SAVA
NUUSBRIEF
Nommer 164
September 2020

voeg lewe by jou jare

Jy wil weet waarom jou gemeenskap is soos hy is? Kyk hoe jy jou kinders behandel.
'Soos die takkie gebuig word, so word die boom gevorm'
John Sutherland

CORONAVIRUS-OORDRAG

VOEDSELVERPAKKING – Wat is die kanse?

Teoreties mag dit moontlik wees om Covid-19 van verpakkingsmateriaal te kry. Emanuel Goldman, professor in mikrobiologie aan Rutgers Universiteit, het ook daarop gewys dat die laboratoriumstudies steekproewe van tot 10 miljoen viruspartikels gebruik het, terwyl die aantal viruspartikels in byvoorbeeld 'n aërosol-druppeltjie wat op 'n oppervlak genies word, waarskynlik omtrent slegs 100 was. Hy skryf in *The Lancet* in Julie: "Na my mening is die kans van oordrag deur lewelose oppervlaktes baie klein, en slegs in gevalle waar 'n besmette persoon op die oppervlak hoes of nies en iemand kort ná die hoes of nies (binne een tot twee ure) aan daardie oppervlak raak."

Hoe kan die virus oorgedra word?

"Dit mag moontlik wees dat 'n persoon Covid1-19 kan kry deur 'n oppervlak of voorwerp wat die virus daarop het, aan te raak," sê die VSA gesondheidsagentskap, Center for Disease Control (CDC) op sy webwerf. Dit voeg egter by dat "geglo word dat dit nie die belangrikste manier is waarop die virus versprei nie".

Inderwaarheid word gedink dat dit hoofsaaklik direk van persoon na persoon versprei:

- tussen mense wat in noue kontak met mekaar is (binne 2 m – 6 vt);
- deur druppeltjies wat voortgebring word wanneer 'n besmette persoon hoes, nies of praat; en
- wanneer druppeltjies in die monde of neuse van mense in die nabyheid beland (of hulle in die longe ingeasem word).

Hoe kan ek veilig bly?

Die Wêreldgesondheidsorganisasie sê: "Daar is tans geen bevestigde geval van Covid-19 wat deur voedsel of voedselverpakking oorgedra is nie." Dit gee egter 'n lys van 'n aantal voorsorgmaatreëls wat jy kan neem om kruisbesmetting te voorkom.

Dit sê dat dit nie nodig is om voedselverpakking te ontsmet nie, maar “hande behoort ordentlik gewas te word nadat voedselpakkies hanteer is en voordat jy eet.”
Wanneer jy kruideniersinkopies doen, gebruik indien moontlik handontsmetter voordat die winkel binnegegaan word, en was jou hande deeglik daarna, en ook nadat jy jou aangekoopte produkte hanteer en gebêre het.
Dit behoort ook veilig te wees om kruideniersware te laat aflewer indien die afleweringswerker goeie persoonlike voedselhigiëne-praktyke volg. Jy behoort ook jou hande te was nadat jy voedsel- en kruideniersaflewerings ontvang het.
Sommige kundiges beveel ook aan dat plastieksakke slegs een keer gebruik moet word.
https://www.bbc.com/news/explainers-53783890

HUISHOUDELIKE ITEMS

GROOTMAAT-AANKOPE – Agt dinge wat jy in grootmaat-aankope moet vermy selfs in ‘n pandemie
Skaf voorraad aan slegs van wat jy nodig het en seker is jy sal gebruik. Sommige items kan verswak en hulle geskiktheid oor tyd verloor.
Dink twee keer oor die volgende agt items voordat jy hulle in groot maat aankoop:
1. Sonskerm
Bodge teken aan dat velsorgprodukte wat SPF bevat, hulle kragte oor tyd verloor. Dus, selfs wanneer die pandemie ons almal na buite dring, vermy die drang om met jou voorraad sonskerm oorboord te gaan.
2. Vloeibare wasmiddels en reinigers
Die pandemie mag jou higiëniese gewoontes en behoefte aan ontsmetmiddels en ander voorrade ‘n hupstoot gegee het. Voordat jy egter al die skoonmaakprodukte opgaar, onthou dat sekere soorte hulle reinigingskrag oor tyd verloor.
3. Medisyne oor die toonbank
Begrotingsdeskundige Andrea Woroch beveel die vermyding van grootmaat-hoeveelhede medisyne oor die toonbank aan. “Dit het ‘n vervaldatum, en jy neem dit net soos nodig,” sê sy.
4. Meel
Selfs as jy steeds in die pandemiese bak-neiging is, maak seker dat jy nie ‘n te groot meelvoorraad hou nie. Die bak-hoofbestanddeel bederf, en ná die beste tyd daarvan kan dit jou gebak laat sleg smaak, hoewel dit jou waarskynlik ten minste nie sal siek maak nie.
5. Kookolie

