaak of hulle ernstige leed aandoen. Jou medemens het die reg om in hulle werkplek, blyplek of speelplek veilig te wees teen besmetting deur iemand wat nie geënt wil word nie.

Klaarblyklik kan individuele menseregte nie onbeperk wees nie.



Jou reg om motor te bestuur word beperk deur padverkeersreëls, sodat jou medemens ook veilig met haar geliefdes per motor of ander vervoermiddel kan reis. En as jy ernstige oortredings begaan deur roekeloos en nalatig te bestuur en ander se dood of ernstige besering (dink bv verlamming) veroorsaak, kan jy strafregtelik vervolg word en selfs tronkstraf uitdien.

Desgelyks bepaal die Wet op Rampbestuur (regulasie 14.3) dat enige persoon wat 'n ander opsetlik aan Covid-19 blootstel, vervolg kan word



Om teen Covid-19 in te ent, of nie (Vervolg)

en selfs tronkstraf uitdien.

Desgelyks bepaal die Wet op Rampbestuur (regulasie 14.3) dat enige persoon wat 'n ander opsetlik aan Covid-19 blootstel, vervolgt kan word vir 'n misdaad, insluitend, aanranding, poging tot moord en moord. Tans is ent teen die Coronavirus nie 'n wetlike bepaling nie. Dit mag mettertyd dalk wel 'n vereiste word. Ander lande beweeg in daardie rigting. Die hoewe sal dan bepaal of iemand wat weier om geënt te word, opsetlik sy medemens aan die virus blootgestel het.

Die Coronavirus-entstowwe is deur die "[Operation Warp Speed](#)" (OWS)-inisiatief van die VSA baie gouer ontwikkel as voorheen, veral omdat die VSA staat die maatskappye wat die ontwikkeling doen, gehelp het met ontwikkelingskapitaal. Daardeur is die risiko wat met entstofontwikkeling gepaardgaan, verminder. Nie alle pogings om nuwe medisyne of entstowwe te ontwikkel is altyd suksesvol nie. En dis 'n duur proses. Warp Speed het die risiko help verminder en sukses verseker.

Die "nuwe" entstowwe teen die Coronavirus, dit weet

alle redelike ingeligte deskundiges en mense, is die enigste regtig doeltreffende middel wat die ont-wrigting wat die virus veroorsaak, bestry. Wat weer ons sosiale lewens, ons ekonomiese ondernemings, ons bewegingsvryheid vir ons terug kan gee. Wat ons sport, ons konserte, ons oor-en-weer-kuier, ons kerk-toe-gaan, ons gehalte van lewe kan omkeer.

Doen die regte ding en laat jou ent. Ons is dit aan mekaar verskuldig om verantwoordelik te wees vir ons eie en ons medemens se gesondheid.

Albert Venter

(Met erkenning aan prof Anton van Niekerk van die Universiteit van Stellenbosch vir van die gedagtes wat hier gedeel word.)



Hoe voorkom ons Coronavirus variante?

Wanneer virusse vermeerder, maak hulle 'foute'. Dit beteken dat die volgende geslag virusse se genetiese materiaal nie presies lyk soos dié van hul voorgeslagte nie. Meeste van hierdie nuwe generasie virusse (mutasies) word deur die immuunsisteem vernietig, maar nou en dan is daar 'n mutasie wat sterk genoeg is om te oorleef en dit kan selfs 'n dominante variant word, soos die geval met die Delta variant waarmee die wêreld tans worstel.

Die enigste manier om te verseker dat nuwe variante nie vorm en dominant word nie, is immunisering van soveel mense as moontlik. Mutasies (en sodoende nuwe variante) kan slegs vorm as die virus tussen mense versprei. Vaksine is tans effektief teen die bestaande variante maar ons mag dalk vorentoe nie so gelukkig wees nie. Nuwe variante sou die vermoë kon

hê om ons teenliggame asook die vaksine te omseil.

Doen die regte ding en kry jou vaksine!

"Remember: Viruses can't mutate if they can't replicate!"

Alta van Dyk

Namens Sorgkom



‘N PAAR WENKE VIR NUWE INWONERS

Aankoms

Toe ons sewe jaar gelede uit Johannesburg net na ‘n heerlike oggendreënbui hier in Kokanje aankom, het ons net twee mense geken uit die hele omtrent 900 inwoners van Kokanje. Dis die begin van ‘n nuwe lewe, waarskynlik die laaste keer wat jy gaan verhuis en nuwe vriende en kennisse maak. Wessel het vir ons gesê die gemiddelde okkupasie van ‘n Kokanjehuis duur so ongeveer 22 jaar. As julle as getroude paar hier aankom, gaan ten minste een van julle 22 jaar hier bly.

Die mens is ‘n sosiale wese en mens kan darem nou regtig nie vir 22 jaar net hier as twee verouderende kluisenaars bly, bietjie tuinmaak, bietjie rondry en af en toe vir die kinders gaan kuier nie. As hulle ook nog in Kanada of Australië bly, gaan daardie kuiertjies ook nie te gereeld gebeur nie.

Persoonlike Ervaring

Hier volg ‘n klein persoonlike kykie oor hoe ‘n mens deel kan word van Kokanje. Dis die finale woord en ook al. Daar is baie maniere om in te skakel by ‘n nuwe omgewing. Onthou, ons het een voordeel: die dorpie Kokanje se inwoners het almal een groot ding in gemeen: ons is afgetrede bejaardes. Daardeur kan ons makliker iets verstaan van die vreugde en trane wat ons almal op een of ander tyd gaan ervaar.

‘n Mens moet aanvaar: Kokanje gaan nie na jou toe kom nie. Gaan eerder na die Kokanje-inwoners toe en word deel van een of meer van die groepe. Hier is ongeveer 22 klubs of georganiseerde samekomste om van te kies en te keur.

Die belangrikheid van etes in die eetsale

Heel eerste, gaan eet die middagetes in die eetsale – tensy een of ander pandemie dit verhoed. Sluit by vreemdes aan en vra: “*Kan ons*

saam met julle eet?” Gevestigde inwoners sal dikwels uit hul eie vra: *Is julle nuut in Kokanje? Kom eet saam - waar bly julle?* Nog ‘n goeie wenk: Willig sommer van die begin af in om opskeppers te word. Jy lewer ‘n diens en jy leer nuwe mense en gesigte ken.

Neem deel aan die klublewe

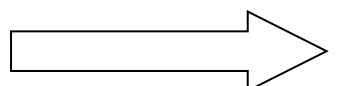
Sluit aan by gimtrim vir soepelheid en fiksheid, en ‘n gesonde liggaam. Speel tafeltennis, pluimbal, tennis, rolbal, jukskei, pluimbal, brug. Gaan maandeliks op die stapklub-uitstappies om die mooi bosveldomgewing van Kokanje ‘n bietjie beter te leer ken. Julle sal verbaas wees hoeveel mooi toeriste-oorde binne 10 km van ons af is!



Op Kokanje was daar voor die grendeltyd op die meeste Vrydagaande ‘n sosiale aand waar die Taphuis oop was en een of ander wetenswaardige spreker of sprekers opgetree het. So met ‘n drankie in die hand kon jy Vrydagaand so van vyf tot ses sosiaal verkeer, klets, kennis maak met nuwe mense en net lekker ontspan. Kom ons hoop dit kom gou weer terug, as ons almal geënt is en ons kan weer in groter groepe veilig bymekaarkom.

Sluit aan by stokperdjieklubs

As julle reeds voor jul aankoms voëlkykers was, sluit dadelik by die Bosveldvoëlklub aan en maak talle nuwe kennisse. Leer die bosveld se voëls ken! Nog nooit voëls gekyk nie? Sluit aan en leer



‘N PAAR WENKE VIR NUWE INWONERS (Vervolg)

hoe. Daar is ook voëlkampe, jaarlikse voëltellings by Nylsvley en Goedehoopdam. Is bome jou passie? Nylstroom het ‘n dendrologie-vereniging; sluit aan en leer van die groot verskeidenheid - sommer net hier in die Oord! Is familiekiekies jou stokperdijs? Sluit by die digifotoklub aan en leer om aantreklike of aangryplike foto's te neem, pleks van net gewone kiekies. Soms mag jy die geluk hê om ‘n wenfoto of foto van die maand in te skryf.

Wees deel van die oplossing



Kokanje se bestuurskomitee word ondersteun deur ongeveer agt advieskomitees wat bestaan uit inwoners wat een of ander vaardigheid of talent het en wat kan bydra tot die bestuur en onderhoud van Kokanje se hele opset. Raak sommer in jou eerste jaar betrokke by een van hierdie komitees. Die oord het jou kennis nodig! Maak nuwe vriende en kennisse daar. Kokanje het ook mense nodig wat tyd en energie afstaan om op die direksie en bestuurskomitee te dien. Die beste bestuurders staan aan wal; hulle gaan help roei om ons oord se voortbestaan te verseker! Weereens: Kokanje het jou nodig!

