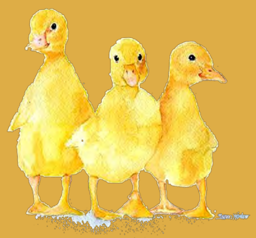
DIE EENDJIENUUS

Uitgawe 17: 22 Mei 2026

Belangrike inligting:

Datums	Bl. 3
Duck Derby	Bl. 8
Pajamadag	Bl. 9
Vadersdagverkope	Bl. 10



Uit die kantoor

- Hierdie week is die laaste netballiga wedstryde gespeel. Die A-liga het teen Jim Fouché Primêre skool en Brandwag Primêre skool gespeel en die B-liga het teen Koot Nieman Primêre skool en Kruitberg Primêre skool gespeel. Baie geluk aan al die spanne wat hierdie kwartaal skitterende netbal gespeel het. Ons is baie trots op ons dogters en ons afrigters. Uitslae op bladsy 4 en 5.
- Baie geluk en sterkte aan die o. 12A- en o. 13A netbalspanne wat volgende Vrydag aan die MMED uitspeelwedstryde gaan deelneem by Eunice.
- Die tweede landloopliga, wat verlede Vrydag plaasgevind het se uitslae is op bladsy 4. Baie geluk! Vanmiddag vind die derde landloopliga plaas. Sterkte!
- Baie geluk aan die musiekdepartement met die aanbied van 'n wonderlike musiekkonsert gisteraand. Almal het dit terdeë geniet. Ons is trots op ons dogters en musiekpersoneel wat op kultuurgebied ook pragtig presteer.
- Op Maandag, 25 Mei, word die jaarlikse spelkompetisie geskryf. Die spelkompetisie borgvorms moet asseblief Maandag, 25 Mei, by die registeronderwyseres ingehandig word.
- Baie sterkte aan die junior- en seniorkoor wat eerskomende Donderdag aan die ATKV-Applous gaan deelneem.
- Oranje het afskeid geneem van mev. Nicolette Deyssel, huismoeder by Bornmanhuis. Ons verwelkom mev. Marina Coetzer wat in haar plek aangestel is. Baie sterkte met hierdie groot taak wat jy moet verrig.

BELANGRIK

22 Mei:	ATKV-redenaars: Semi-finaal, Welkom Graad 1 Koekverkoping Kunswedstryd: Voordrag en toneel Landloopliga 3
23 Mei:	Seniorkooroefening 09:00 - 12:00 Kunswedstryd: Voordrag en toneel Nautilus
25 Mei:	Spelkompetisie: Borgvorms terug en skryf Pinkster Netbalafsluiting
26 Mei:	Voedselprojek Gr. 4A Pinkster
28 Mei:	Voedselprojek Gr. 4B ATKV Applous: Juniorkoor 12:00 Seniorkoor 14:15
29 Mei:	Netbal: MMED Distrik uitspeelwedstryde, Eunice Skool verdaag 12:00 Landloopliga 4
30 Mei:	Netbal: Vrystaat Proewe o. 12 en o. 13, Kroonstad
2 Junie:	Voedselprojek Gr. 4C
4 Junie:	Voedselprojek Gr. 3A Mnr. Sarel en tannie Charlene verjaar Duck Derby
5 Junie:	Pajama– en Pantoffeldag (Bring produkte) Landloopliga 5 Eksamen: Gr. 7 NW Skool verdaag 12:00
6 Junie:	Netbal: Vrystaat Kampioenskap, Kroonstad
8 Junie:	Eksamen

Netbal

<u>B-liga: OMS vs Koot Niemann, Maandag, 18 Mei:</u>

Spanne	Telling	Spanne	Telling
OMS o.10E vs o.10A	Verloor 0-15	OMS o.10F vs o.10B	Verloor 1-14
OMS o.11E vs o.11A	Verloor 6-14	OMS o.11F vs o.11B	Verloor 4-6
OMS o.12E vs o.12A	Verloor	OMS o.12F vs o.12B	Verloor
OMS o.13E vs o.13A	Verloor 4-33	OMS o.13F vs o.13B	Verloor 7-16

Baie geluk aan die dogters wat met elke wedstryd beter en beter gespeel het. Julle is verseker wenners omdat julle nooit opgee en aanhou veg tot die eindfluitjie blaas.

<u>A-liga: OMS teen Jim Foucé, Maandag, 18 Mei:</u>

Spanne	Telling	Spanne	Telling	Spanne	Telling
o.10A	Wen 23-3	o.10B	Wen 11-10	o.10C	Wen 32-2
o.11A	Wen	o.11B	Wen	o.11C	Wen
o.12A	Wen 31-5	o.12B	Wen 21-2	o.11D	Wen 17-1
o.13A	Wen 27-5	o.13B	Wen 35-3		

Baie geluk aan elke dogter wat elke wedstryd aanpak om net hulle beste te gee. Oranje se dogters speel netbal van hoë gehalte en maak dit moeilik vir hulle teenstanders.
Dogters, julle is die beste!