Noudat jy heelwat meer tuis geëet het, mag jy eintlik ‘n groter bottel kookolie benodig. Wees net bewus dat dit oor tyd bederf. Hoeveel tyd jy het, hang van die tipe olie af, en raklewens verskil grootliks.

6. Speserye

‘n Bietjie geur kan lank hou in ‘n dis, maar waarskynlik nie vir so lank as wat jy dink nie. Terwyl behoorlik bewaarde gemaalde speserye volgens FoodSafety.gov vir twee tot drie jaar kan hou nadat hulle oopgemaak is, sê deskundiges dat hulle hul geur baie gouer kan verloor.

7. Ingemaakte goedere (in blikke)

Moenie bekommerd wees en jou bomskuiling ontruim nie; ingemaakte voedsels is regtig gemaak om te hou. Prys, eerder as langlewendheid, argumenteer teen die koop van ingemaakte goedere. Supermarkte gee dikwels afslag op beide winkel- en nasionale handelsname, en daardie verkope kan gekombineer word met vervaardigerskoepons vir pryse wat die koste per blik van ‘n houer wat by ‘n winkelklub gekoop word, verminder.

8. Vars vrugte en groente

Laastens, die ooglopende: As jy te veel bederfbare voedsels koop, kan party daarvan in die vullisdrom beland as jou gesin dit nie alles eet voordat dit sleg word nie. Dit is waarskynlik die grootste nadeel by grootmaat-aankope.
https://www.aarp.org/money/budgeting-saving/info-2020/8-bad-bulk-store-buys.html?cmp=EMC-DSO-NLC-RSS-SAPLA--CTRL-081920-P1-4794446&ET_CID=4794446&ET_RID=1554613&encparam=xRFt%2fR1zIctQhbOyU8zfo6RmN9nevV5HTXunpOObw5U%3d#quest1

ALKOHOL

WYN – bymiddels

Deesdae is die meeste hoogs geprosesseer, soos die meeste voedselsoorte – gevul met toksiese spoorchemikalieë wat ernstige gesondheidsrisiko’s kan dra. Byna alle moderne wingerde word bespuit met chemikalieë soos die onkruiddoder Roundup, waarvan die aktiewe bestanddeel glifosaat sterk verbande met ‘n reeks siektes, insluitend kanker en Parkinson se siekte, toon. As gevolg van sterk stemmingmakery-pogings van die wynbedryf is wyn die enigste belangrike voedselproduk met geen bestanddeeletiket. Wyne mag dosyne toksiese bymiddels bevat, en jy sal dit nie weet nie. Wynprodusente in die VSA kan wetlik, en sonder openbaarmaking, 76 verskillende FDA-goedgekeurde bymiddels gebruik sonder om een van hulle op die bottel te openbaar – stowwe soos mega pers kleursel, visblase, swaeldioksied en dimetiel-dikarbonaat, wat so toksies is dat dit deur spesialiste in beskermende pakke aangewend moet word.

Die proses om hierdie nuwe wyne te skep, affekteer ook die omgewing. Meer as 95 persent van die VSA se wingerde word nou besproei – en besproeiing lei tot

verwaterde en swakker plante. Vyftien jaar gelede was die gemiddelde alkoholvlak in wyne 12.5 persent; vandag is die gemiddeld meer as 14 persent. Met hierdie hoër alkoholinhoud is dit moeiliker om wyn te geniet sonder 'n menigte negatiewe gevolge: babelas, hoofpyne, maagprobleme, benewelde brein en swak slaap.
https://thepuristonline.com/2019/07/is-your-wine-full-of-toxins/

VASVRA

A – Wat het die volgende romans in gemeen (afgesien van die feit dat jy hulle nie gelees het nie)? *His Family*, *The Secret City, Raintree County, Something to Answer For.*
B – Wat het *Partnering, My Antonia, Night and Day, The Naked and the Dead, The French Lieutenant's Woma*n in gemeen (buiten die feit dat jy hulle gelees het)?
Antwoorde aan die einde van hierdie nuusbrief.