Jy het jou bure nodig

Dan is daar minder formele kennismaking: veral met jou bure. Nooi hulle vir tee en koek, ‘n braai, ‘n verjaardagviering. As jy ‘n baasbakker is, neem vir jou onmiddellike bure elkeen ‘n bakkie koek-

sisters of kolwyntjies (muffins). Bied aan om hulle huissleutel te hou wanneer een van jou bure met vakansie gaan. Klets met die bure as hulle by jou verbyloop of in die motorhuis handwerk of houtwerk doen. So raak jy stadig maar seker deel van die Kokanje gemeenskap. Ongelukkig, vir die laaste paar maande was en is ons in die Covid-grendelstaat en het baie van die sosiale kennismaking en kuier in die slag gebly.

Gedeelde belangstellingsgroepies

Daar is ook ander informele groepies mense wat byvoorbeeld so 8 tot 10 keer per jaar op ‘n Sondag of ‘n ander aand vir mekaar van hulle voorkeurmusiek voorspeel en dan lekker kuier oor ietsie te ete en te drinke. Jy hoor altyd nuwe musiek en goue oues wat die aand ‘n heerlike ontspanne samekoms maak. Kosbare aande.

Geestelike sorg

Op die meer geestelike vlak het meeste van die kerkgenootskappe omgegroeptes en kerkraadsyke of soortgelyke groepe waar meelewende kerklidmate mekaar ondersteun, asook bybelstudiegroepe. Verryk jou lewe hiermee.

“‘n Mens is ‘n mens deur ander mense”

Wat ‘n mens vir nuwe Kokanje-inwoners wil sê is: jou Kokanje-ervaring gaan baie van jouself afhang. Gaan uit en verken die Kokanje-wêreld, word deel daarvan. Ons mede-landsburgers het ‘n punt beet as hulle vir jou sê ‘n mens is ‘n mens deur ander mense.

Kom ons bedink die situasie dat die virustyd tot op ‘n vlak kan kom waar ons in ‘n grendelstaat gaan wees vir 22 jaar: ons Engelse taalgenote sou daaroor sê: *perish the thought!*

Albert Venter

(Foto's deur Albert en Elma Venter)

“Hoe gaan dit met jou?”

Dikwels word die vraag gevra: *“Hoe gaan dit met jou?”*

Het jy al gelet op al die verskillende antwoorde wat mense gee? Hier volg ‘n paar voorbeelde:

“Goed dankie.” – Gaan dit regtig goed, of is dit maar net een van daardie sêgoed wat goed klink?

“Altyd goed, dankie.” – Is dit moontlik dat dit in ‘n gebroke, onvolmaakte wêreld *altyd* goed gaan? *Altyd* goed? – Née, nooit.

“Kan nie kla nie.” – Dit is nie waar nie, want ons *kan* almal kla.

“Wat sal dit help om te kla?” – Soms help dit om teenoor ‘n geliefde of vriend te kla, want so dra ten minste een ander mens kennis van die pyn, seer of ongemak. *Dit* het terapeutiese waarde!

“Wil jy regtig weet?” – As iemand die vraag vra, mag ek mos aanvaar dat hy of sy ten minste in ‘n kort antwoord belangstel.

“So-so.” – Die vraer weet nog steeds nie hoe dit gaan nie.

“So tussen die boom en die bas.” – Ook dit sê eintlik niks nie.

“Sleg dankie.” – Dit klink so negatief, maar immers is dit eerlik. Die vraer kan verdere vrae vra wat sal uitspel hoekom dit sleg gaan.

“Ek het al beter dae geken.” – Hierdie persoon is ook immers eerlik.

“Waar sal ek begin; wat wil jy eerste hoor?” – Hier volg ‘n klomp klagtes.

“Ek moet keer of dit gaan beter.” – Wie van ons sal regtig so dom wees om te wil keer dat dit beter gaan. Geniet dit as dit met jou so goed gaan.

“Ek byt vas.” – ‘n Persoon wat met sy

gesondheid sukkel antwoord altyd so.

“Ek kyk op.” – Dit spreek van die persoon se geloofsvertroue in God.

Na al bogenoemde mag jy vra: *“Maar wat moet ‘n mens op so ‘n vraag antwoord?”* Wees net eerlik met jouself en met die een wat die vraag vra. Moet net nie verval in ‘n groef van niks-seggende woorde nie. As jy sê dat dit goed gaan, probeer jouself kwalifiseer deur byvoorbeeld te sê: *Dit gaan goed, want die son het vandag vir my opgekom. Ek kan sien, loop en praat. Ek het kos en ‘n bed om op te slaap. Ek bly in Kokanje waar ek veilig en versorg is. Ek vertrou God vir vandag en môre*”. Selfs as dit sleg gaan, kan ‘n mens antwoord, *“Dit gaan nie met my gesondheid goed nie, maar ek is so dankbaar vir die seëninge wat ek nog kan geniet.”*

Laat ons opreg in mekaar belangstel en mekaar se laste dra.



Gielie Combrinck



matthysen
a u d i o l o g y

Modimolle - Bela-Bela - Mookgophong

GEHOORVERLIES
affekteer nie net ons
kommunikasie nie,
maar ook ons
lewenskwaliteit en
gesondheid.

Hou jou ore fiks. Kies 'n gelukkige, gesonde lewe!
Ons kan jou help... 014 717 1139

**Kom besoek ons gevestigde
praktyk in Kokanje by Dr. Breedts, vir
persoonlike en professionele diens.**

- ▶ **Herstel & Dienste**
- ▶ **Gehoorbekermers**
- ▶ **Wasverwydering**
- ▶ **Gehooraapparaatpassings**
- ▶ **Ondersteunende luistertoestelle**
- ▶ **Gehoortoetse**
- ▶ **Verstellings**
- ▶ **Batterye**

Skeduleer u afspraak by 014 717 1139

MEELEWING



Leenta de Lange
29 Des '39 tot 30 Jun '21



Hans Badenhorst
12 Nov '29 tot 3 Jul '21



Guy Emslie
1 Okt '35 tot 10 Jul '21



Div de Villiers
20 Mei '44 tot 12 Jul '21



Bekkie Viljoen
22 Sep '52 tot 10 Jul '21



Amanda Olivier
7 Jun '49 tot 18 Jul '21



Neels Cornelius
3 Nov '39 tot 24 Jul '21



Enid Strauss
12 Okt '34 tot 24 Jul '21



Berrie Scholtz
9 Jul '27 tot 25 Jul '21



Ria de Wet
18 Okt '37 tot 5 Aug '21



Johan Nel
7 Mei '42 tot 12 Aug '21



Amanda van Wyk
7 Mrt '40 tot 11 Aug '21

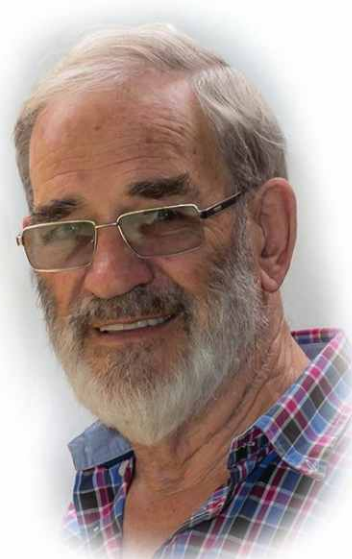


Anne Dixon
19 Jul '38 tot 16 Aug '21

MEELEWING



Trudie Greef
10 Mei '41 tot 21 Apr '21



Neil Dowse
30 Jun '39 tot 26 Apr '21



Susan Hugo
18 Mrt '39 tot 26 Apr '21



Ria Magro
3 Nov '38 tot 14 Mei '21



Ansie Fourie
12 Okt '41 tot 19 Mei '21



Suzie Botha
5 Sep '35 tot 18 Mei '21



Leon Rossouw
5 Des '32 tot 21 Mei '21



Ogies Steytler
4 Mrt '39 tot 23 Mei '21



Lucia Oosthuizen
5 Jan '39 tot 6 Jun '21



Flip Joubert
10 Aug '41 tot 9 Jun '21



Cathy Heydenrych.
26 Mei '52 tot 11 Jun '21



Cora Govea
19 Apr '40 tot 11 Jun '21



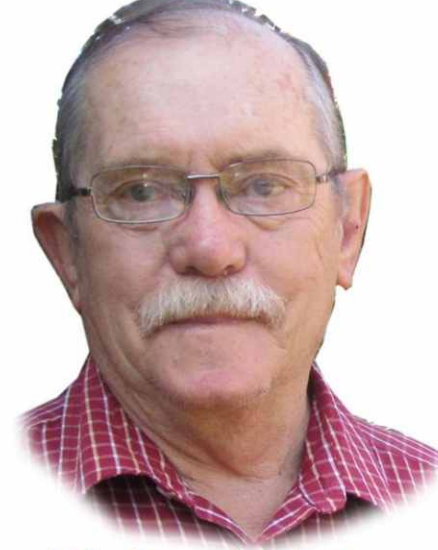
Jan Koster
9 Feb '38 tot 15 Jun '21



Jan Boot
19 Aug '29 tot 15 Jun '21



Burtie Grobbelaar
20 Okt '27 tot 19 Jun '21



Richard Fick.
22 Des '46 tot 29 Jun '21



MODIMOLLE



GE-OZONEERD EN
BAKTERIE VRY



PENSIONARISSE

SLEGS 90c PER LITER

HERVUL

Terms en Voorwaardes geld



079 743 5023

modimolle@oasiswater.co.za

52 A THABO MBEKI STREET

KOKANJE SE VERKORTE TUINBELEID

Die oorhoofse doel van die Tuinbeleid is om die Bosveldkarakter van Kokanje te behou en te bevorder.

