

Farr gee opleiding op Keimoes

GEMSBOEK-KEIMOES: Die "Foundation for alcohol related research", bekend as Farr, het onlangs twee werkswinkels op Keimoes aangebied.

Laetitia Pool en Marietjie Mouton (Opleidingsfasilitateerders) het van Farr se hoofkantoor in Kaapstad gekom om die opleiding aan te bied.

Laetitia het die eerste FAStrap© Kursus op Keimoes aangebied as deel van FARR (die Foundation for Alcohol Related Research) se bewusmaking rondom FASA (Fetale Alkohol Spektrum Afwykings) en Marietjie het die eerste Think Twice werkswinkel aangebied.

Die FAStrap© Kursus is oor vier dae aangebied en op Vrydag, 11 Februarie 2022 het die 21 gemeenskapslede wat die kursus suksesvol voltooi het, elkeen 'n sertifikaat van erkenning ontvang.

Tydens die kursus het die kursusgangers deur middel van rollespel en



Angela Van Wyk Marinus is die nuwe projekkoördineerder van Farr op Upington.



Kursusgangers neem deel aan die FAStrap© Kursus in Keimoes.



Upington se Gemeenskapswerkers met die sertifikate wat hulle na afloop van die FAStrap© Kursus ontvang het, vlnr: Olivia Daries, Annelize Esau en Riana Malgas

baie pret geleer dat 'n goeie selfbeeld noodsaaklik is. 'n Goeie selfbeeld help ons om beter ouers te wees en om ons kinders te dissiplineer op 'n positiewe manier. Hulle het ook geleer dat die gebruik van alkohol gedurende swangerskap kan lei tot FASA, wat onder andere permanente breinskade behels. Die kursusgangers is toe-

gerus met waardevolle inligting rondom wat FASA is, asook die hantering van kinders met FASA. Hulle kon ook met mekaar baie kreatiewe begrotings-idees deel, soos hoe om hulle inkomste aan te vul en hulle uitgawes beter te bestuur.

Op Donderdag, 10 Februarie 2022, tydens die Think Twice werkswinkel het hulle, op 'n interaktiewe manier, gesels oor die gevare van alkoholmisbruik, asook hoe (en waar) gemeenskapslede in die area kan aanklop as hulle alkoholmisbruikprobleme het.

Keimoes is 'n uitbreiding van FARR se projek waarvan die projeksentrum in Upington is. Die projek word befonds deur Sirius Dysons Klip 1 en 2 (Scatec Solar).

Die projekkoördineerder vir die projek is me. Angela Van Wyk Marinus.

Sy word bygestaan deur drie baie bekwame Gemeenskapswerkers, naamlik me Annelize Esau (Louisvaleweg & Keimoes), me Riana Malgas (Progress & Pabalello) en me Olivia Daries (Raaswater, Rosdale en Lesideng).

Vir meer inligting kontak hulle gerus by 063 364 2075 of bezoek FARR se webadres by www.farrsa.org.za.

"Fetale alkoholsindroom of FAS, is 'n gebrek wat aan 'n menslike embrio toege dien word indien die gasmoeder alkohol tydens swangerskap inneem. Dit is die algemeenste voorkombare vorm van intellektuele gestremdheid in die wêreld, en tog is dit 'n ernstige openbare gesondheidsprobleem in Afrika en in ons omgewing."



Groepfoto van die kursusgangers in Keimoes (die maskers is slegs verwyder vir foto-doeleindes).

STOP

SAVINGS AHEAD!

My SPAR 



MULTI-BUY
BUY ALL AND GET
R35 off
Rewards Customers Pay
300⁰⁰



freshline
SERVING SUGGESTION

Freshline Plums Value Punnet 750 g
BUY 2 FOR 30⁰⁰



Avocado Loose Selling
BUY 3 FOR 30⁰⁰



My Butcher's choice
SPAR Select Oukrans Boerewors
89⁹⁹ per kg



My Butcher's choice
SPAR Select Bulk Pork Neck Steak
69⁹⁹ per kg



tops!
34⁹⁹ each
1659 Red Blend, Sauvignon Blanc or Sweet Rosé 750ml

134⁹⁹ each
Captain Morgan Spiced Gold Rum 750ml

GREAT DEALS TO SHOUT HOME ABOUT!

#NO18 aware.org www.aware.org.za

Not For Persons Under The Age Of 18.

*Maximum of 10 e-Coupons per customer, for each SPAR Rewards product featured.

SPAR Rewards Instant Savings Exclusive to SPAR Rewards customers. Sign up today! Dial *120*7070#. It's INSTANT!

SPAR **SUPERSPAR** **KWIKSPAR**

Specials available at SPAR Bayside, Belmont, Bonnivale, Brays, Brinks, Caledon, Calitzdorp, Calvinia, Citrusdal, Darling, De Dekke, De Doorns, Erica, Hamlet, Hartenbos, Heidelberg, Hopfield, Kakamas, Ladismith, Langebaan, Montagu, Moerreesburg, Oudtshoorn, Parow Valley, Port Nolloth, Porterville, Prince Albert, O Square, River City, Saldanha, St Helena Bay, Stilbaai, The Bank, Touwsrivier, Tulbagh, Turner & Haupt, Victoria West, Wellington, Wilks, Yzerfontein stores & SUPERSPAR Belhar, Boland, Bredasdorp, Cape Gate, Century, Ceres, Clanwilliam, Eersterivier, Gansbaai, Gateway, Grabouw, Haasendal, Kalahari Mall, Kleinmond, Kraaifontein, Kulsriver, Laaipliek, Malmesbury, Mosselbay, Paarl East, Riversdale, Robertson, Springbok, Swellendam, The Vineyard, Vangate, Vredendal, Zevenwacht stores & selected KWIKSPAR stores from 2 MARCH up to and including 6 MARCH 2022, excluding SPAR Express and SaveMor stores. While Stocks Last. Prices include VAT. No traders please.

Find us on [Facebook](#) /SPARWesternCape

www.spar.co.za

BE THE FIRST TO KNOW ABOUT SPECIALS AT YOUR LOCAL SPAR! JUST SCAN THE QR CODE, SELECT YOUR NEIGHBOURHOOD SPAR AND VIEW OUR SPECIALS! TBWAISWC114C12