SWAARLYWIGHEID

NUWE STUDIE

Dit stel dat swaarlywigheid deur 'n persoon se gesondheid – nie net hulle gewig nie – gedefinieer behoort te word. Dit adviseer dokters ook om verder te gaan as om eenvoudig dieet en oefening aan te beveel en in die plek daarvan op die grondoorsake van gewigstoename behoort te fokus. Die riglyn waarsku spesifiek teen gewigverwante stigma teen pasiënte in die gesondheidstelsel. In plaas van om pasiënte eenvoudig te adviseer om "minder te eet en meer te beweeg", moedig die riglyn dokters aan om ondersteunings te bied by wyse van sielkundige terapie, medikasie en bariatriese sjirurgie soos gastriese omleidingsjirurgie. Die riglyn doen nie heeltemal weg met standaard raad oor gewigsverlies nie en adviseer dat alle individue, ongeag liggaamsgrootte of -samestelling, by die aanleer van 'n gesonde, goed gebalanseerde eetpatroon en deelname aan gereelde fisiese aktiwiteit sal baat. Dit noem egter dat om gewig af te hou dikwels moeilik is omdat die brein sal kompenseer deur hongerder te voel en sodoende mense aanmoedig om meer te eet. Baie studies het getoon dat die meeste mense wat gewig met 'n dieet verloor, dit weer aansit. Diëte werk eenvoudig nie.
https://www.bbc.com/news/world-us-canada-53656651

MUSIEK

MUSIEK VOED EN VERSKAF GENOT

Musiek is nie net genotvol nie; navorsing toon dat dit goed vir jou verstand, hart en siel kan wees. Gelukkig is dit 'n gewoonte wat meer algemeen onder diegene bo 50 is – en dit is lonend. Inderwaarheid het beide toevallige en gefokusde luisteraars effens hoër tellings vir verstandelike welsyn en effens verminderde vlakke van angs en depressie gehad, vergeleke met mense in die algemeen, het die studie bevind.

Blootstelling aan Musiek

Die opname het ontdek dat bekendstelling aan musiek vroeg in die lewe tot blywende belangstelling en voordele gelei het. Byna 68 persent van diegene wat sê dat hulle as kinders aan musiek blootgestel was, het dikwels hulle vermoë om nuwe dinge te leer as uitstekend of baie goed beoordeel, vergeleke met 50 persent van diegene wat nooit aan musiek blootgestel was in hul kinderjare nie. Lewenskwaliteit-tellings was ook hoër onder diegene wat aangedui het dat musiek deel van hulle laerskoolervaring was.

Omtrent die helfte van alle volwassenes (48 persent) het 'n musiekinstrument bespeel, óf alleen óf as deel van 'n groep. Klavier en akoestiese kitaar is die gewildste. Intussen sê driekwart van die deelnemers dat hulle aan sang as deel van 'n koor of op hulle eie deelgeneem het – vroue dikwels meer as mans (83 persent teenoor 71 persent). Dans was ook gewild onder twee derdes van volwassenes; meer so onder vroue en Afro-Amerikaners, het AARP bevind. Aktiewe deelname aan musiek, veral onder diegene bo 50, word verbind met hoër grade van geluk en verstandelike funksionering.

Belangrik is dat dit nooit te laat is om die voordele van musiekwaardering in te oes nie. Onder volwassenes van 65 en ouer vergroot deelname aan musiek die verstandelike welsyn-effek van vroeë blootstelling aan musiek of maak op vir 'n gebrek aan aanvanklike blootstelling aan musiek. Volwassenes met geen vroeë blootstelling aan musiek nie maar wat tans aan musiekwaardering van een of ander aard deelneem, toon bogemiddelde verstandelike welsyn-tellings, wat sodoende vir 'n gebrek aan vroeë blootstelling opmaak.

https://www.aarp.org/research/topics/health/info-2020/brain-health-and-music.html?CMP=EMC-PRI-NLC-RSRCH-HEALTH-073020-F1

DIE TOEKOMS

WELKOM BY DIE TOEKOMS – 'n Paar baie interessante voorspellings

Hier is 'n paar lukrake keuses uit die artikel:

- Motorherstelwinkels sal verdwyn.
- In 1998 het Kodak 170 000 werknemers gehad en 85% van alle fotopapier wêreldwyd verkoop. Binne net 'n paar jaar het hulle besigheidsmodel

verdwyn en het hulle bankrot geraak. Wie sou ooit kon dink dat dit sou gebeur?

