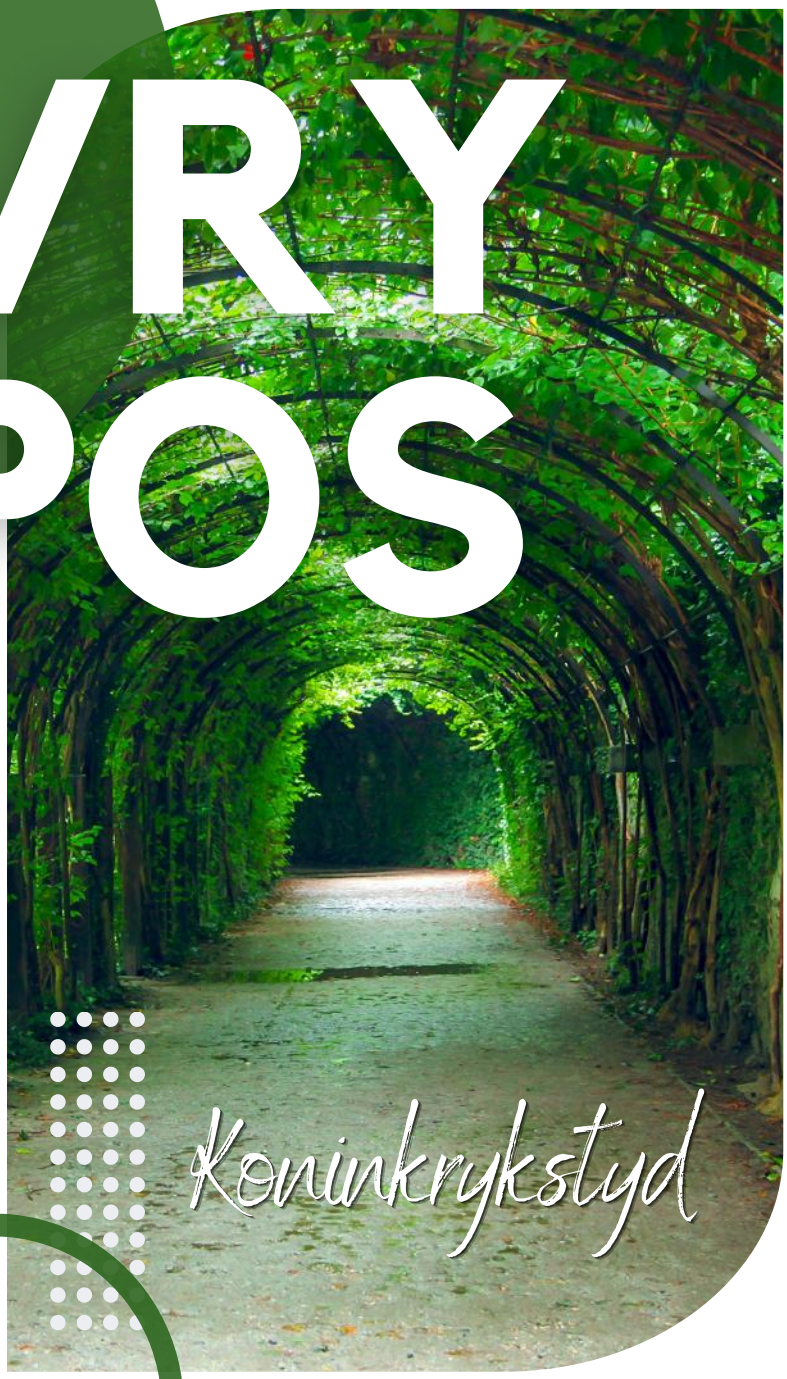
16
KONINKRYKSTYD

Jaargang 24 | 26 Oktober 2026

VRY POS

LOER | LEES | LUISTER | LEER



NG Kerk
Vrystaat



Celicia McLean

REDAKTEUR

BYDRAES EN NAVRAE

voor 12:00 Dinsdae na
cmclean@ngkvs.co.za

Lig in die duisternis,
hier vir God, mekaar en die wêreld

FOTO'S

Canva | Unsplash | Flickr | Pexels
Pixton | *Tensy anders vermeld*

ARTIKELSKRYWERS

Suzanne van der Merwe | Andries Gous
Enrico Casaleggio | Marlou Strydom
Mariëtte Odendaal | Leon M Foot
Martin Schwella | Celicia McLean
CLF | *Kerkbode* | *Bybel-Media*
Bybelgenootskap SA

KONINKRYKSTYD

Koninkrykstyd breek net ná Pinksterfees aan en strek tot net voor Adventstyd. In hierdie seisoen word God se koninklike heerskappy en handelinge in elke faset van ons lewe en in die wêreld op baie maniere en met verskeie geleenthede gevier. Met Epifanie-, Paas- en Pinksterfees en die seisoene wat daarmee saamval, is ons herinner aan alles wat God ons skenk en het ons dit gevier. Gedurende Koninkrykstyd sit ons hierdie vierings voort en bely ons dat God nie net Koning is van dié wat in Hom glo nie, maar oor die ganse mensdom en skepping regeer.

(@ vars.com)

DAGBOEK DÍT



VOLGENDE VRYPOS

Die volgende uitgawe van *Vrypos* sal op **Vrydag 6 November** verskyn. Kyk gerus na ons **webblad-kalender** vir belangrike datums.

INHOUD

VRYPOS-FOKUS 03

BEDIENINGSBEGELEIDING | VBO Netwerk
Suzanne van der Merwe | *Kroniese Kronieke – narratiewe van 'n nuwe normaal:* ***Mites oor kroniese outo-immuunsiektes***

ARTIKELS 06

06 | **VENNOTE IN GETUIENIS** | DEGNOS
Andries Gous | *DEGNOS-dinge*

07 | **VENNOTE IN GETUIENIS** | Islam Getuienisaksie
Enrico Casaleggio | *Die dag toe 'n Moslem-weermag hulle in Dracula vasgeloop het (nr 2)*

09 | **VENNOTE IN GETUIENIS** | Kopanong
Marlou Strydom | *Die waarde van uitreik – wanneer geloof hande en voete kry (Botswana-uitreik)*

11 | **BEDIENINGSBEGELEIDING** | VBO Netwerk
Louwrens Scheepers | *Deernisvolle Kommunikasie: Hoe leef en praat ons met mekaar? Artikel 2: Die wêreld waaruit my woorde kom*

12 | **BEDIENINGSBEGELEIDING** | VBO Netwerk
Mariëtte Odendaal | *Lente-retraite in Philippolis - ruimte vir nuwe lewe*

14 | **ALGEMEEN**
Mariëtte Odendaal | *Wees veilig en waaksaam in die feestyd*

MEDIATEEK 15

Resensent: **Leon M Foot** (**26 Oktober 2026**)
Malcolm Gladwell: ***Blink. The Power Of Thinking Without Thinking***
(Uitgewer: LITTLE, BROWN)

BLÊR-REEKS 3 17

Die Verlore Skapie (12 stories) | *3. Vertroue*

VERJAARSDAE 19

EKOLOGIE 20

Mariëtte Odendaal | Klein dade, groot hoop
Maak 'n Verskil - al is dit net vir een persoon, een straat, een gemeenskap

AKTUEEL | ALGEMEEN 22

22 | City Connect 50 Gebedsdae-gids
23 | Advertensies

OPLEIDING 26

KERKBODE BROKKIES 27

PUBLIKASIES 28

WAT'S NUUS? 29

KALENDER

VAKATURES/AFLOSLYS

PREDIKANTENUUS

'N LAASTE GEDAGTE 31

Celicia McLean | *"Dis alles in jou kop."*

KONTAK ONS 32



Kroniese Kronieke

narratiewe van ’n nuwe normaal

BEDIENINGSBEGELEIDING
VBO Netwerk
Dr Suzanne van der Merwe

Mites oor kroniese outo-immuunsiektes

Wanneer wanopvattings die las swaarder maak

Die las van ’n kroniese outo-immuunsiekte lê nie net in die ervaring van simptome nie, maar ook in die wanopvattings daaroor. Hierdie Vrypos-artikel sluit aan by Kroniese Kronieke se werk rondom selfbestuur, ondersteuning deur versorgers en professionele persone asook die werk- en gemeenskapsruimtes waarin mense met kroniese siekte leef.