Bome

Slegs inheemse bome, eie aan die Bosveld, mag aangeplant word – maar slegs ná goedkeuring en met inagneming daarvan dat infrastruktuur nie nou of in die toekoms beskadig moet word nie. Bestaande bome mag ook slegs afgesaag of gesnoei word na skriftelike aansoek en goedkeuring van die bestuurskomitee.

Uitleg van Tuine

Tuinplante, asook die uitleg van tuine en besproeiingstelsels, moet waterbesparend wees. Geen in-dringerplante of -struik mag geplant word nie.

Plaveisel en ander klipbedekkings moet beperk word en moet aan die voorskrifte van die Tuinbeleid voldoen.

Chemiese plant- en plaagbeheer word ontmoedig – gebruik slegs in uiterste gevalle die omgewingsvriendelike alternatiewe middels wat beskikbaar is.

Oop Terreine

Oop terreine en parkgebiede se plantegroei mag nie verwyder of beskadig word nie. Tuinafval mag ook nie in oop areas gestort word nie.

Private tuingrense en areas toegeken aan huiseienaars moet eerbiedig word. Geen plante of ander tuineiendom mag verwyder word nie – selfs nie na ontruiming nie.

Voetpaaie

Voetpaaie in oop gebiede is slegs vir voetgangers – geen voertuie en gholfkaretjies nie.

Heinings

Geen heinings of versperrings om huise word enigsins toegelaat nie. Beskerming om bome of struik mag aan voorgeskrewe regulasies voldoen.

Dierelewe

Voëls- en dierelewe mag onder geen omstandighede beseer of gedood word nie.

Navrae kan gerig word aan die Uitvoerende Bestuurder en die Omgewingsbewaringskomitee.

Vir verdere inligting raadpleeg die Tuinbeleid.



O O G K U N D I G E

GEORGE VAN DER HOVEN



Gratis voorskrif sonbril

Terme en voorwaardes geld

066 517 2571

Bela-Bela | Modimolle | Mookgophong

TEL: (014) 717 5175
FAKS: (014) 717 5176
SEL: 082 320 8289
E-POS: m-a-c@mweb.co.za

Modimolle-Auto-Clinic
Rupertstraat 4



Vir gehaltesdiens en die beste pryse, kom besoek ons gerus.
Ons diens enige tipe voertuig. Opknapping van ratkaste, ewenaars, sowel as elektriese
herstelwerk van aansittermotors, omsetter's, lugversorgers en bedrading, asook voorbereiding vir
padwaardigheidstoetse. Ons bied 10% afslag aan pensionarisse en sal u motor gaan
haal en aflewer teen geen ekstra kostes nie. Ons was en stofsuig
ook u motor. Baie dankie vir u ondersteuning.



JOSEF BOTES VERVOER

Sand, Klip, Stene, Vulsel

OKTAANSTRAAT, INDUSTRIËLE GEBIED
NYLSTROOM

TEL: (014) 717 3606 (Alle ure)
Ferdie : SEL. 082 889 6548



SLAAPPILLE

Daar word bereken dat 9 miljoen Amerikaners elke aand 'n slaappil drink, so ons kan met veiligheid aanvaar dat baie van Kokanje se inwoners ook elke aand 'n slaappil drink.

Natuurlik is die belangrike vraag of die gebruik van slaappille jou gesondheid kan benadeel. Die antwoord is nie voor die handliggend nie, want slaappille het verskillende farmakologiese samestellings. Daar is selfs preparate wat as 'slaapmiddels' oor die toonbank beskikbaar is, en ander middels wat sogenaamd 'natuurlik' is. Hierdie artikel bespreek nie sulke middels nie, maar onthou net dat enigiets wat uit 'n laboratorium kom, alreeds 'onnatuurlik' is.

So kom ons begin by die begin en vra die vraag: Hoekom sou mense slaappille wou drink?

Hoekom is dit belangrik om te slaap?

Ons verstaan al hoe meer van hoe breinselle (neurone) werk, en ook dat hierdie selle afvalstowwe produseer waarvan die brein ontslae moet raak en dat hierdie *opruiming* van die breinselle se afvalstowwe tydens *slaap* plaasvind. Ons weet almal hoe traag raak ons breinfunksie as ons nie geslaap het nie, en op Kokanje se inwoners se ouderdom wil ons graag hierdie funksie versigtig oppas.



Daar is baie redes hoekom mense kan sukkel om goed te slaap. Aan die een kant van die spektrum kom slapeloosheid in families voor, aan die ander kant van die spektrum weet ons hoe bekommernisse 'n mens wakker kan hou, met allerlei situasies tussenin. En dit is dan waar slaappille in kom. Natuurlik is daar baie goeie natuurlike slaapgewoontes, maar dan is dit tog van tyd tot tyd nodig om 'n pilletjie te drink. Alles sodat jou brein haar/homself kan 'opruim'.

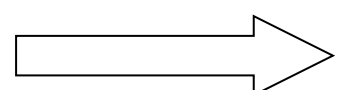
Slaappille word breedweg verdeel in twee groepe, naamlik hipnotiese susmiddels en angswerende susmiddels. Bensodiasepiene is die farmakologiese naam van die basiese produk vir die meeste van hierdie middels.

1. Hipnotiese susmiddels: Die term is 'n beskrywing van die tipe slaap wat dit induseer. Langwerkende bensodiasepiene (wat vir meer as 200 uur in die liggaam kan wees), en zopiclone derivate resorteer onder hierdie groep.
2. Angswerende susmiddels: Hierdie middels verlig angstigheid, wat dan slaap bevorder. Die kortwerkende bensodiasepiene resorteer onder hierdie groep, en is tipies na 6-8 ure uitgewerk.
3. Dit is dus duidelik dat langwerkende middels ophoop in die liggaam, terwyl kortwerkende middels vining verdwyn.

Neuwe-effekte

Alle medisyne het neue-effekte, so ook slaappille. Sulke neue-effekte word verdeel as nie-lewensbedreigend nie en wel lewensbedreigend. Gelukkig sal die meeste mense wat slaappille gebruik, nie neue-effekte ervaar nie.

Nie-lewensbedreigende neue-effekte sluit in



SLAAPPILLE (Vervolg)

duiseligheid die volgende dag, naarheid en diarree, hoofpyne, allergiese reaksies en geheueversteurings.



Lewensbedreigende neue-effekte kom voor as gevolg van die langwerkende en hipnotiese effekte van veral die susmiddelgroep van middels, en sluit in valle en beserings, oordoserings, verkleuming en motorongelukke.

Al hierdie neue-effekte word vererger deur die gelyktydige oormatige gebruik van alkohol en die gelyktydige gebruik van ander medisynes. Verder het mense wat hipnotiese slaappille (veral die zopiclone derivate) gebruik 'n 35% groter kans om kanker te ontwikkel as mense wie dit nie gebruik nie. Hierdie is 'n assosiasie en nie 'n oorsaak en gevolg situasie nie. Slaappille veroorsaak nie kanker nie.

Kan slaappille veilig gebruik word?

Gelukkig is die antwoord ja! Die *Federal Drug Administration* (FDA) van Amerika het die volgende aanbeveel:

- 1) Neem net slaappille as jy weet dat jy vir 'n genoegsame tyd gaan slaap na die neem van die pille.
- 2) Probeer om langwerkende bensodiazepiene te vermy.
- 3) Verminder die dosering as jy 'n hipnotiese susmiddel gebruik.
- 4) Gebruik net slaappille op voorskrif van jou gereelde dokter (dit voorkom dat jy farmakologiese sop inkry).

Laastens: verslawing aan slaappille is nie op dieselfde vlak as verslawing aan byvoorbeeld morfien derivate nie, maar 'n mens kan sonder twyfel afhanklik raak van die effek, en kan dan nie sonder die pille slaap nie. Jy moet dus altyd stelselmatig oor 'n periode van tyd ophou om dit te gebruik, nie eensklaps nie.

(Die informasie in hierdie artikel was oorspronklik gepubliseer in TIME Health (TIME@newsletters.time.com) deur Jamie Ducharme, 28 Julie 2021, maar dit is aangepas vir Suid-Afrikaanse omstandighede).