- Sagteware het die meeste tradisionele bedrywe ontwrig en sal in die volgende 5-10 jaar voortgaan om dit te doen.
- UBER is net ‘n sagtewaregereedskap; hulle besit geen eie motors nie en is nou die grootste taxi-maatskappy in die wêreld! Vra enige taxibestuurder of hy/sy dit sien kom het.
- Airbnb is nou die grootste hotelmaatskappy in die wêreld, hoewel hulle geen eiendomme besit nie. Vra Hilton Hotels of hulle dit sien kom het.
- Kunsmatige intelligensie: Rekenaars word eksponensieel beter in die verstaan van die wêreld. Vanjaar het ‘n rekenaar die beste Go-speler in die wêreld gewen, 10 jaar vroeër as wat verwag is.
- In die VSA kry jong regsgeleerdes reeds geen werk nie. As gevolg van IBM se Watson, kan jy binne sekondes regsadvies kry (tot dusver, die basiese goed), met 90% akkuraatheid, vergeleke met 70% akkuraatheid wanneer dit deur mense gedoen word. Dus, wanneer jy in die regte studeer, stop onmiddellik. Daar sal in die toekoms 90 % minder regsgeleerdes wees (wat ‘n gedagte!); slegs alwetende spesialiste sal bly.
- Watson het alreeds verpleegsters gehelp om kanker te diagnoseer; dit is 4 keer akkurater as menslike verpleegsters.
- Versekeringsmaatskappye sal massiewe probleme hê omdat kostes sonder ongelukke goedkoper gaan word. Hulle motorversekering-besigheidsmodel sal verdwyn.

Laat ons wakker word wat die uitdagings van die 21ste eeu betref.
https://www.linkedin.com/pulse/welcome-tomorrow-actually-arrived-few-years-ago-ravindra-kirti

1969 STUKKIES EN BROKKIES

BOEING 747

Die Britse lugdiens het hulle 747’s uit diens gestel, ‘n einde wat deur Covid-19 verhaas is; net soos die Concorde in 2003 as gevolg van ‘n enkele ongeluk uit diens gestel is.
1969 vas ‘n jaar van vier merkwaardige prestasies

- 9 Februarie 1969 was die eerste vlug van die 747.
- 2 Maart 1969 was die eerste vlug van die Concorde.
- 16 Julie 1969 was die lanseringsdatum van Apollo 11 wat tot die eerste maanlanding op 20 Julie gelei het.
- Op 29 Oktober 1969 het ‘n groep mans by die Universiteit van Kalifornië bymekaargekom om die eerste toets van wat later die Internet sou word, te doen.

Baie glo dat die koms van die 747 en houerskepe die einde van passasierskepe soos die Union Castle lynboote aangekondig het (skepe wat baie van toeristeskepe verskil). In 1970 het ISO (Internasionale Organisasie vir Standaardisasie) die standaard gestel vir die eerste TEU ("twenty-foot equivalent unit" / twintig-voet ekwivalente eenheid) skiphouer. 'n Jaar vantevore, in 1968, het die eerste Japannese houerskip, die Hakone Maru, begin seil, en dit kon 752 TEU-houers dra.