*Jou reis met **kroniese siekte** is ons prioriteit*

Drie wanopvattings staan hier sentraal: dat ’n goeie voorkoms beteken dat iemand goed voel; dat wat gister moontlik was, vandag ook moontlik moet wees; en dat daar ’n eenvoudige oplossing behoort te wees wat die persoon net nog nie probeer het nie. Elkeen kan die las van siekwees verswaar. Verantwoordbare kennis, ruimte vir mense se eie ervaring en ’n ondersteunende gemeenskap kan dié aannames help deurbreek. Binne Kroniese Kronieke se waardegedrewe raamwerk word wetenskaplike kennis en persoonlike verhale saamgelees: kennis help ons om siekte te verstaan; verhale wys hoe mense daarmee leef.

Lees meer »

NG Kerk
Vrystaat

MOOIGENOEG

KAMPTERREIN / CAMPING GROUND

Bloemfontein







Ctrl + Click on the link to find us on the map:
https://maps.app.goo.gl/EjtnPhELWAHKMz7r8

FACILITIES

- 154 bunk beds in total
- The sleeping units consist mainly of bunk beds.
- The bathrooms consist only of showers, sinks, and toilets.
- There are two separate equipped kitchens.

7 Self-Catering Chalets – Each chalet accommodates a maximum of 4 guests and has its own private bathroom. The chalets are equipped with bedding, a microwave, fridge, kettle, cutlery, and crockery.

The entire premises can accommodate up to 182 guests.

The campsite also features a large swimming pool (1.5 m deep), a spacious lawn area, and numerous shady trees.

PRICES for 2026

Accommodation without bedding	**R135.00**	per night per person
Day visitors (08:00-17:00)	**R110.00**	per person per day
Accommodation: Chalets		
1 person	**R 330.00**	per unit per night
2 persons	**R 600.00**	per unit per night
3 persons	**R 880.00**	per unit per night
4 persons	**R 1100.00**	per unit per night
Kitchen	**R 700.00**	per day
Kitchen	**R 1000.00**	per day (near hall for functions)
Big hall	**R 1200.00**	per day (when group sleeps over)
	R 5500.00	per day (functions)
Olienhout + Kitchen	**R 3300.00**	per day (functions)
Caravan	**R 160.00**	p/day per stand











INQUIRIES AND RESERVATIONS:

(051) 406 6700

EMAIL - ontvangs@ngkvs.co.za

www.toibo.org.za

KINDERVREUGDE

HELP ONS ASSEBLIEF SODAT 494 KINDERS WAT MAALTYE BY DIE SKOLE NUTTIG, OOK VOEDSEL OP DIE TAFEL HET GEDURENDE DIE FEESTYD

GESKENK VAN HOOP

SKENK NIE-BEDERFBARE VOEDSEL VOOR

10 NOVEMBER 2026 | **LYS BESKIKBAAR**

TRANSORANJE INSTITUUT VIR BUITENGEWONE ONDERWYS

TEL & WHATSAPP
076 143 6961

ABSA TJEKREK NR
020 840 145
VERWYS: VM





DEGNOS-dinge

VENNOTE IN GETUIENIS
DEGNOS
Andries Gous

Liewe vriende van DEGNOS

Geloof wat hande en voete kry in die noordooste van Namibië

Die afgelope tyd was dit weer 'n bedrywige en geseënde tyd vir DEGNOS in die noordooste van Namibië. Van praktiese opknappingswerk en verbeterde infrastruktuur tot nuwe geleenthede om die Evangelie met kinders te deel – oral was daar rede tot dankbaarheid!

Nuwe deure vir die Evangelie

Een van die groot hoogtepunte was die geleentheid vir DEGNOS se jeugwerkers om saam met Trudie van Child Evangelism Fellowship (CEF) verskeie staatskole in die ooste van Namibië te besoek.

Ongeveer drie jaar gelede het DEGNOS ondersteuners gevra om saam te bid dat deure by staatskole vir die verkondiging van die Evangelie sou oopgaan. Hierdie gebede is verhoor, en die span was besonder dankbaar vir die geleentheid om die Goeie Nuus met skoolkinders te kon deel.

Worcester-Noord sit hand by

DEGNOS het ook die voorreg gehad om 'n uitreikspan van NG Gemeente Worcester-Noord te ontvang. Die span het oor twee weke waardevolle instandhoudings- en konstruksiewerk by verskeie bedieningspunte verrig. By Dije is 'n draadheining rondom die kerkterrein aangebring om 'n toekomstige groentetuin teen rondlopende beeste en bokke te beskerm. 'n Woning is ook opgerig vir 'n geestelike werker wat die gemeente daar sal bedien. Verder is kerkbanke by Mangetti Duin herstel, drupbesproeiing by Aasvoëlnes geïnstalleer en die watervoorsieningstelsel by Tsumkwe verbeter.

DEGNOS het besondere waardering uitgespreek teenoor ds Johan Nieuwenhuizen en sy span vir hulle harde werk, opoffering en diensbaarheid. Hierdie praktiese bydraes het 'n betekenisvolle verskil in die plaaslike gemeenskappe gemaak.

Lees meer »

iSLAM

VENNOTE IN GETUIENIS
Islam Getuienisaksie
Dr Enrico Casaleggio

Die dag toe ’n Moslem-weermag hulle in Dracula vasgeloop het (nr 2)

Ons het in die vorige artikel gesien hoe Bram Stoker vir Vlad III, die koning uit Wallachia (die hedendaagse Roemenië) gekies het as die persoon rondom wie hy die hoofkarakter van sy boek *Dracula* gebou het. In hierdie kort artikel kyk ons kortliks na Vlad III se persoonlike geskiedenis en sy stryd teen die Islamitiese Ottomaanse ryk.

In 1442, toe Vlad omtrent 11 jaar oud was, het sy vader (Vlad II Dracul) hom en sy jonger broer, Radu, na die Ottomaanse Ryk geneem. Dit was nie ’n vrywillige besoek nie. Die Sultan, Murad II, het hulle as politieke gyselaars aangehou om te verseker dat hulle vader getrou sou bly aan die Ottomaanse Ryk en nie met die res van Christelike Europa sou saamspan nie.

Vlad en Radu is na verskeie vestings gestuur, waaronder die **Egrigöz-kasteel**. Hulle is as prinse behandel en het ’n uitstekende opvoeding ontvang, maar die manier waarop die twee broers hul gevangenskap hanteer het, het drasties verskil. Radu het hom by die Ottomaanse kultuur aangepas, die Islamitiese geloof aangeneem en goed bevriend geraak met die Sultan se seun (die toekomstige Mehmed II). Hy het later ’n lojale Ottomaanse bevelvoerder geword. Vlad het egter geweier. Hy het hom teen sy gevangeneming verset. Hy was rebels, koppig en het dikwels swaar strawwe gekry vir sy slegte gedrag. Hierdie jare het ’n diep, lewenslange haat in hom teenoor die Ottomane gekweek.