**Johann
Coetzee**



SATELLITE CONNECTION

Supply - Repair - Installation
All Audio | Video & DSTV Systems

www.satelliteconnection.co.za 014 717 1551 / 082 494 3132

Pikkie Meubelvervoer

Sedert 1975. LANDSWYD



Bestuur self en toesig vir u gemoedsrus
Geregistreeerde vervoer
met TOE meubelwa

Opberging en versekering
Tel: 014 717 3101 of 082 557 0511
Strydomstr. 4, Modimolle (Nylstroom)

Louvre Deck



Ons verskaf en installeer
Louvre Dakke
"Buddy dakkies"
vir stoepe
in Limpopo en Kokanje

Vir 'n kwotasie skakel gerus

Buddy
082 443 4567

#HAUXAS BRING NOSTALGIE

In die Nama-taal word die naam “Nauchas” geskryf as ꞁhauxas, waar die ꞁ en die x vermoedelik klapklanke aandui, alhoewel bevestiging hiervoor nie verkry kon word nie. Die woord beteken “ghwarriebos” (besembos) of “rooi-koperklip,” aldus prof. Ernst Stals, (historikus van Windhoek).

Gedurende Maart/April vanjaar is ek en Babsie vir ‘n



maand op ‘n pelgrimstog na Namibië. Ek is in 1946 in die Suidelike deel van die Namib te Oranjemund gebore en Babsie het ses jaar lank in Khorixas gewoon en gewerk. Ons beplan derhalwe ons toer via die Noordoewergrenspas ten einde tot teenaan die “Sperrgebiet” te kom waar my pa die diamantvelde gedurende 1944 tot 1948 gepatrolleer het. Vir die eerste keer sien ek onder andere Lüderitz, Sossusvlei, Spitskoppe, asook Palmwag, en verder tot Sesfontein - en dit terwyl Namibië, na baie goeie reëns, prentjiemooi is – ‘*tjankmooi*’ het ek aan ons bure berig.

By Solitaire, terwyl ons tee en *apfelstrudel* geniet, noem Babsie dat Leon Snyders van Kokanje genoem het dat ons nie Spreetshoogte moet misloop nie. Kort na Solitaire, by die betrokke aanwysing, kry ek die verrassing van my lewe. Daar is sowaar ook ‘n pad-aanwysing na ‘Nauchas’ – glad nie deel van ons reisprogram nie! Nauchas was die eenman-polisiestasietjie waarheen my pa in 1948 verplaas is en waar ons ongeveer twee jaar lank gebly het – net my ouers, ek en my jonger boetie, Kobus – verder niks en niemand nie.

So terwyl ons koers kry oor Spreetshoogtepas, beleef ek weer elke hoekie en draaitjie van Nauchas en vertel breedvoerig hoe dit daar lyk. Ek onthou die trappe by die agterdeur van die gebou waar ons twee seuntjies dikwels ons melkkos gesit en eet het en die “*long drop*” regoor waar ek my liewe Ma vir ‘n geruime tyd toegesluit en, min gepla, op ‘n ander plek gaan speel

het. Soos gister onthou ek nog die masjienkamer waarbinne die kragopwekker gestaan het. Dan was daar die dag toe my pa na ‘n noodgeval uitgeroep is terwyl my ma in die Windhoek-Hospitaal vir ‘n galblaasoperasie opgeneem is. Hy kon nie sy plig versak nie en die beste plan was om ons vir ‘n wyle in die polisiecel ‘in te perk’ tot sy taak afgehandel was.

En toe die grootse oomblik, toe ons by Nauchas opdaag – dieselfde prentjie na ongeveer 72 jaar! Struktureel is die geboue nog dieselfde, behalwe vir die ‘*long drop*’ wat met ‘n spoeltoilet vervang is, drie staatswonings wat bygebou is en ‘n hele klomp ‘dieners’ wat daar rondhang. My geheue het my glad nie in die steek gelaat nie!



Ek en my jonger boetie, Kobus, saam met my pa by die polisiestasie. Regs agter is die muur van die masjienkamer.

Vir my, wat deesdae dikwels nie kan onthou wat ek die vorige dag gedoen het nie, het hierdie meevallertjie my vergenoegd en dankbaar gelaat dat ons geseën word met langtermyngeheues en nostalgiese belewenisse wat ons lewens sinvol opkikker. William Faulkner sê hoeka “*Die lewe is nog nie dood en begrawe nie. Dit is nog nie eens verby nie.*”



Tiaan Crafford

Solitaire Hair
by Mariana

Sel: 072 823 2806
1A Eland Street, Nylstroom

Solitaire: Gemstone | Jewel | Sparkler | Diamond | Single Stone | Precious Stone

**KOM BESOEK ONS GERUS
VIR 'N PRAGTIGE NUWE
SOMERVOORKOMS!**

**ARLEX PARFUUM BESIKBAAR
R 220.00 MANS & VROUE PARFUUM**

**GEBRUIK ALLEENLIK ONS
SELFOONNOMMER
GESLUIT OP WOENSDAE**



*Foot & Body
Worx*

PENNIE 082 879 4413

Bianca & Mari



Bedank almal vir hulle ondersteuning.

**Kyk uit vir toekomstige
spesiale aanbiedings.**

**PROFESSIONELE WAARDASIES
DU PREEZ NEL**

**WAARDEERDERS • TAKSATEURS
VALUERS • APPRAISERS**

POSBUS 1182, KOKANJE, 0515

TEL: (014) 715 2338 FAKS: (014) 715 2338 SEL: 083 268 3711



Salon Kokan-Mari

Skakel My Gerus

Eloisa

Tel: 082 466 6806 - 014 715 2012

07:30 - 12:30

KOKANJE-FIKSHEID

Charl Stander

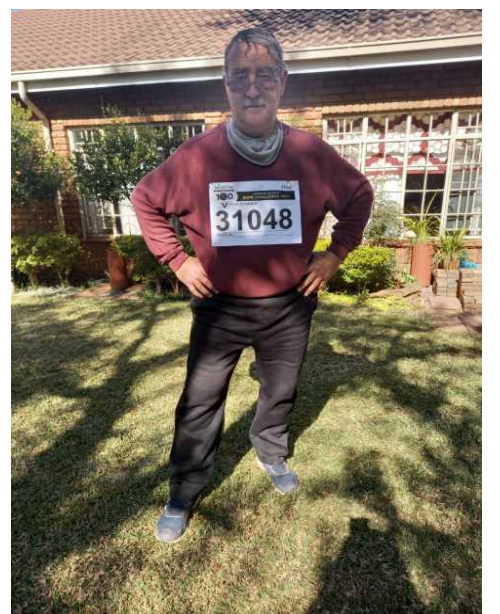


Charl Stander is op Caledon in die Kaap gebore. Hy en sy vrou Paula het van Pretoria af in Maroelastraat 80E, Kokanje ingetrek. Charl het gereeld aan Modimolle parkruns in die ouderdomsgroep 65 tot 69 jaar deelgeneem. Hy stap meestal en sy PB (persoonlik beste) is 45:43 minute wat hy tydens sy 39ste parkrun verbeter het maar toe word al die parkruns wêreldwyd, as gevolg van Covid-19, toegemaak.

Charl het hom nie laat afskrik deur die Covid-19 virus nie! Toe die Modimolle parkrun sluit, het hy aangegaan om te oefen. Ten spyte van 'n knieervanging en 'n "stent" in 'n hartaar, het hy aan verskeie virtuele wedlope deelgeneem. Hy het die virtuele Twee Oseane wedloop (15 km) op 3 April 2021 gedoen en het sy tyd en afstand met 'n Stravatoep geneem en ingestuur na die Twee Oseane organiseerders.

Toe pak Charl die virtuele 100 jaar Comrades Marathon (21,1 km) aan, op Comradesdag Sondag 13 Junie 2021. Hy het van Kokanje na Donkerpoortdam se afdraai gestap, omgedraai en deur die dorp gestap. Ansie Cronje het later ook 'n entjie saam met Charl gestap. Vroulief Paula het hulle met eetgoed en energiedrankies bygestaan. Charl sê die opdraende verby Koro Creek was 'n riller, veral na 18 km, op pad terug na Kokanje. Toe hy by sy huis kom, het hy nog goed gevoel, maar sy bene was poegaai.

Charl - dit wil gedoen wees! Baie geluk! Kokanje se mense is trots op jou!

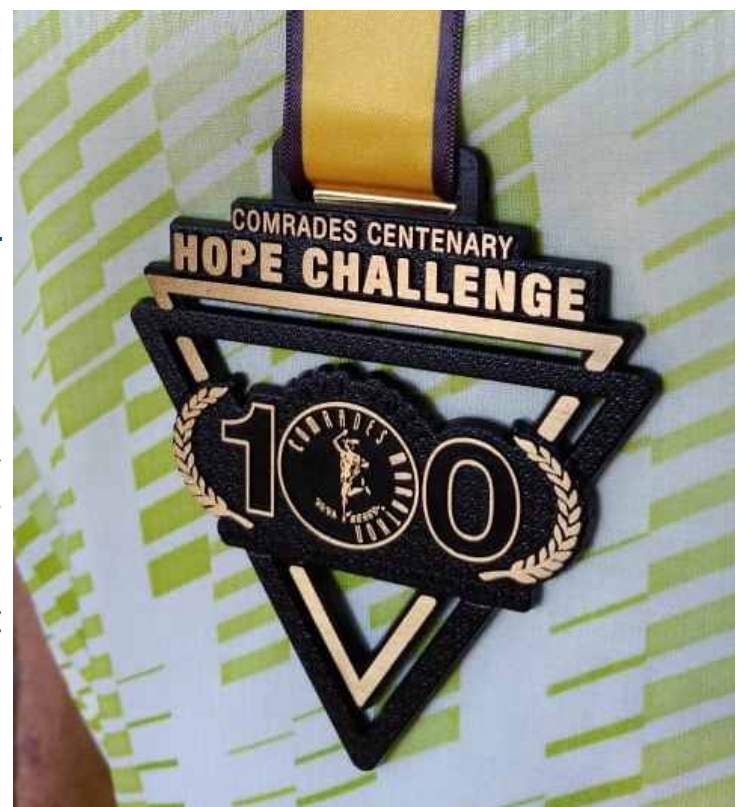


Ben Schultz

In enige groep mense is daar altyd enkeles wat vir almal 'n voorbeeld is van kophou, uithou en deurdruk. Ben Schultz is een van hulle.

