

1973 Matrieks hou hul 45 jaar reünie



Die klas van 1973 het onlangs hulle 45 jaar reünie gehou by Stone Henge in Parys. Die klas het bestaan uit 40 leeders waarvan vier (Godfrey Topham, Sanette van Schalkwyk, Jan Zietsman en Tercia Cloete) oorlede is deur die jare. Op die foto volg: Lucas Erasmus, Manus Booysen, Piet Boshoff, Anton Du Plessis, Samuel Herman, Sarel Smit, Charl Prinsloo, Ram Roos, Paul Els, Roelien Du Toit, Christie van Niekerk, Isabel Piek, Flip Jansen, Ivy Els, Riana Niemand, Petro de Meyer, Tercea Bellingan, Vida Naude, Cerin le Roux, Ella Nolte, Isabel Botha, Sonia Habig, Hannes Olivier.



Indien u enige nuus vir die koerant het, skakel of stuur 'n e-pos vir Jolandri by 079 846 1075 of 058 852 3033. E-pos: heraldnuus@heilbron.co.za

Warning signs of a stroke.....

- Trouble speaking**
Sudden difficulty speaking, understanding, or sudden confusion, even if temporary
- Headache**
Sudden severe and unusual headache
- Weakness**
Sudden loss of strength, or sudden numbness in the face, arm or leg even if temporary
- Dizziness**
Sudden loss of balance, especially with any of the other signs
- Vision problems**
Sudden trouble with vision even if temporary

Risk factors you can not change

- Race**
- Increasing age**
- Gender**
- Prior stroke**

Risk factors you can change, treat or control.

- OBESITY**
- SMOKING**
- ORAL CONTRACEPTIVES**
- ILLICIT DRUG USE**
- EXCESSIVE ALCOHOL USE**
- CHRONIC DISEASE** (E.g. HEART DISEASE, DIABETES, HIGH BLOOD PRESSURE)



Hierdie week by die Heilbron Dienssentrum het die lede 'n lekker program geniet. Skoonma's, kinder-sêgoed en outydse raaisels. Die lede het dit baie geniet om weer die raaisels uit hulle kinderdae te onthou, en mekaar sin te probeer oplos. Die Dienssentrum gaan ook drie November verjaarsdagbabas deur die loop van die maand vier, hulle is: Helgard Claassen, Lettie Scheepers en Steyntjie Steyn.

"Breadtags" vir rolstoele

• Saamgestel deur Tokollo Rehabilitasiespan

Hierdie opwindende inisiatief behels die herwin van "breadtags" in ruil vir rolstoele. Hierdie projek moedig mense aan om "breadtags" in the samel, wat dan gebruik word om rolstoele aan te koop vir mense wie dit benodig, maar dit nie kan bekostig nie.

Die plastiese brood sluitings word gemaak van hoë impak polistireen. Industrie leiers betaal vir hierdie "breadtags", om dit sodoende te herwin en saailing houers, fotorame, kroonlyste en vloerlyste, meubels vir buite, hangers, pale en stoepe te maak.

200 broodsakkies vol "breadtags", wat gepak word in 10 swartsakke, of 200kg "tags" word benodig om genoeg geld te maak om een rolstoel te koop. Vir elke 1 000 000 "breadtags" wat herwin word, word 3 rolstoele versprei.

Tot dusver, het Heilbron 148kg "breadtags" versamel van die verskeie versamelingspunte, insluitend die Heilbron Herald en Tokollo Hospitaal vanaf 2013. Wel gedaan! Ons hoop hierdie projek sal voortduur om suksesvol te wees.