[1] Deurboring (impaling), soos dit met Vlad the Impaler geassosieer word, was ’n uiters wrede vorm van teregstelling waar ’n mens op ’n lang, skerp paal deurboor is. Die paal of boomstam is gewoonlik deur die liggaam gedwing en dan regop geplant. Die slagoffer het dikwels ure of selfs dae geleef terwyl die paal stadig deur die liggaam beweeg het. Vlad het hierdie metode gebruik om vrees te saai en sy vyande te intimideer, wat hom sy berugte bynaam besorg het.

’n Reeks Islam-artikels. Hierdie is ’n opvolg-artikel wat verder beskryf hoe Vlad III, (van wie Dracula sy naam gekry het), ’n Moslem-weermag uitoorlê het.

Hoewel hy ’n gevangene was, het die Ottomane hom opgelei in dieselfde vaardighede as hul eie elite-soldate. Vlad het dinge geleer wat hom later sy grootste oorlewingswapens sou gee, byvoorbeeld militêre strategie en gevegskuns. Hy het geleer hoe die magtige Ottomaanse leër georganiseer is, hoe hulle veg en wat hulle swakpunte was. Dit is ook heel waarskynlik so dat Vlad die metode van deurboring[1] (*impalement*) vir die eerste keer by die Ottomane gesien het, aangesien dit ’n algemene straf in dié ryk was vir verraaiers. Hy het besef hoe effektief vrees en terreur was om ’n bevolking te beheer. Omdat hy boonop vlot Turks kon praat, kon hy homself jare later tydens die beroemde "Nagaanval" maklik as ’n Ottomaanse soldaat vermom om hul kamp te infiltreer.

In die vyftiende eeu was die **Ottomaanse Ryk** ’n onstuitbare supermoondheid wat vinnig na Europa uitgebrei het. Wallachye (die moderne Roemenië) het direk in hul pad gestaan. Vlad en sy manskappe was ver in die minderheid en het guerilla- en sielkundige oorlogvoering gebruik om die Ottomaanse opmars te stuit.

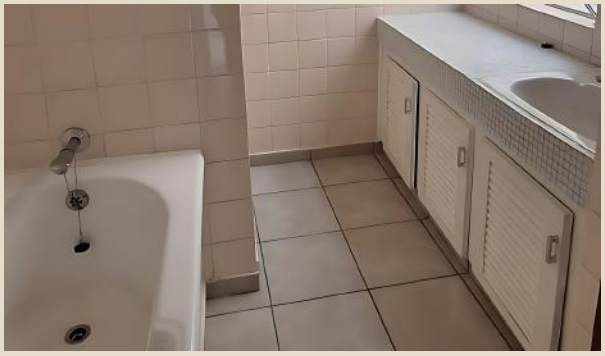
Toe Sultan Mehmed II gesante gestuur het om finansiële belasting en jong seuns vir sy leër te eis, het Vlad geweier. Vlad moes ’n invallende Ottomaanse leër van tot 150 000 troepe met slegs sowat 30 000 man aandurf. Hy het gevolglik sy eie dorpe verbrand, die waterbronne vergiftig en vee die berge ingejaag. Die massiewe Ottomaanse leër moes dus deur hongersnood-toestande marsjeer.

Lees meer »



Barend Wessels
Gedenksentrum







MEENTHUISE
TE HUUR

Barend Wessels Gedenksentrum is 'n behuisingskompleks in Bloemfontein wat uit meenthuise bestaan en is sentraal geleë naby winkelsentrums. Dié meenthuis-kompleks is nie 'n aftree-oord nie en ook nie diere-vriendelik nie.

HUURBEDRAG

R8,380 / MAAND

MEENTHUIS SE LIGGING

NP van Wyk Louwstraat,
Langenhovenpark, BFN, 9301

KENMERKE

2 Slaapkamers

1 Badkamer

1 Motorhuis

110 m²

KONTAK ONS VIR MEER INLIGTING ngkerkvrystaat.co.za ontvangs@ngkvs.co.za (051) 406 6700

VENNOTE IN GETUIENIS
Kopanong Studentebediening | Botswana-uitreik
Marlou Strydom

Die waarde van uitreik

Wanneer geloof hande en voete kry

Daar is iets besonders wat gebeur wanneer ons die bekende grense van ons alledaagse lewe oorsteek en ons beskikbaar stel om ander te dien. Skielik word geloof meer as iets waaroor ons op 'n Sondag praat, iets meer as die weeklikse, en reik dit verder as ons klein allerdaagse wêreld. Dit word iets wat ons met ons hande doen, met ons harte beleef en deur ons verhoudings uitleef.

Uitreike is soveel meer as bloot 'n reis na 'n ander dorp, gemeenskap of land. Dit is 'n geleentheid om die evangelie op 'n tasbare manier uit te leef, om nuwe perspektiewe te ontdek en ons oopstel om self deur die ervaring verander te word.

Ons reik uit omdat God eerste na ons uitgereik het. Die kernrede waarom ons as Christene uitreik, lê nie bloot in die denkwyse om 'iets vir ander' te doen nie, maar in die uitleef van wat God reeds vir ons gedoen het.

Jesus se bediening was gekenmerk deur 'n bereidwilligheid om mense te ontmoet waar hulle is. Hy het saam met mense geëet, na hulle geluister, hulle nood raakgesien en hulle met liefde en waardigheid behandel. Sy voorbeeld herinner ons dat die evangelie nie net verkondig word nie, maar ook sigbaar word in die manier waarop ons ander mense hanteer.

Wanneer ons uitreik, word ons genooi om deel te neem aan dit waarmee God reeds in die wêreld besig is. Ons gaan nie omdat ons al die antwoorde het nie, maar omdat ons bereid is om te luister, te leer en te dien.

Lees meer »

Foto's: *Verskaf*



PAIDION KINDERBEDIENING

Sedert 1996

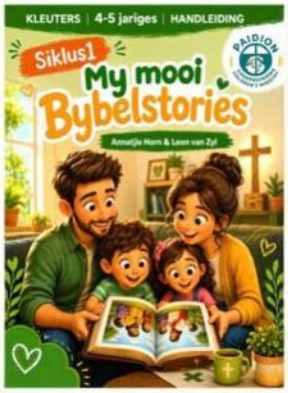
PAIDION KINDERBEDIENING CHILDREN'S MINISTRY

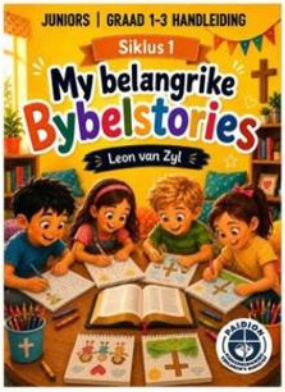
KINDERKERK- / KATEGESE- / SONDAGSKOOLMATERIAAL

Bybelgetroue materiaal vir elke ontwikkelingsfase

Peuters (2–3 jr), Kleuters (4–5 jr of 2 jr voor laerskool), Juniors (gr 1–3) & Seniors (gr 4–6)









- Nie boeke nie. Los e-blaaie
- Baie bekostigbaar
- Dieselfde prys as in 2022
- Geen versendingskoste
- Onmiddellik beskikbaar
- Vinnige bestelprosedure
- Teologies & opvoedkundig verantwoordbaar
- Die Juniors se Pretblaaie is klaar hersien en bygewerk
- Die Kleuters se Handboek en Aktiwiteitblaaie van Siklus 1 word tans hersien en vereenvoudig. Bestelbaar teen einde Oktober.