Hy het, toe die **parkrun** opgehou plaasvind het as gevolg van Covid-19, aangegaan om stoksielalleen te oefen en begin om aan verskeie virtuele byeenkomste deel te neem. Ben en sy vrou Susan woon in Vaalboomstraat 116B, in Kokanje. Ben (73 jaar) neem in die ouderdomsgroep 70-74 jaar deel en sy [Modimolle parkrun](#) PB (persoonlike beste) is 32:23 minute. Susan is as 'n gereelde vrywilliger betrokke by die Modimolle **parkrun**. Ben het ook meer as 25 keer as vrywilliger gewerk en hy het ook 62 Modimolle

parkruns voltooi. Toe hy sy 50ste **parkrun**-wedloop voltooi het, het hy 'n rooi **parkrun**-mylpaal T-hemp ontvang waarmee hy nou trots hardloop. Ben het op 13 Junie 2021 sy Comrades 100 jarige virtuele



KOKANJE-FIKSHEID (Vervolg)

en eerste half marathon (21,1 km) voltooi. Hy het verskeie roetes van Kokanje af deur die dorp tot anderkant Kranskop en terug gehardloop om die afstand te voltooi. Susan het hom bygestaan en aangemoedig. Ben het 'n lieflike T-hemp en 'n medalje van die [Comradesvereniging](#) ontvang. Kokanje is baie trots op hom!



In Ben se eie woorde: *“Vir my het dit gegaan oor die **parkrun** en die Covid-19-inperkings wat my gemotiveer het om aktief te probeer te bly. Die Comradesvereniging bied toe virtuele wedlope van verskillende afstande aan ter viering van die 100ste Comrades wat in 2020 sou/moes plaasgevind het. Toe skryf ek in vir die halfmarathon ... alles te danke aan die Modimolle **parkrun** wat in Oktober 2019 hier begin het. 'n Mens is nooit te oud of jonk om aan die **parkrun** deel te neem nie! Of jy dit stap of hardloop, jy hoef nie met iemand te kompeteer nie ...*



... jy neem net teen jouself deel en elke deelnemer moet dit net geniet!”

Annette van Dyk



CATHY HEYDENRYCH

“Don’t cry for me. ... I have never left you.” Ja, jy het nie eers gegroet nie, net *“Bye, Maureentjie.”*

Toe ek jou jare gelede op Edelweiss se stoep ontmoet het, het ek geweet ons deel iets onbeskryflik kosbaar. Die vriendskap het oor jare gedy. Jy het my met elke kuiertjie ’n klein bietjie nader aan jou toegelaat – tot waar ons vandag staan. Jy was suinig met deel van jouself. Voor jou boekrak het ek in jou ’n intelligente, ingeligte vrou geles, wat baie paaie bewandel het. Hier het ek met die grootste respek en bewondering geblaai deur jou pynlik-netjiese Ph.D-tesis – georden, beredeneerd en met sterk standpunte oor o.a. die kerk en veral die vermoë van die menslike brein. Jou stap oor die gloeiende kole, jou talle akademiese prestasies, maar ook jou fyn tasbare kunssinnigheid terwyl jy die grys bokhaar-



kombersie liefkoos net soos wat jy vir Amy, jou hondekind, geliefkoos het. Wat ek van jou geleer het, kan in boekvorm vervat word.

Die talle Cappuccinos het ons net meer aangespoor na dieper delf in die psige van die mens – totdat jy gesê het: *“As ek geweet het jou kinders kom, het ek my tande ingesit.”*

Cath, ek weet jy is met mooigedoende hare vorentoe – trap hoog, my vriendin. Jy is en was ’n besondere mens en jou gelyke het ek nog nie ontmoet nie.

Maureen Neethling



DIENSTE EN VERSOEKE

Versoeke aan die Werkswinkel

Versoeke vir die herstel van iets in of buite die huis moet asseblief nie telefonies aan die Werkswinkel deurgegee word nie. Die werkskaarte (“werkswinkelversoeke”) wat in die voorportaal beskikbaar is, moet asseblief hiervoor voltooi word.

Die enigste geldige uitsonderings is in geval van nood (soos ’n gebarste pyp na-ure) of wanneer ’n inwoner nie fisies by die voorportaal kan uitkom nie. ’n Telefoonoproep na (014) 715 2031 kan in laasgenoemde geval gemaak word. In ’n noodgeval kan ’n SMS na 082 880 8974 gestuur word, of die MILK-selfoontoepassing kan geraadpleeg word vir die noodnommers wat geskakel kan word.

Versoeke vir die Aanbring van Verbeterings

Daar is ’n standaardvorm wat asseblief voltooi moet word indien ’n inwoner iets aan die huis of tuin wil verbeter, soos die aanbring van plaveisel, ’n addisionele kragprop of die verskuiwing van ’n kraan.

Om ’n aansoekvorm te bekom, skakel (041) 715-2031 en vra om na Anina Pretorius of Tyla le Roux deurgeskakel te word; of versoek die vorm per e-pos van Anina (bemarking@kokanjeaftreeoord.co.za) of Tyla (admin@kokanjeaftreeoord.co.za).

NUWE INWONERS

Ons wens hierdie nuwe inwoners hartlik welkom en glo dat hul ten spyte van al die beperkings wat die pandemie op ons lê, nogtans ons vyfster-oord sal geniet:

Marieka Visagie



Marieka is vanaf 16 Julie 2021 'n baie tevrede inwoner van 46C. Sy het hierheen verhuis vanaf Pretoria waar sy 26 jaar gewoon het – en vir die grootste deel van die tyd by Skuilkrans Laerskool werksaam was. Haar vakgebied is tale en sy het 'n groot liefde vir Suid-Afrikaanse geskiedenis. Sy is juis tans besig om 'n boek oor dié onderwerp te skryf.

Sy is baie dankbaar vir die voorreg om in Kokanje te kom woon. Sy het 'n oom gehad wat hier gewoon het en vir wie sy vele male kom besoek het. Ten spyte van Covid-19 se inmenging is sy baie beïndruk met haar mooi huis en so ook die oord en alles wat dit bied. Van haar drie kinders woon twee in Suid-Afrika en een in Amerika.

Bets Stander



Nog 'n baie dankbare en opgewonde nuwe intrekker – in 53D. Bets het vanaf Nylstroom getrek, waar sy vir 50 jaar woonagtig was en vir verskillende dokters se spreekkamers gewerk het. Sy het twee kinders.

Bets is 'n besige by met verskeie belangstellings. In Nylstroom het sy aan die stapklub en die dendrologiese vereniging behoort. Sy was alreeds by ons tuinboupraatjie en kunsklub; en sy stel belang in die stapklub sowel as die rolbalklub.

Elna en Ossie Searle



Die egpaar Searle was vanaf 1970 tot 2021 in Pretoria woonagtig en het op 6 Augustus in 89D ingetrek.

Ossie het in Kroonstad grootgeword. Na skool het hy Bedryfsingenieurswese by die Universiteit van Pretoria studeer. Daarna was hy by verskillende plekke in en buite Suid-Afrika werksaam - waarvan die langste by Denel was.

Hulle het by ander mense van ons oord gehoor en toe self kom ondersoek instel. Die uitleg van oord asook baie aktiwiteite beïndruk hul baie - en ook dat alles nog in werking is al is ons midde in die Covid-situasie.

Elna was 'n leerling van Volksskool Heidelberg. Na skool het sy onderwys by die Pretoriase Onderwyskollege studeer. Saam het hulle 'n groot liefde vir voëlkyk, die natuur en toer. Ossie is lief vir tuinwerk, lees en Sudoku. Hulle stel ook belang om later by jukskei en die stapklub aan te sluit.

A NECESSARY BREAK

The past year has been challenging for everyone but in particular for the ones caring for or living with the different types of dementia. I must admit when I first had to face up to the fact that I was now part of a growing number of people in the same position, there was anger and frustration and probably a whole lot more emotions one didn't connect with at the time!

But perhaps the one good 'Kiwi' expression of *'just get on with it'* had to be applied to the situation I now found myself in, so, facing it head-on, I attended a two day Alzheimer's workshop for caregivers; we moved to Kokanje, where we knew friends from Alastair's school days; and earlier, thanks to Martha van Zyl, I was introduced to Elizabeth, who is now a fully qualified 24/7 caregiver and has also attended the Alzheimer's two day workshop.

