

Oud-Heilbronner maak 'n draai by Binnelanders

Jacques weer te sien op KykNet skerm

Op 30 Augustus 2019 het baie Heilbronners se harte warm geklop toe 'n bekende gesig op Binnelanders te sien was. Hierdie is 'n gunsteling sepie vir baie Suid-Afrikaners wat uitgesaai word op KykNet, kanaal 144.

Jacques Naudé, oud-Heilbronner en seun van Anita Naudé, het Vrydagaand die rol gespeel van Frank, 'n kroegman in Nagskof. In hierdie episode van Binnelanders het die rol nie veel behels nie, en 'n enkele sin het uit Frank se mond gekom, maar daar is groot vooruitsigte vir Heilbron se eie sepie-ster. As kind het hy 'n groot fantasie gehad oor akteurs, maar nooit genoeg belanggestel om drama te studeer 'n loopbaan daarvan te maak nie.

In 2017 het hy gesien dat Brümilda van Rensburg 'n beginnerskursus aanbied vir akteurs. Uit nuuskierigheid het hy besluit om die kursus te doen en gewet dat hy niks in die proses kan verloor nie.

'n Meer gevorderde kursus is in 2018



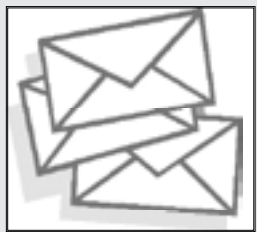
aangebied wat hy ook voltooi het - kort voor lank het Brümilda sy agent geword.

Hierdie September gaan die Binnelanders-span verder skiet aan die program en kykers kan verwag om Jacques oor die drie maande weer op KykNet te sien.

Hy is baie dankbaar vir hierdie geleentheid en geniet dit vreeslik baie, hy lê klem daarop: "Alle eer aan die Here", groot dankbaarheid word getoon vir dit wat oor sy pad gekom het en hy sien uit na wat vir hom voorlê.

GASSPELERS

Daniah de Villiers - *Trudie*
Sandra Vaughn - *Renate*
Paul Lückhoff - *Wimpie*
Dihan Schoeman - *Jacques*
Jacques Naudé - *Frank*
Julie Strijdom - *Breggie*



Briewe aan:

Redakteur

Die volgende skrywe is ontvang van Heléne Howell van Huis Bron-van-Heilgerig aan die redakteur.

Aan my pragtige vriendin:

God is jou "Sakdoek" as jy huil...
Hy is jou "Hoekie" as jy êrens wil skuil...
Hy is jou "Sambreel" as hartseer oor jou reën...
Hy is jou "Voorsiener" as jy in nood verkeer ...
Hy is die "Anker" op jou lewenspad ...
Hou "altyd" daaraan vas!!!
Daar is so baie mooi dinge om ons, om raak te sien, al is dit partykeer deur trane ...
Dankie dat jy ietsie mooi in my lewe is!!! Ek glo jy sal vêr bo jou verwagting geseën word, my vriendin. Maak die meeste van vandag, en elke dag. Tot Sy eer, alleen.

Onthou U my Here? Ek kom elke dag, met hande gevou, met U gesels. U laat my tuis voel. U raak my aan met U Hand voordat ek verduidelik het, het U reeds verstaan. As ek alleen en desperaat voel, neem U my skadu weg. U genees die rowe. U vertroos. U gee vir my om, en as ek U soek is U dáár. En Here, dat U vir my, en al U kinders onthou, is wonderlik!

Sommige kinders, het grootgeword daarmee dat as jy soet is, sal Jesus vir jou lief wees. Nee, ons hoef nie vir die Here aanvaarbaar te wees nie. Sy liefde kan nie verdien word nie. Hy het op Golgota klaar Sy liefde vir die wêreld bewys.

Bron: Onbekend.

Ingestuur deur Heléne Howell



Het jy geweet?...

Is kat snorre, hare?

Die snor van 'n kat is baie moeiliker as die res van hul baadjie. Word snorhare ook van hare gemaak?

U sal vergewe word deur te dink dat

snorhare hare is en deel van 'n kat se jas is, maar dit is nie waar nie. Dit is eger dieper in die kat se liggaam ingebed as die pels. Daar is 'n haarfollikel gelaai met senuwees aan die wortel van die snor, en dit verbind die snor aan die spier- en senuweestelsel. Hierdie sensors stuur inligting oor die omgewing na hulle senuweestelsel, wat hul dan help om die pad beter te navigeer.

HEILBRON KLINIEK - Beskerm die jeug teen tabak

• Heilbron Clinic

KANSA se gesondheidshoof, prof. Michale Herbst, konstateer: "Jong volwasseheid is vatbaarste en mees kwesbare tydperk waarop met die gebruik van tabakprodukte begin kan word. Dis dus die vername miktelpunt van die tabaknywerheid. Ons moet ons volgende geslag beskerm teen die skadelike gevolge van tabak en teen die industrie se manipulerings om van hulle nikotienverslaafdes te maak."

Volgens die Wêreld-Gesondheidsorganisasie (WGO) begin die meeste mense rook voordat hulle 18 is en 'n kwart daarvan begin reeds met tabakgebruik voordat hulle 10 jaar oud is.