Skandeer QR-kode om aanlyn te bestel

EENJARIGE KORRESPONDENSIEKURSUS

Vir persone wat kinders bedien en opvoed of sommer net vir kinders liefhet

Geen eksamens nie
Net take en prakties

- Baie bekostigbaar
- Dieselfde prys as in 2022
- Bybelgetrou
- Praktykgerig
- Professioneel
- Afslag vir vroeë en groepinskrywings

Skandeer QR-kode om aanlyn in te skryf

WERKSWINKELS & KONSULTASIES

Werkswinkels oor die kind en kinderbediening aan gemeentes en skole en kinderbedieningkonsultasie aan gemeentes word deur dr. Leon van Zyl aangebied.



Navrae, bestellings & inskrywings:

082 574 0708 | paidion@paidionweb.co.za | www.paidionweb.co.za

BEDIENINGSBEGELEIDING
VBO Netwerk
Ds Louwrens Scheepers

Deernisvolle Kommunikasie
Hoe leef en praat ons met mekaar?

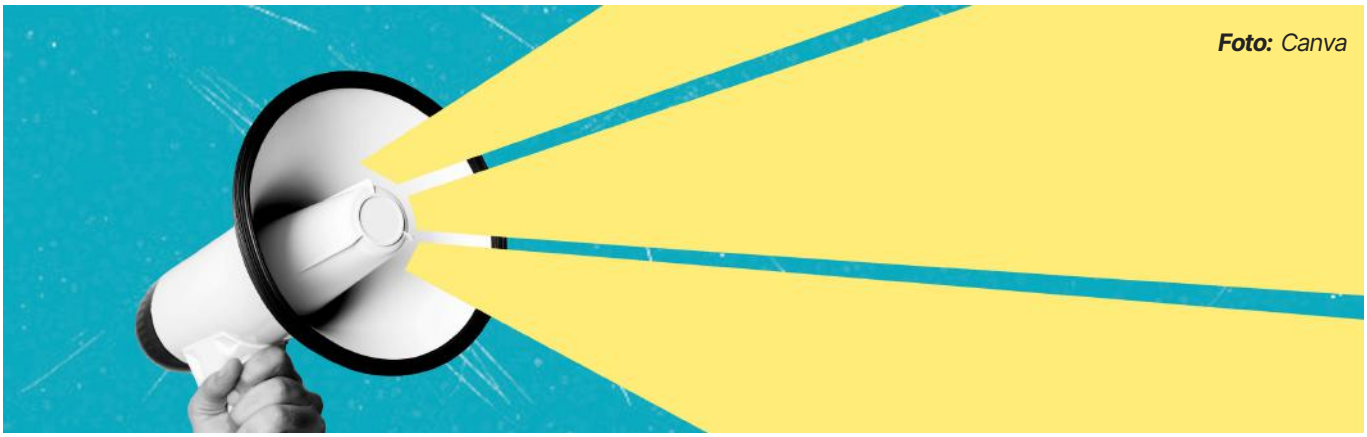


Foto: *Canva*

Artikel 2
Die wêreld waaruit my woorde kom

In die vorige artikel het ons gevra:

Hoe lyk die wêreld wat my woorde skep?

Ons het begin raaksien dat woorde meer doen as om bloot inligting oor te dra. **My woorde skep iets tussen ons.** Dit kan ruimte maak of afstand bring. Dit kan veiligheid skep of jou op jou hoede laat wees. Dit kan jou nader nooi of jou laat terugtrek.

Maar daar is 'n ander kant aan hierdie vraag.

My woorde skep 'n wêreld tussen ons, maar my woorde word self gebore uit 'n wêreld binne-in my.

Dink weer aan 'n eenvoudige gesprek.

Ek praat met jou en terwyl ek praat, kyk jy na jou selfoon.

Dit is wat gebeur het.

Maar amper onmiddellik begin daar iets anders in my gebeur. Stories begin in my kop afspeel:

- *Jy stel nie belang in wat ek sê nie.*
- *Jy luister nooit regtig na my nie.*
- *Ek is duidelik nie vir jou belangrik nie.*

Dit gebeur so vinnig dat ek dikwels nie eens agterkom dat ek beweeg het van **wat gebeur het** na **wat ek dink dit beteken** nie.

En dit bly nie net 'n gedagte nie. Iets gebeur ook in my liggaam. Ek voel hoe die irritasie opkom. My kakebeen trek styf. Dalk voel ek seergemaak. Dalk word ek stil en trek terug. Of iets in my maak gereed om terug te baklei.

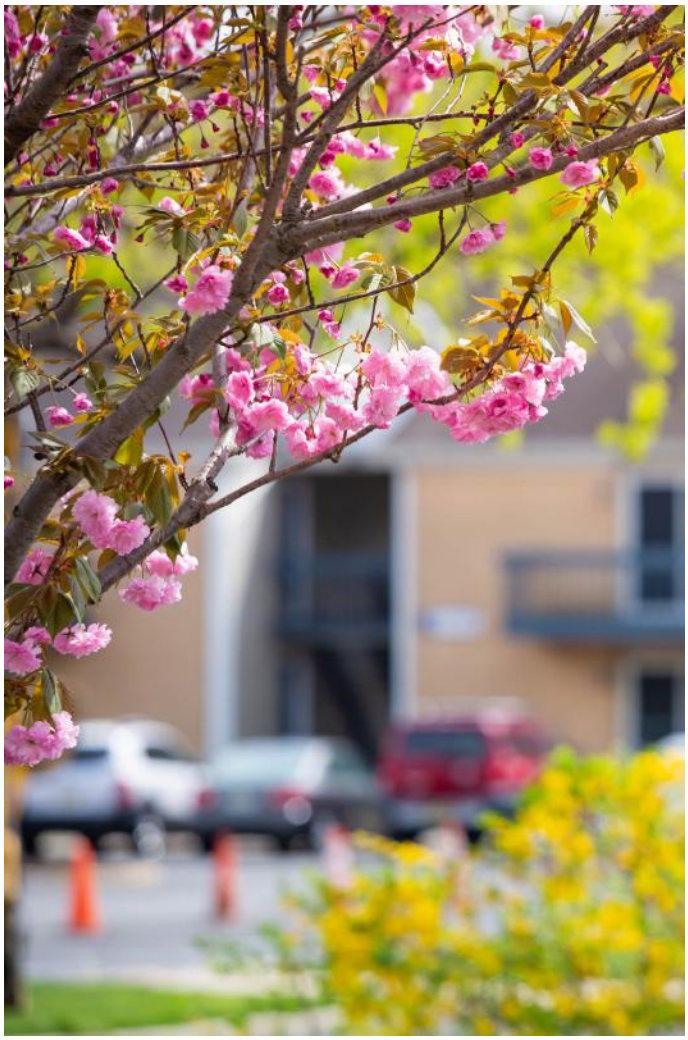
Teen die tyd dat ek uiteindelik sê: *"Jy luister nooit na my nie!"* het daar reeds 'n hele gesprek **binne-in my** plaasgevind.

Oren Jay Sofer beskryf dit wat hier gebeur treffend. Kommunikasie gaan nie bloot oor **wat** ons sê nie, maar ook oor **waarvandaan** ons praat.

Lees meer »

Lente-retraite in Philippolis
Ruimte vir nuwe lewe

Foto: *Verskaf.*



"Soms is die grootste geskenk wat ons vir mekaar kan gee, bloot 'n veilige ruimte waarin ons kan stil word, luister en ontvanklik kan wees vir die lewe waarmee God reeds in ons en rondom ons aan die werk is."

Ds Louwrens Scheepers
Aanbieder van die Lente-retraite

As jy skielik op 'n helder sonskyndag ná die strawwe winter die eerste botsels van lemmetjiegroen blare in jou tuin opmerk, weet jy: die lente is hier!