- 747-vragdraers sal steeds vir baie jare vlieg. Die vliegtuig het dieselfde reputasie vir taaiheid as Douglas se DC3 Dakota, waarvan sommige steeds gebruik word. Die laaste een het in 1946 van die produksielyn af gekom, maar daar is steeds sommige in inkomstediens en as vragvliegtuie.
- Die Saturn V is steeds die grootste en kragtigste masjien wat ooit deur die mens gebou is. Die Saturn V-vuurpyl was 100 m (363 voet) hoog en het by lansering sowat 20 ton brandstof per sekonde verbrand. Aandryfstof het 85% van die totale gewig daarvan uitgemaak. Nogtans het 'n NASA-wetenskaplike gesê: "Om 'n man op die maan te plaas, was maklik vergeleke met om die Concorde sover te kry om te werk."
- Gedurende die winteraand-diens na New York sou ons in die donker opstyg, weswaarts vlieg en 'n skouspelagtige 'sonsopkoms' met 'n goue gloed ervaar. Die vliegtuig, wat vinniger as die draai van die aarde gevlieg het, sou die son inhaal, en ons sou dit sien 'opkom' en dan weer ondergaan voordat ons geland het. Dit was 'n heel unieke ervaring. Voor die supersoniese ervaring het niemand die son in die weste sien 'opkom' nie. *Vintage Champagne on the Edge of Space* deur Sally Armstrong, Kindle-uitgawe
- Die Concorde kon supervinnig vlieg, wat beteken dit kon teen supersoniese spoed vlieg sonder om die naverbranders daarvan te gebruik, wat groot hoeveelhede brandstof gebruik en afstand beperk. Sommige militêre vliegtuie kan vir kort tydperke supervinnig vlieg, maar geeneen teen die spoed van die Concorde nie. Die Concorde hou die rekord vir die meeste tyd in supervinnige vlug gespandeer; meer as alle ander vliegtuie saam. Die vinnigste vliegtuig ooit, die Lockheed SR-71 "Blackbird" verkenningsvliegtuig, kon nie supervinnig vlieg nie.
- Op 7 Februarie 1996 het die Britse Lugdiens Concorde G-BOAD die afstand tussen New York en Londen in 'n wêreldrekordtyd van 2 ure 52 minute en 59 sekondes afgelê. Die vliegtuig het die 6 035 km (3 750 myl) teen 'n verbasende gemiddelde spoed van 2 010 km/h (1 250 mph) afgelê.
- In Februarie 2020 het 'n 747-400 van die Britse Lugdiens 'n rekord van 4 ure 56 minute op hierdie roete opgestel, bygestaan deur 'n straalstroom (straalstrome is vinnig vloeiende, noue, kronkelende lugstrome in die atmosfeer). Die normale gemiddelde tyd is 7 ure 20 min.

'N GELEENTHEIDSWOORD

Die Engelse woord 'fomites'

- BETEKENIS:
  Selfstandige naamwoord: Enige lewelose voorwerp soos 'n boek, geld, mat, ens. wat kieme van een persoon na 'n ander kan oordra.
- ETIMOLOGIE (HERKOMS):
  Van die Latyn 'fomites', meervoud van 'fomes' (verrotte hout/molm, tontelhout), van 'fovere' (om warm te maak). Vroegste gedokumenteerde gebruik: 1803.

A.Word.A.Day with Anu Garg

'N LEWENDIGE, ORGANIESE, ALTYD VERANDERENDE DING

Johnson (*let wel) het nie bloot 'definisies' aangebied nie; hy het die betekenisse van woorde wat oor tyd ontwikkel het en hoe hulle binne hulself allerlei teenstrydighede en veelvuldige betekenisse bevat volgens waar, wanneer en hoe hulle gebruik is, nagespoor. Hy het hierdie ingewikkeldheid met sowat 150 000 voorbeelde gedemonstreer. Neem 'n voorbeeld van die 'beste' skrywer van almal, en die teks wat die negejarige Samuel so getref het. In *Hamlet*, wanneer die verdrinkte Ophelia begrawe word, gooi Gertrude iets in die oop graf met die kommentaar: 'Sweets to the sweet. Farewell!' Maar wat gooi sy in? Sjokolade? Koekies? Suikerblokkies? Nee, vars blomme. Vir die Elizabethane het die byvoeglike naamwoord 'sweet' primêr aangedui wat 'n mens met die neus kon ruik, nie wat 'n mens met die tong kon proe nie, soos ons dit nou algemeen gebruik. Hierdie vroeër gebruik is onder andere die soort ding wat Johnson opgeteken het. Die hoofpunt wat Johnson in die woordeboek maak is dat taal – veral die taal wat skrywers gebruik – nie in steen gegiet kan word nie. Dit is 'n lewendige, organiese, altyd veranderende ding.