Landloop

Sewe en twintig eendjies het deelgeneem aan die tweede Landloopliga. Die dogters het goed presteer. Die volgende leerders het 'n top 10-plek in hul onderskeie ouderdoms-groepe behaal:

<u>Dogters o. 8 (1 Km):</u>
Mienke Fouché — 1ste (4,47)

<u>Dogters o. 10 (2 Km):</u>
Lenike van den Berg — 2de (8,29)
Lara Goosen — 7de (9,51)

<u>Dogters o. 12 (3 Km):</u>
Lea Cilliers — 1ste (12,55)
Z'ney Piechaczek — 3de (13,19)
Marlé Verster — 6de (14,52)

<u>Dogters o. 13 (3 Km):</u>
Aligra Nell — 4de (13,47)
Almé Bornman — 6de (15,01)

Sport

Netbal

Die laaste wedstryd van die seisoen in die A-liga is op 20 Mei teen Brandwag gespeel. Baie geluk aan die dogters en hul afrigters met die uitslae en die eide van 'n suksesvolle seisoen.

o.10A	Wen	17-6	o.11A	Wen	21-10
o.10B	Wen	23-4	o.11B	Wen	23-5
o.12A	Wen	21-6	o.13A	Wen	18-10
0.12B	Wen	23-2	o.13B	Wen	20-12

Die laaste wedstryde van die B-liga is op 21 Mei gespeel. Die dogters het baie mooi gespeel en dit sommer baie geniet.

o.10E vs o.10A	Wen	14-6	o.10F vs o.10B	Verloor	5-8
o.11E vs o.11A	Verloor	3-8	o.11F vs o.11B	Verloor	10-13
o.12E vs o.12A	Verloor	1-15	o.12F vs o.12B	Verloor	4-8
o.13E vs o.13A	Verloor	2-29	o.13F vs o.13A	Verloor	2-25

Baie dankie aan al die dogters wat so getrou kom oefen en hulle beste gee tydens elke wedstryd wat gespeel word. Dankie aan al die afrigters wat die dogters al die vaardighede aanleer en 'n passie het vir netbal. Laastens dankie aan al die ondersteuners langs die baan vir jullle aanmoediging! Oranje is die BESTE!

Musiekkonsert

Op 21 Mei het die musiekdepartement 'n konsert gehou met die tema "Vlieg". Die gehoor was vermaak deur die OMS Orkes, 9 marimbagroepe, die senior- en juniorkoor, soliste (klavier, viool, tjello en kitaar) én 'n spesiale personeel-item. Dankie aan die musiekpersoneel vir julle harde werk om die dogters voor te berei en die aand moontlik te maak.
Ons is ook dankbaar vir die ouers wat gehelp het om die saal mooi te versier.

Gimnastiek

Die Bloemfontein Vriendskaplike Gimnastiek-kompetisie het op Saterdag, 16 Mei, plaasgeving. Milan Botha behaal 'n 1ste plek in dogters 9 tot 10 jaar, Artisties, vlak 1.
Baie geluk!

Karate

Ao Yamamoto het aan die Suid-Afrikaanse JKA Karate kampioenskap deelgeneem en die volgende plekke behaal:

Kumite, blou belt	1ste
Kata, blou belt	1ste

Perdry

Inke Krüger het 16-17 Mei aan die Sanesa Vrystaatproewe vir skole deelgeneem en die volgende plekke behaal:

Met haar ponie, Domino	4 x 1ste plekke
Met haar ponie, Sweety	3 x 1ste plekke

Algemeen

Koekverkoping

Graad 1 het op 22 Mei koekverkoping gehou. Baie dankie aan elke ouer wat 'n bydrae gelewer het en almal wat die verkoping ondersteun het. Ons waardeer elkeen se betrokkenheid.

PRIMÊRE MEISIESKOOL ORANJE
ORANJE
VOORUIT
1907
Duck Derby
DONDERDAG
4 JUNIE
17:30 vir 18:00 | Monte Bello Estate
R360 p.p | Tafel van 10 teen R3 600
Ete ingesluit | Kontantkroeg
Tema: Chic Safari | Baie pryse te wen
Kaartjies beskikbaar op
Karri en by die skoolkantoor
tot Vrydag, 29 Mei
R360
per
persoon

Lief en leed

Ons dink aan Ellie van der Westhuizen wat in die hospitaal is en bid haar 'n spoedige herstel toe.

Junie 2026						J
	Di	Wo	Do	Vry	Sa	So
1	2	3	4 Duck Derby	5 *Eksamen:* Skool verdaag 12:00 Gr. 7 NW	6	7
8 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 4 SW Gesk. Gr. 5 NWT	9 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 4 Afrikaans Gr. 5 Afrikaans Gr. 6 Afrikaans. Gr. 7 Afrikaans	10 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 4 NWT. Gr. 5 SW Gesk. Gr. 6 SW Gesk Gr. 7 SW Gesk.	11 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 4 Engels Gr. 5 Wiskunde Gr. 6 Engels Gr. 7 Wiskunde	12 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 4 Wiskunde Gr. 5 SW Aard. Gr. 6 Wiskunde. Gr. 7 SW Aard.	13	14
15 Skoolvakansiedag	16 Jeugdag	17 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 4 SW Aard. Gr. 5 Engels Gr. 6 NWT Gr. 7 LO-prakties	18 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 4 LV Gr. 6 LV Gr. 7 SK	19 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 5 LV. Gr. 6 SW Aard. Gr. 7 Engels	20	21 Vadersdag
22 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 7 EBW	23 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 7 LO	24 *Eksamen – 12:00 verdaag* Gr. 7 Tegnologie	25	26 Skool sluit 10:00	27	28

Gedagte vir die week

Hoe jou kinderjare jou volwasse lewe beïnvloed

Baie van die emosionele bagasie wat mense vandag dra, begin nie in hulle volwasse lewe nie.
Dit begin dikwels in hulle kinderjare.