Dit geld nie net vir die natuur nie, maar ook vir ons gemoed en binnewêreld. Daarom was die onlangse Lente-retraite in Philippolis van soveel waarde vir die predikante wat dit bygewoon het.

Ons het meer daaroor gaan uitvind by ds Louwrens Scheepers wat dit aangebied het.

Louwrens, waarom het jy gevoel jy wil graag so 'n retraite aanbied?

Lente staan in die teken van nuwe lewe. Hier in Philippolis is die koms van die lente ná die lang, droë winter 'n besondere ervaring. Skielik begin die natuur weer lewe toon waar alles vir maande dor en leweloos gelyk het.

Die Lente-retraite sluit by hierdie ritme van die natuur aan. Philippolis is 'n besondere plek waar oud en nuut mekaar ontmoet, waar die stilte met jou praat en waar nuwe lewe dikwels onverwags uit die droogte te voorskyn kom.

Dit skep 'n uitnodiging om ook oor ons eie lewens stil te word. Om raak te sien wat besig is om tot 'n einde te kom, maar ook om oop te wees vir die nuwe lewe wat dalk reeds, soms ongemerk, in ons begin groei.

Wat was die hooftemas en aktiwiteite van die aanbieding?

Die program is gebou rondom drie daaglikse ritmes van gesamentlike stilte om agtuur in die oggend, twaalfuur die middag en om sesuur saans. Hierdie stilwordtye het plaasgevind in ons pragtige historiese NG Kerkgebou, wat self iets van die karakter en geskiedenis van Philippolis dra.

Die middaggeleentheid om twaalfuur was ook oop vir die hele dorp.

Lees meer »

Hallo!

Kom ons maak 'n *verskil saam!*



UCSA VCSV

TRANSFORMING LIVES
VERANDER LEWENS

Ek is *Nina-Mari Hamman,*

- ds Cobus Hamman (leraar van NG Gemeente Bainsvlei) se dogter.
- Ek studeer tans in **Potchefstroom.**
- Ek is die leidster van die VCSV se **Buffelsbaai Stranddiens** vir hierdie jaar.

Ek is baie opgewonde om hierdie geleentheid aan te gryp!

OM STRANDDIENS MOONTLIK TE MAAK HET ONS BORGE NODIG.

ONS PROGRAMME

POPPEKAS
Kreatief, pretvol en boeiend vir alle ouderdomme.

KOFFIEKROEG
'n Vriendelike ruimte vir goeie gesprekke.

SPORT
Bou vriendskappe en geniet sport saam.

BYBELSTUDIE
Groei in geloof deur God se Woord.

SPELETJIES & AKTIWITEITE
Vir almal om te geniet.

Die VCSV stuur jaarliks spanne na vakansie-oorde regoor SA om die evangelie van Jesus Christus te bedien.

Ons span van ±14 vrywilligers lewer uitreikdiens in Buffelsbaai vanaf **12 Desember 2026 tot 2 Januarie 2027.**

Ons vra vir u ondersteuning met finansies, produkte of ander hulpbronne.

Sien aangeheg ons bankbesonderhede en lys van produkte / dienste wat ons benodig.

Baie dankie vir u aandag en bydrae!

VIR MEER INLIGTING

Kontak Dawn by dawn@vcsv.co.za of skakel Antoinetta Breytenbach by 082 773 7062.

BANKBESONDERHEDE

NG Kandelaar Potchefstroom
ABSA
Rek nr : 9277804135
Verw (Ref) : Buffelsbaai + Donasie
Bewys van betaling :
Christian.botha2005@gmail.com of ninamari05hamman@gmail.com

Vriendelike groete

Christian Botha & Nina-Mari Hamman
Spanleiers van die Buffelsbaai Vakansiedienstespan
Desember 2026 tot Januarie 2027

Christian.botha2005@gmail.com
ninamari05hamman@gmail.com
063 812 6349 | 060 971 1750

U ONDERSTEUNING – FINANSIEEL, MET PRODUKTE OF HULPBRONNE – *maak 'n verskil!*
Kom saam met ons om die evangelie te leef en uit te dra.

021 887 0212 | info@vcsv.co.za | 32 Ryneveld Str. Stellenbosch, Western Cape 7599

ALGEMEEN
Mariëtte Odendaal

Wees veilig en waaksaam in die feestyd

Die Kersliggies brand al vanaf Oktober oral in die winkels, Black Friday is op ons en die supermarkte loop oor van mense wat vroegtydig hul Kersfees-inkopies doen. Maar agter die vrolike gewoel skuil daar soms mense wat juis hierdie tyd gebruik om ander se vertroue, goedhartigheid en geld uit te buit. Hoe kan ons, en veral ouer mense wat nie altyd so vertroud is met kuber-aanslae nie, die feestyd met vreugde tegemoetgaan sonder om onnodige risiko's te loop?

Met die nodige veiligheidsmaatreëls en waaksaamheid kan ons Kersfees met gemoedsrus tegemoetgaan.

Bedrog en slenters

In die volgende paar weke voor Kersfees sal uitbuiters met mening toeslaan. Wees op jou hoede vir die volgende:

- SMS'e en whatsApp-boodskappe oor pakkies, bankrekeninge, boetes, ensovoorts wat vreemd klink, nie sin maak nie en glad nie 'n klokkie lui nie.
- Mense wat hulle as bankamptenare, polisielede of ander amptenare voordoen.
- Vals beleggingsgeleenthede en beloftes van vinnige wins – as dit te goed is om waar te wees, ís dit te goed om waar te wees!
- Persone wat geld vir 'n sogenaamde noodgeval by 'n familielid vra.
- Moet nooit jou PIN, wagwoord of eenmalige bankkode (OTP) met iemand deel nie.

Moenie toelaat dat die persoon wat met jou kommunikeer, se dringendheid jou oordeel beïnvloed nie. Verifieer eers die egtheid daarvan voordat jy betaal of persoonlike inligting deel.

Winkels, kontant en bankkaarte

Die winkels is besig, mense is haastig en daar is baie afleidings; die ideale tyd vir skelms om toe te slaan.

Lees meer »



Foto: *Canva*

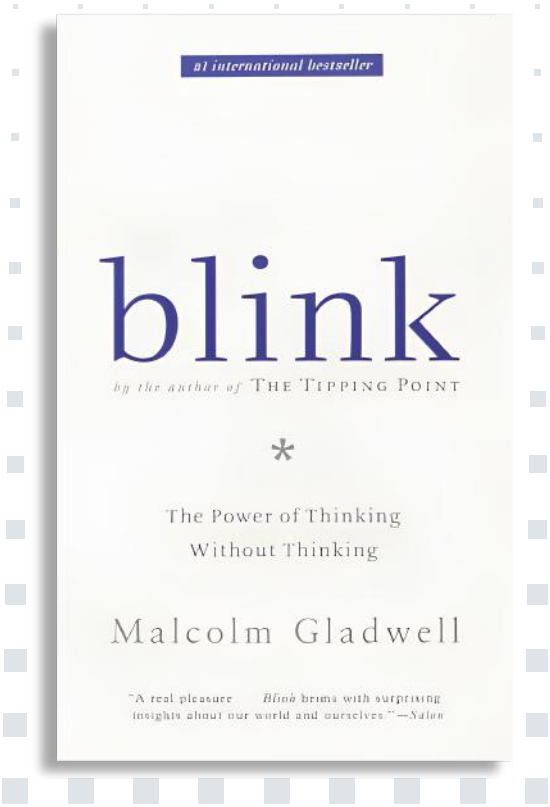
KOM, LEES

Resensent: Dr Leon M Foot | 26 Oktober 2026

Blink.
The Power Of Thinking Without Thinking

Malcolm Gladwell

(Uitgewer: LITTLE, BROWN)