***Let wel**: *A Dictionary of the English Language deur* Samuel Johnson gepubliseer 15 April 1755.

A Little History of Literature deur John Sutherland

EPICS

Sou Luxembourg, of die vorstedom van Monaco, hoe begaafd sy skrywers ook al is, gasheer van 'n epiese werk kon wees? Kon die multinasionale Europese Unie een hê? Sulke state kan literatuur, selfs goeie literatuur, skep. Hulle kan egter nie epiese literatuur skep nie. Toe die Nobelpryswennende romanskrywer, Saul Bellow, sy beledigende vraag gevra het – "Waar is die Zulu Tolstoy, waar is die Papoease Proust?" – het hy wesenlik die punt gemaak dat net groot beskawings groot literatuur het.

A Little History of Literature deur John Sutherland

ONTNUGTERENDE GEDAGTES

- Die storie van die rol van die rekenaar in die misleiding van die Amerikaanse volk oor die bombardering van Kambodja is net een voorbeeld van die manier waarop rekenaars nou ons moraliteit, etiek en ons waardering van die waarheid affekteer. Meer grondliggend wys dit hoe rekenaars ons waardes – wat ons dink belangrik is – en die denkproses verander.
- "Hewlett Packard, IBM en die meeste van die res van die industrie is in die rekenaarverkoopbesigheid en dink nie oor hulle implikasies na nie," het hy gesê gedurende 'n ontspanne middagete by 'n klub geleë in die heuwels wat afkyk op Kalifornië se Silicon Valley, die korporatiewe rekenaarsentrum van die wêreld. "Ons het geen inwonende filosoof nie. Baie min van ons uitvoerende beamptes dink enigsins aan probleme soos die indringing van privaatheid of die konsentrasie van mag in die hande van minder en minder organisasies."

Opgesom en vertaal uit: *The Rise of the Computer State* deur David Burnham

DIE STELSEL – Die Internet of die Wêreldwye Web

Hierdie opsomming van James Ball se boek mag vir jou 'n kykie in die komponente daarvan gee.

Wanneer dit by die Internet kom, is daar 'n waarheid wat ons vroeg moet erken: hierdie storie is oorweldigend Westers, en oorweldigend manlik. 'n Poging om die storie te vertel sonder om van hierdie feit kennis te neem – en, soos ons voortgaan, kennis te neem van die effekte van hierdie homogeniteit in die mis van sommige foute op die pad – sou die storie sleg vertel.

Die boek begin met

die argitekte, die vroegste pioniers daarvan. Terwyl die Internet onlangs vyftig jaar oud geword het, leef die meeste van die stigters daarvan steeds. Dan is daar

die kabelmanne: die mense wat die kabels wat die fisiese Internet opmaak, besit en bedryf, en dan kom

die bewaarders wat eintlik die kernmeganika van die Internet bestuur. Wanneer jy 'n webadres intik, weet jy wie is in beheer van die besluit met watter rekenaar jy vra om verbind te word? Buiten hierdie is daar nog 'n mag in die aanlyn wêreld,

die geldmanne. Die dryfkrag agter elke huishoudelike naam in die tegniese wêreld is ondernemingskapitaal, 'n besigheidsmodel gebaseer op die spandering van miljoene dollars op maatskappye met die hoop dat hulle eksponensieel vinnig sal groei en dan vir honderde miljoene, indien nie biljoene nie, sal verkoop. Hulle maak staat op die volgende om hulle geld te laat groei:

die advertensiemanne, die mense verantwoordelik om jou elke dag op duisende maniere op die Internet te teiken en na te spoor. Anderkant hierdie lê

die kuberkrygers van die planeet wat 'n plig het om ons aanlyn te beskerm, maar ook om op teenstanders te spioeneer, 'n dubbele rol en 'n spanning wat almal van ons kwesbaar gelaat het. Laastens kry ons

die reëlmakers, die reguleerders wat veronderstel is om eintlik hierdie gemors te bestuur, en

die weerstandiges: aktivisgroepe wat probeer om die Internet se mag in toom te hou.