Where am I going with all this? Well, everything was now in place to allow me to *'have a break'*, which happened in April when I was able to go to Kruger Park for three nights for a family celebration. Alastair's daughter, Ingrid, came and stayed; Elizabeth came in during the day to allow Ingrid to work, and I just had the most unbelievable relaxing time – no stress – so the back aches and all other aches disappeared as well, and one can come back and cope with the *'new norm'* one has in one's life.

To others in the same position as I am, I cannot stress enough, the importance of making time for yourself and having those breaks – you are not being selfish in any way, but in fact: the exact opposite!

A huge thank you to Kokanje residents and staff for making the Kiwi and Scotsman feel welcome and at home!

Marion Moir



HERTA IS DEESDAE DOER VÊR

Ek het die Kollig Light van Mei en Junie per internet gelees.

Wow, ek is uiters beïndruk met *"die nuwe nuwe aanslag"*.

As 'n oud-komiteelid weet en besef ek dat die nuwe redaksie letterlik aan die diep kant ingegooi was. Weer eens is bewys hoe *"nuwe bloed"* in 'n organisasie net tot voordeel kan wees. Ook die foto's wat in kleur geplaas word is 'n enorme stap in die regte rigting.

Ek is so dankbaar dat ons as oud-inwoners die kans gegun word om ook die KOLLIG te mag lees. Jy kan nie 12 jaar se lewe in Kokanje net so afsny nie. 'n Mens het steeds 'n hegte band, nie net met baie vriende en bure nie, maar ook jou net *"hallo hoe gaan dit"*-vriende in die gange met etenstyd.

Dit gaan baie goed met ons in George.

Vriendelike groete,

Herta Barnard



STUDIO H

THE ART OF HAIR DESIGN
UNISEX SALON

NELSON MANDELA- RYLAAN 27, MODIMOLLE

061 354 0459. HERMAN.STUDIOH@YAHOO.COM

NIOXIN® Kadus
PROFESSIONAL

WELLA
PROFESSIONALS

SYSTEM
PROFESSIONAL



Nylstroom/Modimolle 014 717 4208 / 083 608 5299

reenboog.veg@gmail.com

Nylstene Business Park 8 - Nelson Mandela Dr



**VISIT US
FOR A FRESH CHOICE
OF SEASONAL
FRUIT & VEGETABLES
AND MEAT CUT
TO PERFECTION**



SONDAG ETES Restaurant

Hoofgereg & Nagereg

Drank Lisensie

Iced Cappuccino

Wegneem Etes

Daaglikse etes

Funksies

Spyseniering

R80

Per Persoon



Besprekings:

081 754 5245

Bosveldsig Sentrum
28 Maroela Str
Modimolle

**CREATIVE
HAIR**

UNISEX
HAIRSTYLIST

**Spesiale
pensionaris aanbod!**

**Kleur
(kort)
R250**

**Sny en
blaas
R245**

**Perm
R350**

**Mans
sny R60**

CareBox



*Sometimes all we want to do is send someone a hug
and let them know we're thinking about them...*

CareBox is a small heartfelt gifting business with a
personal touch.

Please visit our website: <https://carebox.co.za/> or send
an email to hello@carebox.co.za.



078 873 4914
bosveldglas9@gmail.com

**BOSVELD
GLASS**

105B Thabo Mbeki Str. Modimolle, 0510 014 717 2693
082 821 9619

KLERE & BYBEHORE
RUS VIR JOU SIEL...
KOFFIE
GEESTELIKE LEESSTOF
GESKENKIES

Lees



PRETORIA OOGINSTITUUT
PRETORIA EYE INSTITUTE

Dr Johann Grobbelaar

Oogchirurg / Eyespecialist

Pretoria Eye Institute, Suite 219, Schoemanst 630

Nylstroom—Elke 2de Vrydag by Dr Veldman se kamers

Tel: 012 343 8333/ 5
docgrob@mweb.co.za

Nylstroom 012 343 8333

klein namakwa
kwekery



*** Plante**

*** Potte**

*** Plaveiselblokke @**

GROOTHANDELPRYS

Amanda
083 470 0766



PJ MOTORS **AUTO SERVICE & REPAIRS**

*Petrol & Diesel Vehicles and Trucks

*Engine Installations | Petrol & Diesel

*Vehicle Diagnostics

Fault Finding & Repair

Tel: 014 718 4004/3

Cell: 082 928 1088

Cell 2: 074 248 3601

Email: info@pjmotors.co.za

P.O Box 3525 | Lilian Ngoyi Str
Modimolle 0510

SONKRAG VIR DIE KOKANJE AFTREEOORD

Waar het dit begin?

Soos met meeste goeie idees, het die gedagte aan sonkrag vir Kokanje ook by 'n persoon begin. In hierdie geval het dit by Nick Noeth, afgetrede elektriese ingenieur en destydse Voorsitter van die Tegniiese Komitee, begin. Nick het reeds in 2019 navorsing hieroor begin doen en het ook verskeie moontlike verskaffers geïdentifiseer met wie hy verkennende gesprekke gehad het.

Hoekom is dit oorweeg?

Eskom se kraglewering word al hoe meer onbetroubaar, wat beurtkrag tot gevolg het. Daarby word Eskom se krag elke jaar duurder en is jaarlikse prysaanpassings van 15% en meer aan die orde van die dag. Goedkoper, meer betroubare en volhoubare kragvoorsiening oor die langtermyn, wat sonkrag wel bied, is dus die ideale oplossing.

Wat was die oorwegings?

Dat sodanige sonkragstelsel(s) in twee fases by Kokanje geïnstalleer sou word:

Fase 1 sou 'n stelsel wees wat minstens 150kWu kan opwek en wat op die dakke van die administratiewe gebou, die eetsale, die Kokanje Eenheid vir Verswakte Inwoners en die kombuis geïnstalleer sou word. Dit sou genoeg krag kon lewer om hierdie afdelings vir gemiddeld 5.6 ure per dag van krag te voorsien. Dit sou 'n geïntegreerde stelsel wees wat gedurende beurtkrag soomloos inskakel by die munisipale krag en die generator. ('n ["Grid-Tied"-installasie](#).)

Fase 2 sou 'n "sonplaas-tipe" installasie wees wat minstens 350kWu kan opwek om krag aan die wooneenhede in Kokanje te verskaf.

Nick het voorleggings begin reel met van die

verskaffers, en het toe vir my, Leon de Jager, as Voorsitter van Finkom, genooi om die eerste voorlegging by te woon.



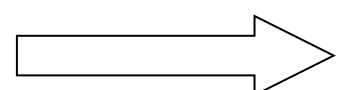
Watter opsies is oorweeg?

Daar is twee opsies oorweeg, nl;

- Die aankoop van 'n doelmatige stelsel.
Kokanje sou in hierdie geval die stelsel by 'n verskaffer koop.
Kokanje sou dan die stelsel self moes verseker, onderhou en bedryf.

- Die aangaan van 'n "Power Purchase Agreement" (PPA).

Kokanje sou in hierdie geval 'n langtermyn kragverskaffingsooreenkoms (tussen 10 en 20 jaar) met 'n verskaffer aangaan. So 'n ooreenkoms behels dat die verskaffer die sonkragstelsel op sy koste installeer, verseker, onderhou en bedryf.



SONKRAG VIR DIE KOKANJE AFTREEOORD (Vervolg)

Kokanje sou dan die krag wat deur die stelsel gelewer word teen 'n vooraf onderhandelde tarief by die verskaffer aankoop. So 'n tarief sou dan onderworpe wees aan 'n jaarliks-ooreengekome eskalasie.



Na vele gesprekke en oorwegings is daar besluit om met verskaffers te onderhandel wat bereid is om 'n PPA met Kokanje te sluit. Drie moontlike verskaffers is geïdentifiseer nl. New Southern Energy, Green Sun Solar en Fibon Renewable Energy. Al drie hierdie besighede is vir etlike jare reeds gevestig as van die voorstes in hierdie bedryf.

Gedurende 2020 het Nick Noeth besluit om Kokanje tydelik te verlaat. Hy het aan die Direksie voorgestel dat ek sy projek oorneem. Dit is so goedgekeur en ek het 'n "Sonkragadvieskomitee" saamgestel wat bestaan uit myself, Alvar Koning, Willie Swanepoel, Douwe van Wyk en Jess Hill. Kokanje se bestuur word hierin verteenwoordig deur Wessel van Heerden, Sibbie, Frans en Marius.

Na vele vergaderings, voorleggings en onderhandelinge is besluit om [Fibon Renewable Energy](#) as voorkeurverskaffer aan te beveel. Fibon het reeds soortgelyke stelsels by minstens veertien van die [Life groep se hospitale](#) dwarsoor die land geïnstalleer, asook by vele ander instansies. Hulle bedryf tans meer as R80 Miljoen se in-

stallasies in Suid-Afrika.

Wat is die voordele van Fibon as verskaffer vir Kokanje, uit 'n kosteogpunt?