Oorgeneem uit bookmall.co.za

In sy baanbreker-topverkoper *The Tipping Point* het Malcolm Gladwell herdefinieer hoe ons die wêreld rondom ons verstaan. Nou, in *Blink*, revolusioneer hy die manier waarop ons die wêreld binne ons verstaan. *Blink* is 'n boek oor hoe ons dink sonder om te dink, oor keuses wat in 'n oomblik – in 'n oogwink – gemaak lyk, maar wat eintlik nie so eenvoudig is soos dit lyk nie. Waarom is sommige mense briljante besluitnemers, terwyl ander konsekwent onbekwaam is? Waarom volg sommige mense hul instinkte en wen, terwyl ander uiteindelik in foute struikel? Hoe werk ons breine regtig – in die kantoor, in die klaskamer, in die kombuis en in die slaapkamer? En waarom is die beste besluite dikwels dié wat onmoontlik is om aan ander te verduidelik? In *Blink* ontmoet ons die sielkundige wat geleer het om te voorspel of 'n huwelik sal hou, gebaseer op 'n paar minute se waarneming van 'n paartjie; die tennisafrigter wat weet wanneer 'n speler 'n dubbelfout sal maak voordat die raket selfs kontak met die bal maak; die oudhede-kundiges wat 'n vervalsing met een oogopslag herken. Ook hier is groot mislukkings van *Blink*: die verkiesing van Warren Harding; New Coke; en die skietery van Amadou Diallo deur die polisie. *Blink* onthul dat goeie besluitnemers nie diegene is wat die meeste inligting verwerk of die meeste tyd spandeer om te beraadslaag nie, maar diegene wat die kuns van "dun sny" vervolmaak het – om die baie min faktore wat saak maak uit die oorweldigende aantal veranderlikes te filter.

Deur te steun op die nuutste neurowetenskap en sielkunde en al die briljantheid te vertoon wat *The Tipping Point* 'n klassieke werk gemaak het, verander *Blink* die manier waarop jy elke besluit wat jy neem, verstaan. Nooit weer sal jy daaraan dink om dieselfde te dink nie. Malcolm Gladwell is 'n personeelskrywer vir *The New Yorker*. Hy was voorheen 'n sake- en wetenskapverslaggewer by die *Washington Post*.

Deur dr Leon M Foot
PSD: Bedieningsbegeleiding
Mediateek

MEDIATEEK **INVENTARIS**

Loer gerus na die volledige inventaris van die NG Kerk Vrystaat Mediateek, Sinodale Kantoor

Navrae | **Anelia van den Blink**
kuratorium@ngkvs.co.za



Faculty of
Theology and Religion
UNIVERSITY OF THE FREE STATE

Voorgraadse en nagraadse studies in teologie aan die UV

Sluitingsdatums vir registrasie (in 2026 vir 2027)

Voorgraadse Kwalifikasies	30 September
Gestruktureerde Nagraadse Kwalifikasies	31 October
Navorsingskwalifikasies (M & D)	Enige tyd van die jaar

Vind meer inligting hier:
ufs.ac.za/theology >

LEES OOK:
Gedrukte Kerkbode
28 Augustus 2026, Deel 260 - Nr. 163

A Place of Hope and Growth

UFS



"Dis 'n nuwe oggend en die lammers, saam met ds. Armach Breytenblaf, is besig om terug te keer ná 'n lekker kerkkamp. "Ahahaha … dit was nou awesome!" roep Tjoppie uit terwyl hulle sak en pak stap na Blêrfontein. Leon glimlag en kyk vir Tjoppie en dan begin hy, terwyl hy stap, wonder. Hy wonder oor vertroue. Hy het juis toe hulle by die kamp was, geleer oor God se wonderlike beloftes vir hom, maar op hierdie nuwe dag toe alles nou bedaar en verby is, begin hy effens twyfel.

"God is so goed! God is wonderlik!" sing Mollie vrolik. Leon kyk na haar en wonder: "Hoekom voel ek nie vandag so nie?" dink hy hardop. Die realiteit is dat ons almal soms bietjie deurmekaar voel ten spyte van die lekker en goeie goed wat gebeur. Leon draai sy koppie skuins en toe kyk hy op na die helder blou lug en die spierwit wolke so asof hy antwoorde soek. Armach kyk terug om te sien of almal nog in sy spoor volg en hy merk Leon se kyk op.

Op daardie oomblik kom hulle by die einde van die veldpaadjie aan. "Daarsy, lammers!" roep hy en stop almal. "… Ons is terug en veilig in Blêrfontein. Julle ken die pad van hier af, laat Mamma my net bel sodra julle by die huis gekom het." beveel hy verder. "Dankie, Dominee!" groet Mollie. "Dit was bevange! Dankie, oom Armach!" groet Tjoppie. En Leon? Leon staar steeds na die wolke …

"Kom, dromertjie …" roep Armach hom. "Wat kyk jy so?" vra hy vir Leon wat nou probeer om te maak of niks hom pla nie. "Niks nie, Dominus," antwoord hy kortaf. Armach glimlag. "Kom! Ek stap saam met jou."

So bietjie verder af in die paadjie vra Armach weer, en hierdie keer antwoord Leon: "Hierdie gaan so bietjie vreemd klink …" Armach luister aandagtig. "… maar, hoe kan ons die Herder vertrou?" vra Leon. "Hoe weet ons dat Hy gaan doen wat Hy belowe? Ek weet dit klink simpel, maar vandag wonder ek. Daarsy … ek het dit gesê!" vertel Leon en laat sak sy kop effe mismoedig.

Armach bly vir 'n oomblik stil en toe antwoord hy: "Leon, ons weet nie …"

Leon kyk verras op na hierdie antwoord en op daardie oomblik staan hulle op die voetbrug wat oor die stroompie gaan, op pad na Leon se huis. “Ons weet nie presies nie, en daarin lê die wonder.”

Armach stop in die middel van die brug en tik met sy poot teen die houtplanke onder hulle. “Kyk hierna, my blêr. Toe jy nou net jou pote op hierdie voetbrug gesit het, het jy eers gekyk of al die skroewe vas is? Het jy eers gewonder of die hout dalk gaan breek en of jy in die stroom gaan val?”

Leon kyk af na die water wat vinnig onder die planke deurvloei. “Nee, Dominus. Ek het maar net geloop.”

“Presies,” glimlag Armach. “Jy het vertrou dat hierdie brug jou veilig oor die stroom sal vat. En kyk daar doer, net daar anderkant.” Armach wys met sy snoet in die rigting van Leon se huis. “Jy stap nou huistoe, en jy vertrou dat jou huis nog net so daar gaan wees wanneer ons daar aankom, nê? Jy kan nie een honderd persent seker wees nie – miskien het iemand dit geskuif! Maar in jou hart weet jy dit staan nog daar.”



Luister hier:
Blêr | *Ek behoort aan Jesus*

DIE VERLORE SKAPIE

Lees meer »

VERJAARSDAE



ngkerkvrystaat.co.za

Wense van voorspoed, God se seëninge en genade vir die nuwe lewensjaar.