Vertaal uit: *The System* deur James Ball

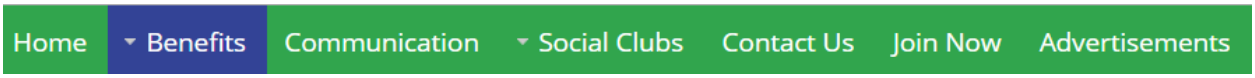
51 jaar later, en die jurie moet nog steeds besluit of die Internet 'n seën of 'n vloek sal wees.

SAVA-DIENSTE

KORTTERMYNVERSEKERING

MOMEMTUM

Gaan asb. na www.saarp.net en klik op die 'Benefits'-skakel om ons reeks van dienste aan lede te sien:



SAVA-NUUS

TERUGVOERING VAN LEDE

AUGUSTUS-NUUSBRIEF –Lede se woordelikse kommentaar (sommige uit Engels vertaal)

- Goeiedag, ek wil jou net bedank vir 'n baie interessante nuusbrief. Pamela
- Geluk met nog 'n uitstekende SAVA-nuusbrief.
- SAVA, Baie dankie vir jul nuusbrief elke maand. Ek waardeer en dis inspirerend om al die betekenisvolle artikels te lees en daaruit te leer

- Ek wil sê dat ek die laaste nuusbrief baie geniet het. Die stories is baie en verskillend en daar is baie vir elkeen. Ek sal nie 3 onderwerpe wil kies en die ander mis nie. Dankie vir die poging wat jy (julle almal?) insit.
- Vreeslike oulike leesstof.
- Dankie vir die nuusbrief, baie interessant.

SAVA-VAKANSIEKLUB

Die volgende is voorbeelde van buiteseisoenvakansies met korting wat ons vakansieklub vir julle en julle gesinne aanbied. *Om te bespreek, **skakel Renske by 021 592 1279 of stuur vir haar 'n e-pos by** renskes@saarp.net*

OORD	AREA	DATUM	EENHEID	PRYS
BOOKINGS FOR 2020				
ROYAL ATLANTIC	SEA POINT	23-27 NOV	1 S/KAMER	R3220
WATERBERG GAME PARK	LIMPOPO	23-27 NOV	1 S/KAMER	R3220
PLACID WATERS	SEDGEFIELD	23-27 NOV	1 S/KAMER	R3220
KIARA LODGE	CLARENS	30/11 – 4 DES	1 S/KAMER	R3220
FORMOSA BAY	PLETTENBERG BAY	19-23 OCT	! S/KAMER	R1207.50
BOOKINGS FOR 2021				
CLUB MYKONOS	LANGEBAAN	1-5 FEB	2 S/KAMER	R3220
CLUB MYKONOS	LANGEBAAN	3-7 MEI	2 S/KAMER	R3220
CLUB MYKONOS	LANGEBAAN	3-7 MEI	1 S/KAMER	R2415
PLACID WATERS	SEDGEFIELD	10-14 MEI	1 S/KAMER	R2012.50
CLUB MYKONOS	LANGEBAAN	17-21 MEI	1 S/KAMER	R1610
CLUB MYKONOS	LANGEBAAN	17-21 MEI	2 S/KAMER	R2012.50
CLUB MYKONOS	LANGEBAAN	7-11 JUNIE	1 S/KAMER	R1610
TABLEVIEW CABANAS	BLOUBERG	24-28 MEI	1 S/KAMER	R1610
CAYLEY LODGE	DRAKENSBERG	1-5 FEB	1 S/KAMER	R3220
CAYLEY LODGE	DRAKENSBERG	31/5 – 4 JUNIE	1 S/KAMER	R2012.50
FORMOSA BAY	PLETTENBERG BAY	22-26 FEB	1 S/KAMER	R2415
DOLPHIN VIEW	UMDLOTI	24-28 MEI	1 S/KAMER	R1610
KIARA LODGE	CLARENS	1-5 FEB	1 S/KAMER	R3220
WATERBERG GAME PARK	LIMPOPO	31/5 – 4 JUNIE	1 S/KAMER	R1610
MABALINGWE	BELA BELA	18-22 JAN	1 S/KAMER	R3220
CASTLEBURN	DRAKENSBERG	1-5 FEB	1 S/KAMER	R3220
CRYSTAL SPRINGS	PILGRIMS REST	10-14 MEI	2 S/KAMER	R2012.50
CAYLEY LODGE	DRAKENSBERG	25-29 JAN	1 S/KAMER	R3220
HAZYVIEW CABANAS	HAZYVIEW	25-29 JAN	2 S/KAMER	R2817.50