Gebaseer op ons huidige prys per kragteenheid vanaf die Munisipaliteit, geprojekteer teen 'n gemiddelde jaarlikse prysverhoging van 11% vanaf Eskom oor 20 jaar, sal Kokanje minstens R 14 miljoen kan spaar aan krag, gemeet teen die prys beding met Fibon en hul vaste eskalasie van 6% per jaar.

Wat moet nog gebeur voordat Fase 1 kan begin?

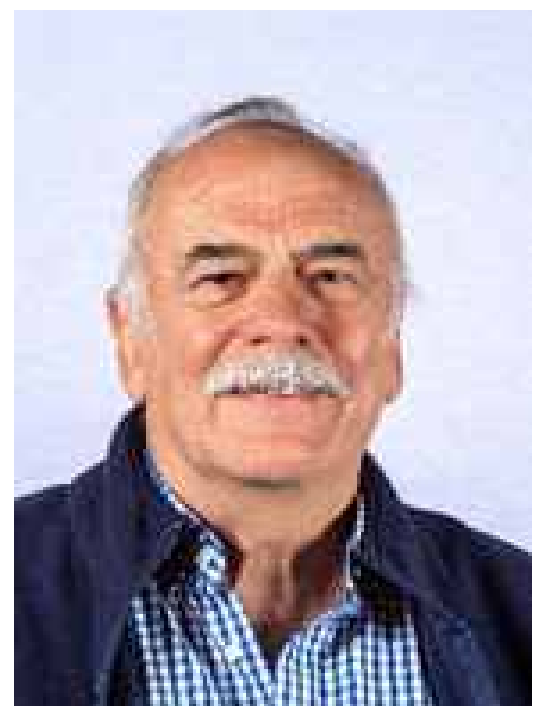
Die finale verskaffingsooreenkoms (PPA) word tans opgestel vir voorlegging aan die Direksie. Indien die Direksie instem, moet Fibon dan met die plaaslike munisipaliteit onderhandel vir goedkeuring vir die installasie. Dit is egter net 'n formaliteit aangesien die regering reeds sulke installasies goedgekeur het

Op hierdie stadium sal die installasie van Fase 1 'n aanvang kan neem!

Ander voordele

Kokanje sal sy [koolstofvoetspoor](#) drasties kan verminder oor die 20 jaar en ons sal selfs as 'n ekologies "groen oord" beskou kan word.

Leon de Jager
Sonkragadvieskomitee



Lag Saam Met My

Ek en Lourens is baie lief om in die Kruger Wildtuin rond te ry, om die natuur te beleef en fotos te neem en dan die daaglikse ondervindings weer agterna te herbeleef deur ons foto albums. Oor die laaste 10 jaar of so, het ons al 'n redelike groot databasis van fotos opgebou, en soos almal ook maar, ook taamlik baie ondervindinge gehad om oor te vertel.

Hierdie storie het gebeur toe ons een jaar by Ngwenya Lodge buite die wildtuin gebly het. Soos gewoonlik het ons vroeg opgestaan, ons piekniek ontbyt en middagetes gelaai, asook al die sakke met fotografiese toebehore.

Ons is by Krokodilbrug deur die hek, en het stadig maar seker met die grondpad Noordwaarts gery op pad na Laer Sabie, waar ons middagete wou geniet. So 10 km van Laer Sabie het ons Oos gedraai op 'n ander sand pad na Nthandanyati Hide, een van ons gunsteling skuilings. Ongelukkig het 'n boom intussen op die skuiling geval, maar word blykbaar nou weer herstel. Ons het altyd baie unieke oomblikke daar gehad met diere en voels wat in die riviértjie kom drink of afkoel. Slegs in die ergste droogte tyd van 'n paar jaar gelede het ons niks daar te sien gekry nie.

Ons was die vorige dag ook daar, en het gesien dat die Bobbejane gedurende die nag die plek lelik bemors het. Baie van die besoekers moes staan omdat al die bankies nie gebruik kon word nie. Op daardie dag was daar egter geen ander motors nie, en ons kon sien dat iets besig was om te gebeur in die rivier.

Opgewonde het ons dadelik begin fotos neem toe ons instap, en al was my bril toe donker van die sonlig buite, was dit 'n heerlike ondervinding. Na 'n rukkie het ons besluit om aan te beweeg na Laer Sabie. Gewoonlik sit ek agter in die motor sodat ek vanuit albei kante fotos kan neem. Toe ek my sit lekker kry op die leersitplek, voel ek iets is nie pluis nie. Dit voel dan nat! Ek steek toe my hand onder my in om te voel wat aangaan, maar 'n nare gedagte begin by my posvat. Ek besef dat die Bobbejane weer die vorige nag daar was, en in my haas het ek dit nie agter gekom nie, en op die mis gaan sit. Nou is die motor se

sitplek en my denimbroek tot op my vel nat (en die reuk!)

Ek besluit toe om maar die nat klere uit te trek, en my toe te gooi met 'n gesighanddoekie waarmee ons gewoonlik die kameras toegooi om die son uit te hou. Die plan is toe om by Laer Sabie 'n ander broek te koop. Ons stop eers by die motorhawe, en ek stuur my arme man met die vuil broek in om die ergste "bagasie" in die toilet af te spoel. Hy wil dood van skaamte maar doen dit maar. Hoe het hy aan die ander mans verduidelik hoekom hy met 'n nat broek in sy hande uit die toilet kom? Ons druk toe die druipnat spul in 'n plastiek sakkie en knoop dit toe (want die reuk bly sit). Hy kom later uit die winkel met 'n bruin paper sakkie. Net rokke, en die grootste een wat daar is kan nie eers oor my kop kom met my elmboe teen my ore nie.

Nou sal net die fotografe verstaan wat hierna gebeur. Ons kan mos nie terug gaan na Ngwenya toe sonder om by die brug te gaan kyk wat daar is nie. En toe raak ons meegevoer met die dinge in die rivier, en ek vergeet dat dit net die handdoekie is wat my bedek. Ek leun vooroor by die venster uit om beter te kan sien toe dit my byval dat dinge nou anders voel. Toe ek omkyk besef ek dat die handdoekie afgeval het en dat 'n wilds voertuig nou net agter ons verby gery het - vol toeriste wat met rubbernekke probeer sien wat ons sien en wat toe waarskynlik gesien het hoe die maan opkom in ons motor!

Ons is dadelik daar weg en deur die hek terug Ngwenya toe. En om toe van die motor af tot in die eerste vloer woonstel te kom was ook iets wat ek nie graag weer sal wil beleef of oorvertel nie.

Ricky Durand



Oldies and Technology

We 'senior citizens' or 'oldies' tend to have a lot of problems in common. These are not only 'our' problems of course, but a lot of us have many of them and we know that many of our friends have them too. Many of us have health problems, we often (especially during these times of Covid) have loneliness problems, we have increased problems with mobility and balance; we often have deteriorating mental acuteness (our brains seem to work much more slowly than they used to). Technology is not going to solve all these problems, but there is some modern technology to improve our situations.

Let me suggest some of the possibilities.

Firstly, technology in the form of smartphones can do a lot to solve problems of loneliness. We may not be able to have regular visits from family and friends, but Apps such as WhatsApp and Zoom can make chatting with them easy and



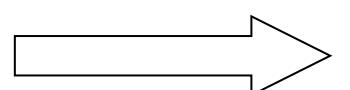
cheap. Other Apps and social media platforms, such as Facebook and Instagram help us make new friends and contacts with whom we can discuss shared interests. Perhaps it is time for a Ko-

kanje chat group on one of these platforms.

Technology is also a great help in solving our mobility problems. Modimolle still has some ground to make up, but in many places, it is possible to do all one's shopping without moving out of the front door. If you live in Johannesburg and other major cities, the Supermarkets, restaurants, bottle stores will all take your orders on-line and deliver them to your door. Here we are a bit more limited and only our chemists seem to offer delivery services and they do it very well and efficiently. There are many other commodities that can be bought over the internet such as books, electronic goods, cameras, clothes, shoes, wine. In fact, just about anything that is not perishable can be bought from companies such as [Takealot](#), [WantItAll](#), [Loot](#) and there are many more. International companies like Amazon operate in South Africa. Many major chains like Woolworths, Makro, Exclusive Books offer on-line services. I have found that all these on-line shopping companies offer great service and will courier purchases to you within days. Actually, I often advise against using on-line Instagram shopping when the same items are easily available locally: it is surely better to support local business when you can.