OKT

Ds Dylan Allen BOTHAVILLE	23
Ds Philip McLaren BEDELIA	24
Ds Jannie du Plessis BRANDFORT	25
26	Ds Thania Botha GELOOFSENTRUM UNIVERSITAS
28	Ds Riekie Wilken DEALESVILLE
29	Mev Lisma Liebenberg SINODALE KANTOOR
31	Ds Gerhardt Wessels KROONSTAD-SUID

NOV

Ds Stefan Schoeman THEUNISSEN	01
02	Ds Christo Louw AANDBLOEM
02	Ds Roelof Piennaar SASOLBURG VIER ANKERS

- lekker verjaar -



BEDIENINGSBEGELEIDING
Ekologie Netwerk
Mariëtte Odendaal

Klein dade, groot hoop

Maak ’n Verskil

al is dit net vir een persoon, een straat, een gemeenskap

Elke jaar op 24 Oktober word mense regoor die wêreld uitgenooi om iets eenvoudigs, iets kleins of iets haalbaars te doen wat ’n verskil maak. Maak ’n Verskil-dag (***Make a Difference Day***) het oorspronklik in die VSA ontstaan, maar het vinnig internasionaal versprei en baie lande, organisasies en kerke gebruik dit vandag as inspirasie vir gemeenskapsdiens.

In die Vrystaat, waar gemeenskappe dikwels deur droogte, ekonomiese druk en landbou-uitdagings gaan, is hierdie dag ’n uitnodiging om weer te ontdek hoe God deur eenvoudige liefde werk.

Dit is nie ’n dag van groot projekte of indrukwekkende statistieke nie. Dit is ’n dag wat ons daaraan herinner dat die wêreld verander deur die hande van gewone mense wat bereid is om iets goeds te doen – al is dit net vir een persoon, een straat of een gemeenskap.

Maak ’n Verskil-dag is ’n uitnodiging om weer te glo dat die lig van Christus deur ons gewone lewens kan skyn.

Lees meer »

GEBED

VIR ONS LAND,

Suid-Afrika



Uit Pearly Beach het die inisiatief ontstaan om, in aanloop tot die nasionale verkiesing op

4 NOVEMBER 2026,

gelowiges regoor Suid-Afrika op te roep tot gebed.

ONS HOOR DIKWELS:

"Net God kan ons land red."

God roep sy kinders om te bid. Daarom herinner Paulus ons:

"Maak alles deur gebed en smeking en met danksegging aan God bekend."

FILIPPENSE 4:6

2 KRONIEKE 7:14 (AFR20)

"As Ek die hemel sluit sodat daar geen reën is nie, of as Ek die sprinkane stuur om die land kaal te vreet, of as Ek 'n pes onder my volk loslaat, en my volk, oor wie my Naam uitgeroep is, hulle verootmoedig en bid en my teenwoordigheid opsoek en hulle van hulle verkeerde paaie bekeer, sal Ek uit die hemel hoor, hulle sonde vergewe en hulle land genees."

ONS NOOI ELKE CHRISTEN, GEMEENTE, KERKVERBAND EN GELOOFSGEMEENSKAP UIT OM DEEL TE WEES VAN HIERDIE GEBEDSINISIATIEF.

Dit is nie nodig dat almal op dieselfde dag byeenkom nie. Die doel is dat gelowiges oral in Suid-Afrika saam voor God intree vir ons land.

Versprei hierdie uitnodiging na kerke, denominasies, bedieninge en gebedsgroepe, sodat soveel moontlik gelowiges kan deelneem.

'n Voorstel vir 'n eenvoudige liturgie en gebedsriglyne sal binnekort beskikbaar wees.

Navrae by **marnette1@gmail.com** (ds Marnette van Rensburg, NG Gemeente Pearly Beach, Sinode van Wes-Kaapland)

Kom ons verenig in gebed.

Nederduitse Gereformeerde Kerk
Een Liggaam en Een Gees

Kom ons bid vir Suid-Afrika
50 dae van gesamentlike voorbidding

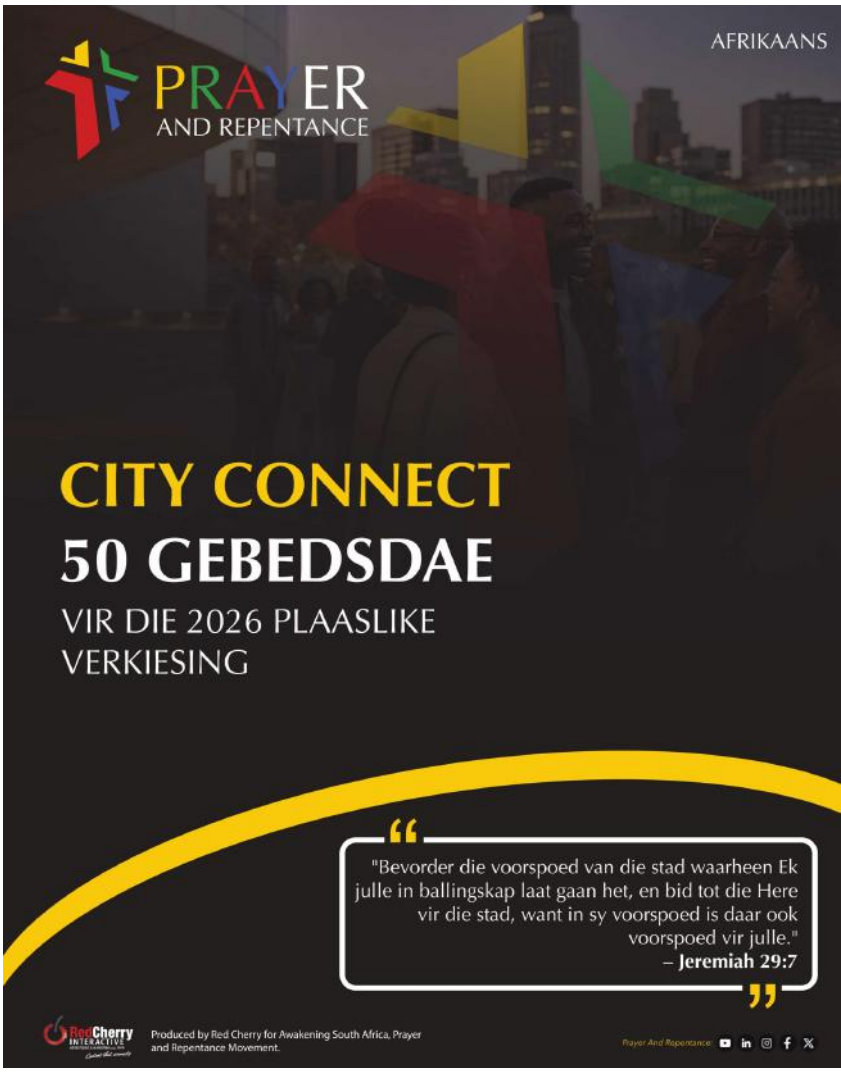
Verkiesing – 4 November 2026

Wat as gelowiges in dorpe en stede regoor Suid-Afrika in dieselfde tyd, met een hart, begin bid – vir ons land, ons gemeenskappe en die mense wat ons dien?

Die NG Kerk is genooi om deel te wees van 'n interkerklike gebedsaksie. City Connect: 50 Gebedsdae nooi elke gelowige om saam op 'n 50-dae-gebedsreis te gaan ter voorbereiding op die 2026-plaaslike verkiesings. Die gebedsreis strek van 14 September tot 3 November 2026.

Die uitgangspunt is eenvoudig: wanneer 'n stad floreer, floreer sy mense. Daarom herinner Jeremia 29:7 ons: "Bevorder die voorspoed van die stad ... en bid tot die Here vir die stad, want in sy voorspoed is daar ook voorspoed vir julle." Laai die **City Connect 50 Gebedsdae-gids** hieronder af.

Laai af




KOOP NOU!