HAZYVIEW CABANAS	HAZYVIEW	8-12 MAART	2 S/KAMER	R2817.50
SONDELA NATURE R	BELA BELA	1-5 MAART	2 S/KAMER	R4025
KIARA LODGE	CLARENS	10-14 MEI	1 S/KAMER	R2012.50
BROOKES HILL	PORT ELIZABETH	10-14 MEI	2 S/KAMER	R2415
DIKHOLOLO	BRITS	18-22 JAN	STUDIO	R2012.50
DIKHOLOLO	BRITS	19-23 APRIL	STUDIO	R2012.50

NOTA 1: Die bogenoemde pryse sluit 15% BTW in.
NOTA 2: Die prys is vir die hele tydperk.
NOTA 3: Alle kansellasies moet 7 weke voor die aankomsdatum gemaak word.
BETALING: Wanneer Renske jou bespreking BEVESTIG het, sal sy 'n faktuur uitreik wat SAVA se bankbesonderhede bevat. Wanneer jy die verlangde bedrag in SAVA se bankrekening inbetaal het, stuur asseblief bewys van betaling deur een van die volgende te gebruik:

Faks: 021 592 1284
E-pos: info@saarp.net

En onthou om jou ID-nommer en naam aan te haal.

MOENIE ENIGIETS BETAAL VOORDAT JY DIE BEVESTIGING VAN DIE BESPREKING EN DIE FAKTUUR ONTVANG HET NIE.

Kontak ons by SAVA Tel: 021 592 1279
Faks: 021 592 1284
Skakel ons en ons sal u terugskakel om u telefoonkoste te spaar
E-pos: info@saarp.net
Of sien dit alles by www.saarp.net

SAVA, sy verskaffers, uitgewer, drukker en bydraers het geen bedoeling om spesifieke mediese of ander advies te voorsien nie, maar mag lesers eerder voorsien van inligting ingevolge sy regte onder die Konstitusie van Suid-Afrika. Inligting wat hier verskaf word, is nie 'n plaasvervanger vir professionele advies van enige aard nie, meer spesifiek mediese advies, sorg, diagnose of behandeling. Dit is ook nie ontwerp om enige mediese praktyk of behandeling, program of produk wat in die redaksionele inhoud van die Bulletin of webtuiste of soortgelyke platform geadverteer of genoem word, te bevorder of te onderskryf nie. Bykomend en soortgelyk bied SAVA nie professionele advies op enige terrein aan nie, insluitende maar nie beperk nie tot regsake en finansies. In alle gevalle, sou lesers advies benodig, behoort hulle 'n behoorlik geakkrediteerde en gekwalifiseerde spesialis op die terrein te raadpleeg.

ALLEDAAGSHEDE

BROKKIES

- Die Titanic-passasierskip was een van die trotsste bedryfsprestasies, en die grootste ramp, van die eeu. Soos die gedig dit stel:
  And as the smart ship grew In stature, grace, and hue, In shadowy silent distance grew the Iceberg too.
  Wanneer 'n mens die gedig lees, wonder jy watter ysberge besig is om vir ons in ons wêreld te groei.
- Die natuur glimlag oor die eenwording van vryheid en gelykheid in ons Utopia's. Omdat vryheid en gelykheid geswore en ewigdurende vyande is, en wanneer een oorleef, sterf die ander.
  The Lessons of History

ANTWOORDE OP VASVRAE

A – 'n Eienaardige vloek van uiterste vergetelheid rus op die eerste romans gekies deur beoordelaars vir nuut vrygestelde, hoë-aansien literêre pryse. Elkeen is van swak gehalte.
B – Elkeen 'n topverkoper.
Curiosities of Literature: A Feast for Book Lovers deur John Sutherland.

Ray Hattingh
NS Die geskiedenis is 'n ontsaglike vroeë waarskuwingstelsel. Norman Cousins

Kontak ons by SAVA Tel: 021 592 1279
Faks: 021 592 1284
Skakel ons en ons sal u terugskakel om u telefoonkoste te spaar
E-pos: info@saarp.net
Of sien dit alles by www.saarp.net

voeg lewe by jou jare