Prof. Herbst gaan aan om te sê: "Die rustende harttempo van 'n jeugdige wat rook is vinniger as die van sy portuur. Langtermyngevolge sluit kroniese siektes soos long- en hartaarbeserings, beroerte en hartsiekte in. Navorsing toon dat daar by jongmense 'n sterk verband is tussen aktiewe sigareetrook en nikotienverslawing, en ook tussen verminderde longfunksie, longgroei en asma."

Die tabaknywerheid is aktief gerig op die jeug, met aanloklike produkte en duur bemarkingsstrategieë soos groot prysverminderinge by feeste en musiekonserte of bymeekaarkomste. Hulle voorsien ook geënde sigarete en rooklose tabakprodukte (mentol, aarbei en druiwe wat nie benodig nie) en droë teesakkiegrootte snuifakkies, oplosbare strokies en suigtablette.

KANSA waarsku die jeug teen die tabak-industrie se marktaktieke – "selfs as die produkte aandui om 'lig', 'gefiltreerde', 'sag', 'laeter', 'mentol' of 'vrugtegegeur' te wees, is die gesondheidsrisiko groot. Moet dus nie geflous word deur gladde advertensies of aantreklike verpakings nie" verduidelik prof. Herbst.

VOORKOMING

Volgens die WGO verminder treffende teen-tabakadvertensies en grafiese verpakingswaarskuwings en grafiese verpakingswaarskuwings - veral die prentjies - die getal kinders wat begin rook en dit vermeerder die getal rookstakers. Navorsing toon dat hoër belasting veral doeltreffend is om tabakgebruik by laer-inkomstegroep te verminder en om jonger mense te keer om te begin rook. 'n Belastingverhoging wat tabakpryse met minstens 10% laat klim, verlaag tabakgebruik met ongeveer 4% in hoë-inkomstelande en tot selfs 8% in die meeste lae- en middel-inkomstelande.

"HUBBLY BUBBLY", WATERPYPE OF TURKSE "HOOKAH"PYPE IS GEVAARLIKER

KANSA waarsku teen die verhoogde gebruik van sulke pype by jongmense, want dit is veral nadelig vir nog groeiende longe en rook kan dus permanente skade aanrig. Prof. Herbst stel verder: "In Suid-Afrika vorm waterpype en verwante tabakprodukte, deel van die omskrywing van

tabakprodukte in die Tabakprodukte-Wysigingswet (2007). Dit impliseer dat die pype se gebruik en verkope moet voldoen aan die regulasies met betrekking tot enige tabakprodukte in die land – insluitende die verbod op die verkoop van sulke pype en hul produkte aan enige persoon wat nog nie 18 jaar oud is nie."

KEN DIE WET – DIS JOU REG IN 'N ROOKVRYE WÊRELD.

Elke persoon behoort tabakrook-vrye lug te kan inasem. Rookvry-wette beskerm die gesondheid van nie-rokers, is gewild, benadeel nie die sakewêreld nie en spoor rokers aan om die gewoonte te staak.

Twee tabakwette is deur die parlement in 2007 en 2008 goedgekeur. In die staatskoerant van 21 Augustus 2009 het die parlement hierdie twee wette geproklameer wat Suid-Afrika se tabakkontrolewette verander het.

Kernpunte in hierdie wette is:

- Volwassenes mag nie in 'n motor rook as daar 'n persoon jonger as 12 jaar 'n passasier is nie.
- Rook word nie toegelaat op persele nie (privaathuise ingesluit) wat gebruik word vir kommersiële kindersorgaktiwiteite soos chrêches, of vir opvoeding en onderwys.
- Slegs persone bo 18 jaar word toegelaat in aangewese rookgebiede.
- Rook word nie toegelaat in gedeeltelik afgekapte openbare plekke soos balkonne, oordekte patio's, verandas, loopgange en

parkeergebiede nie.

- Die boete vir die eienaar van 'n restaurant, drinkplek, kroeg of werksplek wat die rookwet verbreek, is maksimaal R50 000 en vir elke individuele roker R500.

- Die tabakindustrie mag nie langer bemarkingspartytjies hou wat jongmense teiken nie.

- Wetgewing bepaal dat geen persoon enige tabakprodukt mag verkoop of beskikbaar stel aan 'n persoon jonger as 18 jaar nie.

- Smousoutomate wat tabakprodukte verkoop, mag nie gebruik word om ander produkte soos skyfies of sjokolade te verkoop nie.

- Ken die wet en vind meer uit by <http://goo.gl/cmwpL> en rapporteer diegene wat die wet verbreek by <http://goo.gl/dvn4p>.

KANSA kan tabakverslaafdes help met sy eKick Butt-program – 'n unieke gratis aanlyn-rookstaakprogram. Deur 'n reeks e-poses, vraelyste en aflaaie word die roker geleë en bygestaan totdat hy rook staak en nie-rook 'n langsluwende gewoonte word – nie meer net die tydverloop tussen twee sigarette nie.

Die program voorsien 'n reeks beproefde en betroubare vaardighede om permanent op te hou rook.

Vir meer gegewens kan <http://www.ekickbutt.org.za/> besoek word.

Kontak Lucy Balona, KANSA se Hoof van Bemaking en Kommunikasie vir e-pos: lbalona@cansa.org.za of bel 011 616 7662.