

# Vroueflitse

Winter 2022

**Medewerkers Vroueflitse**  
Winter 2022-uitgawe:

**Redakteur en bladuitleg**  
Mari-lizé Beukes

**Subredakteur**  
Ds Janine Bevolo-Manders  
Van ons tieners aan ons  
ouers.  
(Ouerbetrokkenheid)

Wilna Koekemoer  
Die prestasies en frustrasies  
van ouer word...  
(Geestesgesondheid)

**Taalversorging**  
Mari-lizé Beukes  
Tessa Oppermann

**Webblad**  
[www.nhsv.org.za](http://www.nhsv.org.za) – sien  
afdeling Publikasies vir  
Vroueflitse-skakel

Teken in op *Vroueflitse*: Stuur  
’n e-pos aan Rozelda Nel  
[admin@nhsv.org.za](mailto:admin@nhsv.org.za)

Tel 012 325 0117  
NHSV kantoor

*Vroueflitse* is ’n mondstuk  
van die NHSV met artikels  
gefokus op die toerusting van  
vrouelidmate.

Individuele skrywers dra self  
die verantwoordelikheid vir  
die feitelike inhoud van en  
beskouings in hul artikels.



*Mag elke sonsopkoms vir jou hoop gee.  
Mag elke sonsondergang vir jou vrede gee.*

## Van ons tieners aan ons ouers

*Ds Janine Bevolo-Manders*

### **Daarom het hy (Noag) die ark gebou om sy huisgesin te red. (Hebreërs 11:7)**

Eintlik behoort elke ouerhuis 'n "ark" te wees – 'n plek waar ons kinders veilig kan voel. Wanneer die lewe en sy eise te veel raak, moet kinders altyd weet waarheen hulle kan gaan – huis toe, na Pa en Ma toe!

Ongelukkig is dit dikwels nie die geval nie. Sommige kinders wil juis wegvlug van hul ouerhuise af, en dan word die wêreld hul "ark", juis omdat daar soveel twis en konflik in hul ouerhuise is. Kinders smag daarna dat hul ouerhuise hul veilige hawe, hul "ark" moet wees.

As jou tieners vandag vir jou kon sê wat hulle die graagste wil hê, sou van die volgende boaan hul lysie wees:



#### **1. Pa en Ma, wees asseblief lief vir mekaar.**

*Werk aan 'n gesonde huwelik; investeer in jul huwelik – want weet julle, as julle dit doen, dan voel ek veilig. Ek voel geborge en gelukkig.*

Ouers, wat doen ons om in ons huwelike te belê? Woon ons huweliksverrykingsgeleenthede by; lees ons boeke oor die huwelik; gaan ons ooit alleen uit vir 'n aandjie; gee ons mekaar selfs voor die kinders 'n drukkie sodat hulle kan sien ons het mekaar lief? Dit is wat ons kinders vra: *Belê in jul huwelik, ter wille van juisself, maar ook ter wille van ons, as jul kinders.* Jy weet die belangrikste ondersteuningstelsel wat 'n kind ooit op aarde sal hê, is sy of haar ouers.

#### **2. Pa en Ma, dit mag julle dalk skok, maar dissiplineer ons, asseblief.**

*Stel vir ons grense. Ja, ek weet ek daag jul grense uit, maar dis deel van tienerwees. As julle vir my grense stel, hoor ek eintlik julle is lief vir my en gee vir my om.*

As ouer is jy dalk verras hieroor. Praat 'n bietjie met jou kind oor die grense en reëls in jul huis. Onderhandel met hulle daaroor. Jy sal dalk verras wees oor die reëls waarmee hulle vir hulself vorendag kom.

**3. Pa en Ma, gebruik asseblief positiewe taal.**

*Moenie my afbreek met kritiek en negatiewe dinge wat julle vir my sê nie. Ek sal beter vaar as julle my op 'n opbouende manier probeer reghelp.*

Ouers, kom ons spreek lewe in ons kinders se lewe in met die positiewe woorde wat by ons monde uitkom. Positiewe gesindhede kan baie meer vermag en skep 'n positiewe omgewing waar ons mekaar opbou en help op die pad vorentoe.