'n Kind leer nie net hoe om te praat, loop of skoolwerk te doen nie.
'n Kind leer ook by sy ouers hoe liefde lyk, hoe konflik hanteer word, hoe emosies uitgedruk word, en selfs hoe om oor homself te dink.

Ouers word die eerste "spieël" waarin 'n kind haarself sien.

As 'n kind grootword in 'n huis waar daar gedurig geskree word, kan hy leer dat konflik aggressief hanteer moet word. As 'n kind gedurig gekritiseer word, kan hy later glo dat hy nooit goed genoeg is nie.
As emosies in die huis onderdruk word, kan die kind leer om sy gevoelens weg te steek totdat dit later as angs, woede of depressie uitkom.

Kinders kyk nie net na wat ouers sê nie. Hulle kyk na wat ouers doen.
Hulle leer byvoorbeeld:

- Hoe om met stres te werk.
- Hoe om teleurstelling te hanteer.
- Hoe om liefde te wys.
- Hoe om grense te stel.
- Hoe om ander mense te behandel.
- Hoe om oor hulleself te dink.

Baie volwassenes verstaan nie hoekom hulle sekere patrone het nie.
Hulle wonder:

- Hoekom raak ek so kwaad?
- Hoekom voel ek nooit goed genoeg nie?
- Hoekom is ek bang vir konflik?
- Hoekom probeer ek almal gelukkig hou?
- Hoekom sukkel ek om liefde te ontvang?

Dikwels lê die antwoord in die dinge wat hulle as kinders geleer het.

'n Kind wat net aandag gekry het wanneer hy presteer, kan later voel dat sy waarde afhang van prestasie.
'n Kind wat verwerp gevoel het, kan as volwassene desperaat raak vir mense se goedkeuring.
'n Kind wat nooit veilig gevoel het nie, kan later probeer om alles en almal te beheer om veilig te voel.

Die hartseer deel is dat baie mense dink daar is iets verkeerd met hulle, terwyl hulle eintlik net patrone leef wat hulle lank terug geleer het.

Maar hier is die goeie nuus:
Wat geleer is, kan ook verander word.

Net omdat jy iets in jou kinderjare geleer het, beteken dit nie dit moet jou hele lewe beheer nie.
Bewustheid is dikwels die begin van genesing. Wanneer jy begin sien waar sekere reaksies, vrese of emosies vandaan kom, begin jy verstaan hoekom jy doen wat jy doen.

Dit gee jou die geleentheid om nuwe patrone te leer.

Jy kan leer:

- Om emosies gesond te hanteer.
- Om konflik kalm te hanteer.
- Om grense te stel sonder skuldgevoelens.
- Om jouself met respek te behandel.
- Om liefde te ontvang sonder om dit te probeer verdien.

Ouerskap is daarom baie meer as net kos gee en dissipline toepas.
Ouers bou die emosionele fondasie waarop 'n kind eendag sy volwasse lewe gaan bou.

Dit beteken nie ouers moet perfek wees nie. Geen ouer is perfek nie.
Maar dit beteken wel dat die manier waarop ons met kinders praat, hulle hanteer, en hulle emosioneel behandel, 'n baie groter invloed het as wat baie mense besef.

Kinders onthou dalk nie alles wat jy vir hulle gekoop het nie. Maar hulle onthou hoe jy hulle laat voel het.

~ Albie Jordaan ~

Welgewind
Vleis

Karoo Lam: R140p/kg: Gesaag en Vakuum verpak

Free range hoender: R80p/kg:(‘n Boks van rondom 14kg. Bestaan uit 2 heel hoenders, 3 pakke 4 by 4 boudjies en duitjies, 2 pakke vlerkies, 3 pakke fillets, 2 pakke filletstrips en ‘n pakkie lewertjies)

Lam braaiboks: R170p/kg: Weeg rondom 12kg. Halwe lam waarvan die boude in kerriesosaties gemaak is en die blad in kerrietjops. Asook 3 pakkies braaiwors.

Wildswors: Kudu: R1250 vir 10kg
Wildsmince: Kudu:R1250 vir 12kg
Wildsrugstring: R1250 vir 10kg
Kudu Biltong: R1800 vir 6kg
Biltong wiele: R1800 vir 6kg
Beefboks: R1400 Bees: 4kg wors, 4kg mince, 4 pakkies patties van 4

Tinkie Naude 0846575792
welgewind@gmail.com

Advertensies