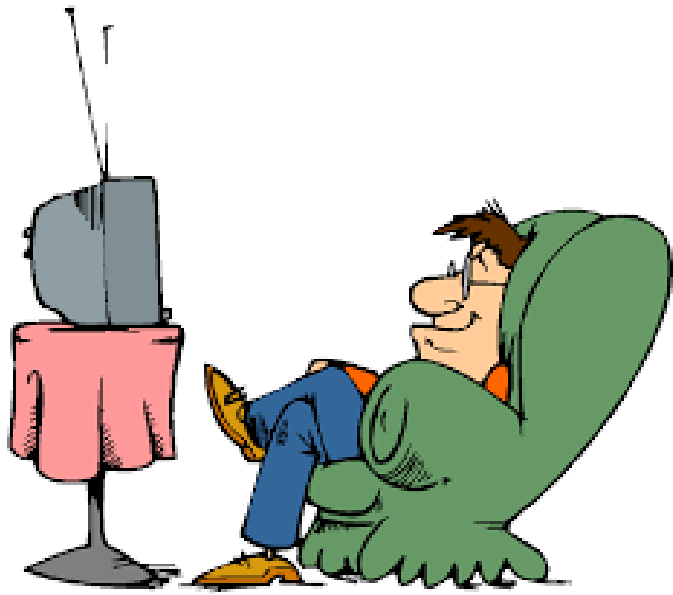
Again, we are a bit removed from the big-time out here in Modimolle when it comes to getting around. If we lived in a major city, we would be able to use companies like Uber who will send a taxi within minutes. These things will come. Uber Food (and other companies) also offer food delivery services so that you can order from local restaurants and have your dinner delivered to your door. Perhaps there is a market gap here in Modimolle that someone could fill?

How can technology help with our health? There



Oldies and Technology (Continued)

are some applications ([MyTherapy](#) is one) that give reminders to take pills, have injections, go for therapy. There are some devices (usually smart watches) that constantly monitor blood pressure, heart rate, blood oxygen levels. Some of these devices will even recognise that you have been sitting in front of your television too long and tell you to get up and move around! Other devices track where someone is so that if they go wandering off they can be found easily. We all



know of the panic buttons that many people carry in Kokanje – there are more advanced devices available now (I don't know if they are available in South Africa) that will

actually monitor you and sound the alarm if your vital signs show there might be problems.

There is a lot of research that shows that elderly people who keep their minds active are more healthy and more happy. Here technology can help a lot. We can keep on top of the news by [reading newspapers on the Internet](#). We can read about and study just about anything you can imagine: the Internet has wonderful resources on philosophy, history, politics, art and everything else you might be interested in. Computers are great for playing [all sorts of games](#). You can teach yourself to program the computer. You can

write a book... And, of course, you can read a book (and magazines) on your tablet, your smart phone, your computer, or on a special ebook reader like a [Kindle](#).

Something that is already available to technically capable (and rich) people in South Africa is the '[smart house](#)'. Door locks, electrical switches, televisions, radios can all be connected to a central computer which responds to voice commands. 'Unlock the door', 'Turn on the sitting room light', 'Change the channel to 201.' For people who have trouble moving around, these would be of great assistance. Obviously, they could be connected to emergency services too: 'Call for help!' [These 'smart houses'](#) will come down in price and I am looking forward to being able to use them.

There is a lot available right now. There will be many new devices and Apps coming in the next few years.

Lastly and importantly. Don't be afraid of these devices. They are not dangerous! They are easy to use. There are many people in Kokanje who will be able to help.

Bill Cairns



Respekteer asseblief Leë Motorhuise

'n Motorhuis wat leeg staan beteken nie dat dit beskikbaar is vir enigiemand nie. Die huidige lewensreghouer van 'n huis/motorhuis kan enige oomblik terugkeer van sy vakansie by Langebaan; of die huis en motorhuis moet voorberei word vir 'n nuwe inwoner - in beide gevalle is dit onaangenaam en ongemaklik as die motorhuis beset word deur iemand se Limousine en/of kartondose.

Dankie vir u samewerking.

DAAR IS MENSE WAT JOU GELD WIL STEEL!

Die meeste van ons kan seker onthou toe bankkaarte vir die eerste keer in Suid-Afrika uitgereik is. Dit was so opwindend: Jy hoef nie meer groot bedrae kontant by jou te dra of in 'n brandkas te bêre nie – jou bank sal jou kontant veilig bêre en jy kan met 'n plastiekkaart enigiets koop. As die bankkaart wegraak of gesteel word moes jy net vinnig optree – jou bank kon (en kan steeds) meestal keer dat jou geld in die verkeerde hande beland.

Sedertdien het so baie dinge verander! Vandag kan jy van enige plek op Aarde af iets koop of geld rondskuif deur gebruik te maak van die telefoon of Internet. Het dit diewe en skelms hokgeslaan? Nee, hulle het net slimmer geword.

Vier groot banke het saamgestaan en “the South African Banking Risk Information Centre” (SABRIC) gestig: 'n Maatskappy sonder winsbejag wat banke en firmas wat kontant vervoer help om georganiseerde bankverwante misdade te bekamp.

Een van SABRIC se belangrike oogmerke is om die publiek, en veral kwesbare gemeenskappe soos ouer persone, bewus te maak van die taktieke wat moderne rowers gebruik om ons geld te steel.

“SABRIC hou jou ingelig oor die jongste bankbedrog-aktiwiteite om te keer dat jy nie deel word van die slagoffer-statistiek nie.”

Vir inligting en wenke kliek [hier](#) (as jy hierdie artikel lees op 'n rekenaar of slimfoon wat aan die Internet gekoppel is) of versoek SABRIC om hulle **“Fraud Awareness booklet”** aan jou te stuur. Hulle kontakbesonderhede is die volgende: SABRIC - Posbus 3682 – Halfweghuis – 1685 - Tel: 011 847 3000 - Webwerf: www.sabric.co.za.

SABRIC

LIZANI

KWEKERY

Thabo Mbeki Weg 110, Nylstroom | 014 717 3393

Dit is weer somer en ons kan met oorgawe tuinmaak.
Ons het alles om u tuin in 'n spogtuin te verander

Ons sien uit na u besoek!

Blommende groete
Theo & Annetta van der Walt
014 717 3393

Verkeie

- * Inheemse bome
- * Vetplante
- * Spoelklip
- * Plaveiblokke

Ekstotiese Echeveria's
binnekort beskikbaar

IN TYD VAN SMART

kan u op ons staat maak
vir 'n hoë vlak van
integriteit en respek
terwyl ons vir u en
u geliefde sorg



STATUS

FUNERAL HOME, CREMATIONS & CHAPEL



*Wishing you
a Blessed Christmas and
a happy New Year*

INTEGRITEIT, WAARDIGHEID, DIENS



DIENSTE



BEGRAFNISSE



VERASSINGS



VERVOERDIENSTE



H/V Chrome & Allooï Straat - Modimolle Industriële Gebied

Tel: 014 717 1808 • 24-uur Bystand: 081 853 2665

info@statuscrematorium.com • www.statusfunerals.com •  @StatusFuneralHome



**EEN-, TWEE-, EN DRIE-
SLAAPKAMER GEMODERNISEERDE
EENHEDE BESKIKBAAR**

Kom deel in die ryk biodiversiteit van die Bosveld vanaf jou voorstoep waar kleinwild vry rondbeweeg en die Kwêvoëls bedags met jou gesels.

Die Kokanje Eenheid vir verswakte bejaardes met opgeleide personeel bied uitmuntende versorging en gemoedsrus vir die familie.

014 715 2030 www.kokanjeaftreeoord.co.za
079 129 6927 bemarking@kokanjeaftreeoord.co.za
 Vaalwaterpad, 3km buite Modimolle
 24,68 S - 28,38 O

**LEWENSREG
NOU
TE KOOP**
60+ jariges

**‘n Bekostigbare
Rustige
Veilige
en Sorgsame
Aftrede
In die bosveld**

Kiosk
Sportsentrum
Rolbalbaan
Jukseibaan
Tennisbaan
Swembad
Put-Put Baan
Sport -, Ontspanning -
en Kultuurklubs
Golfbaan (1 km)
Lapa en braaigeriewe
Skoonsheidssalon
Haarsalon
Biblioteek
Gesubsidieerde versorging
Poskantoor
Noodknoppies
Tuisversorging
Oudioloog
Fisioterapeut
Privaat ambulansdiens

Die *Lewe* is die
moeite werd om
na te *Luister*

GEHOORDIENSTE IN DIE GEMAK VAN U EIE HUIS

082 760 8599 ptamobile@k2h.co.za

**kind²
Hearing**

Coetzee, Moolman & Associates: 0304115

Tolvry: 0800 200 100

Professionals in hearing

POSTNET MODIMOLLE

R99 Incl.Vat
0-5kg Countrywide

Delivery within 2 - 3 working days*
Over 340 locations

- ✓ Affordable
- ✓ Track your parcel
- ✓ Reliable
- ✓ SMS notification
- ✓ Secure
- ✓ Peace of mind



*Please allow 1 extra delivery day for outlying areas.
Maximum Actual Weight 15kg. Maximum Volumetric Weight 15kg. Terms and Conditions Apply.

101 Nelson Mandela Street, Modimolle, 0510
Tel: 014 717 3440 • F2E: 086 206 4161 • Fax: 014 717 3400
Email: modimolle@postnet.co.za
Website: <http://modimolle.postnet.co.za>

**POSTNET
Courier**

Domestic Courier:

- PostNet 2 PostNet
- PostNet 2 Door
- Road & Air Freight
- Domestic Overnight
- Insurance
- International Courier:

International Air Freight:

- Global Mail
- Excess Baggage
- Authorised DHL Outlet
- Parcel Tracking via Web