**4. Pa en Ma, praat met my oor die toekoms.**

*Gee my hoop en help my om te droom!*

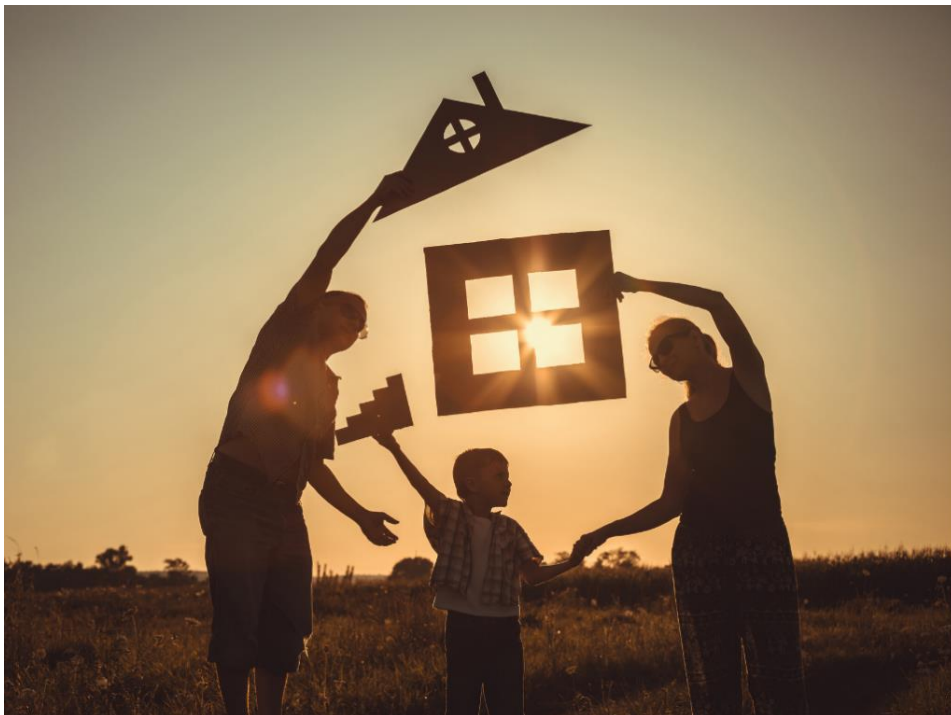
Ouers, daar is so baie negatiewe stemme daar buite. Kom ons sing nie saam met die koor wat negatief is oor die toekoms en berooft ons kinders so van hul drome en hul hoop nie. Kom ons hou die vlam van hoop vir hulle brandend.

**5. Pa en Ma, dis lekker om julle te hoor lag.**

*Dis lekker om in 'n huis te bly waar daar humor is en ons darem vir dinge, vir onself en vir mekaar kan lag.*

Ouers, laat staan die ernstig-wees vir 'n oomblik – lag 'n slag! Dit sal jou die wêreld se goed doen. 'n Huis waar daar gelag word en waar daar vreugde is, is 'n huis waarheen jou kinders altyd sal wil terugkeer.

Kom ons gee ons kinders 'n oor en hoor wat hulle sê...



## Die prestasies en frustrasies van ouer word...

Mev Wilna Koekemoer

**Toe die skool hierdie jaar begin, kry ek die volgende vraag: *Juffrou, hoe oud is Juffrou?* En toe ek antwoord, verstar die gesiggies in ongeloof en kinderlike verbasing, met die eerlike antwoord: *Sjoe, Juffrou is nog ouer as my ouma!* (Eina!)**

Toe ek die volgende naweek 'n vriendin se kleinkind optel, lispel sy: *Hoekom is jou nek so vol kreukels?* (Amper antwoord ek: *Sodat ek jou beter kan vashou!*)

Ek onthou deesdae so goed toe ek as selfversekerde jonggetroude vrou tjie by my skoonouers besoek afgelê het: Liewe Ma wat voortdurend vra: *Is dit genoeg kos vir almal?* Of: *Is die boontjies gaar?* Dat ek naderhand dink hoe dit moontlik is dat sy vyf spruite so goed grootgemaak het, maar nou twyfel sy oor alles!



En toe draai die wiel en nou is ek ook daar: *Ag, besluit julle maar eerder wat op die spyskaart moet wees en sê net vir my wat en hoeveel ek moet maak.* Of: *Ek gee regtig nie om dat jy die leiding neem nie.* (Blinde sambok, nè!)

My netbalspan speel hul eerste wedstryd hierdie jaar en ek moet (soos van my verwag word) skeidsregter wees. Na 'n lekker lang vrolike Desember vakansie is die lyf en die fiksheid nie op die standaard waar dit moet wees nie, en toe ek nog so vinnig langs die baan beweeg, haak my voet vas en ek swig ewe onvroulik voor moederaarde se swaartekrag!

Nou ja, toe ons jonger was en ons val, het ons dadelik gehoop niemand sien ons raak nie. Nou hoop ons iemand sien ons wél raak om ons op te help. Die gevolg is: toe ek onopsigtelik probeer opstaan, sien ek 'n paar mense kyk vir my. Ongelukkig nie met bewondering nie, maar met 'n jammerkyk in die oë! (Ag moederaarde, sluk my asseblief tog net in!)

Kort daarna vier twee van ons oudste lidmate hul 72ste huwelikshedenking en terwyl ek so na hulle kyk en my verluister aan die pret en kwinkslae wat hulle steeds kwytraak, besef ek: Ouderdom is sowaar nie vir sissies nie, maar ons moet dit koester, want elke dag wat aan ons geleen is, is (soos die 96-jarige oom Albert en tannie Nellie bevestig) net genade alleen.

Dat daar voordele verbonde is aan 'n hoër ouderdom, is vir seker:

- Al die lagplooië is bewys dat jy al meer pret as al die selfversekerde tieners gehad het.
- Jou nuwe naam is *Tannie*.



- Jy sien jou ma elke dag ... in die spieël.
- Jy onthou die woorde van *Chapel of Love*, maar nie waar jy jou kar geparkeer het nie.
- Jy het nie meer 'n ID-foto nodig om te bewys jy is ouer as 21 nie.
- Dit is nou jou middeljare, jy mag maar 'n krisis hê.
- Ylerwordende hare beteken dat jy minder sjampoe sal gebruik.
- Plooie is die padkaart van ervarings wat jy opgedoen het.
- As 'n mens eers afgetree is, word jy nou wakker en skrik jy nie meer wakker nie.
- Jy ken nou al amper meer mense in die hemel as op aarde.
- Wanneer jy verjaer, kos die kersies amper meer as die koek.
- Sommige winkelsentrums het spesiale parkeerplekke en afslagdae vir jou generasie.

Ek is vasbeslote om nie te kla omdat ek ouer word nie; daar is so baie ander mense wat nie die voorreg het nie. Tyd het 'n manier om vinnig te beweeg en jou onbewus te vang. Dit voel of ek gister nog jonk was en die lewe met 'n huppel in die stap kon aanpak. Vandag wonder ek waar al die jare heen gegaan het. Ek weet egter dat ek hulle almal voluit geleef het...

Ek onthou goed hoe ek ouer mense deur die jare gesien het en gedink het dat daardie ouer mense jare van my af was en dat ek aan die begin van my lewe staan. Ek kon my nie indink om so oud soos hulle te wees nie. Met 'n tikkie realisme besef ek vandag dat ek waarskynlik in die laaste seisoen van my lewe is. Hoe het ek so vinnig hier gekom en waar is my jeug heen?

Tog, hier is dit nou... My vriende begin aftree en hulle word gry. Hulle beweeg stadiger en ek sien nou 'n ouer persoon as ek na hulle kyk. Sommige in 'n beter en ander in 'n slegter vorm as ek, maar ek sien duidelik die verandering.

Ek vind nou meer gereeld dat 'n slapie nie meer 'n bederf is nie. Dit is verpligtend, want dit neem jou langer om uit te rus as om moeg te word! Jy slaap dus beter op 'n sitkamerstoel met die TV aan as in die bed – jy noem dit *pre-sleep*.

Ek gaan nou hierdie nuwe seisoen van my lewe binne, onvoorbereid vir al die pyne en die verlies aan krag en vermoë om dinge te gaan doen wat ek wens ek gedoen het, maar nooit gaan doen het nie. Maar ten minste weet ek, al is ek in die laaste seisoen (en ek is nie seker hoe lank dit sal duur nie), dat wanneer dit verby is hier op aarde, 'n nuwe avontuur sal begin!

Maar tot dan: Kom ons lééf elke dag voluit en hou steeds aan om verskilmakers te wees. Wat jy ook al in jou lewe wil bereik, doen dit vinnig. (Of in elk geval so vinnig as wat jy kan!) Moenie dinge te lank uitstel nie! Doen wat jy kan vandag. Sê al die dinge wat jy wil hê jou geliefdes moet onthou. Dis nie hoe oud jy is wat tel nie, maar hóé jy oud is.

Audrey Hepburn het gesê: *'n Mens hou nie op lag omdat jy oud word nie; jy word oud omdat jy ophou lag.* Ek salueer haar!