NEW
OPEN RESOURCE
https://clf.co.za/open-resource/word-worship-year-b-2026-2027-2/
CLF PUBLISHERS UITGEWERS


LEWENDE GELOOF
met Ferreira Marais
NUWE DROME
met Neil Büchner
JESUS U IS HIER
met Neil Büchner
AS EK EERLIK IS
met Deon Meiring
akkoord
akkoord deur BYBEL-MEDIA

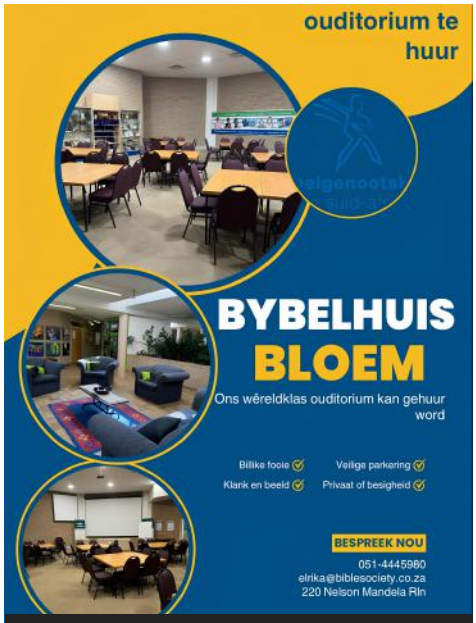

Engo
JACO JACOBS
Jy is 'n Wens
R75 per boekie.
TUMI 'K STEYN
www.engo.co.za


Engo
OMGIEDAG
AVONTURE
Elke avontuur bring hoop.
VRYDAG, 30 OKTOBER 2026
'n spesiale sivviedag ten bate van Engo.
Tema: Avontuur
(Trek aan vir JOU gunsteling avontuur!)
R10 vir kinders • R20 vir volwassenes
R1 500 vir 'n besigheid om te ondersteun
KOOP JOU PLAKKERS NOU!
t: 060 548 5543
e: info@engo.co.za
FM
Courant


Engo
NOU BESKIKBAAR
OLIVIA / ENGO 2027 DAGBOEKE
A4 (2 ONTWERPE) HARDEBAND DAGBOEK, VOLKLEUR KUNS BINNE/BUITE
R475
A5 (2 ONTWERPE) HARDEBAND DAGBOEK, VOLKLEUR KUNS BINNE/BUITE
R350
Tweetalig (Afrikaans en Engels) | Half-uur afsprake
Jaarbeplanner 2027 & 2028 | Pragtige kunswerke deur Art de Olivia
Inspirasie boodskappe per maand
KOOP NOU!
Verseker jou dagboek vir 2027!


Christmas
Bible sale
VALID FROM 1 OCTOBER UNTIL 11 DECEMBER 2026
Up to 60% savings
www.bibleshop.co.za
www.biblesociety.co.za
bible society of south africa


Christmas
Bible sale
VALID FROM 1 OCTOBER UNTIL 11 DECEMBER 2026
SESOTHO
1909 TRANSLATION
(SO)
DIE BYBEL
ONLY R252
Save 45%
SLEGS R252
Spaar 60%
www.biblesociety.co.za
bible society of south africa
www.bibleshop.co.za


ouditorium te huur
BYBELHUIS BLOEM
Ons wêreldklas ouditorium kan gehuur word
Billike fooie
Veilige parkering
Klank en beeld
Privaat of besigheid
BESPREEK NOU
051-4445980
elrika@biblesociety.co.za
220 Nelson Mandela Rln

Towers of Hope & NG KERK BERG-EN-DAL 70 JAAR DANKBAAR

Babu Frederick FOUNDATION PRESENTS

AFRICA Taste and Talent FESTIVAL

Shop • Support • Build Community

Friday, 30 October 2026
12h00 - 17h00

Exhibitors
R250 (without electricity)
R300 (with electricity)

Live Music with Urnus Human



Come and taste various countries' dishes that are unique to them.

There is lots of entertainment and fun for young and old!

Live Music ♥ School Performances ♥ Kids Activities
Craft Stalls ♥ Games ♥ And so much more!

NO FOOD ITEMS AND COOLDRINKS MAY BE SOLD (ONLY CHURCH STALLS)

Other snacks and treats allowed!

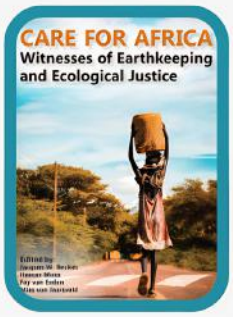
Come Browse Shop Enjoy!

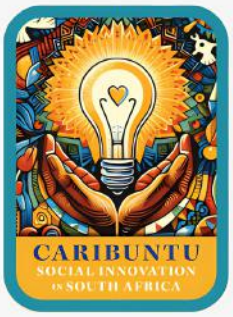
Berg-en-Dal Church (Church Grounds)

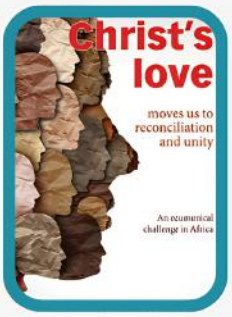
Contact Persons:
Chrisna 064 602 5261
Marthina 072 397 1624

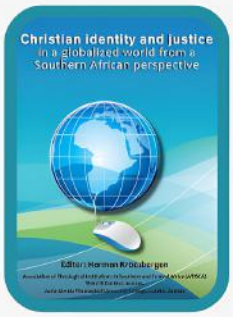
CLF OPEN SOURCE

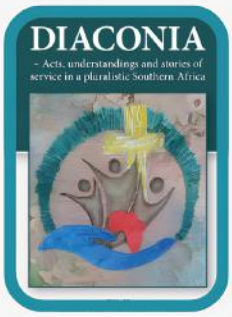


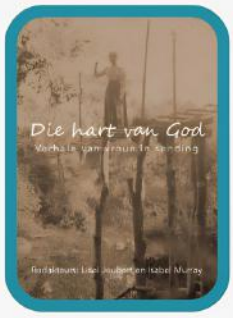


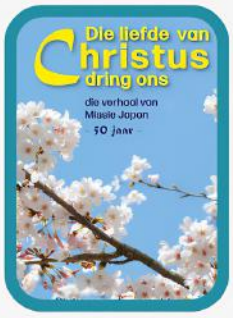




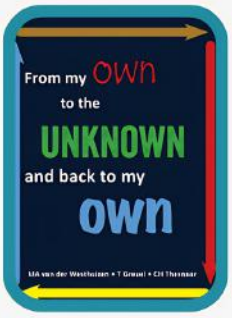




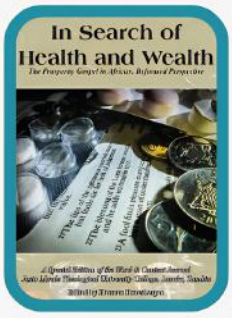








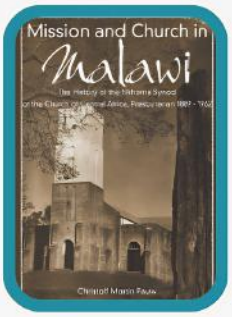


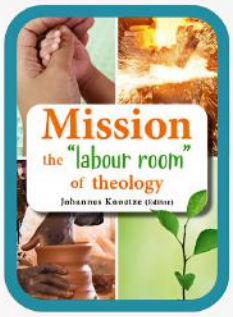




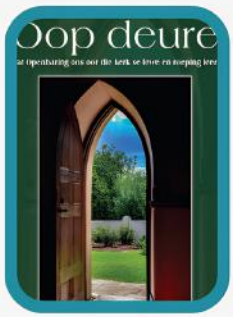


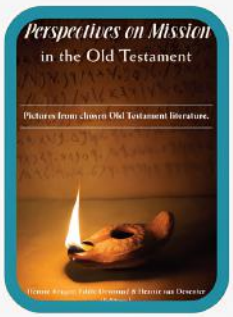


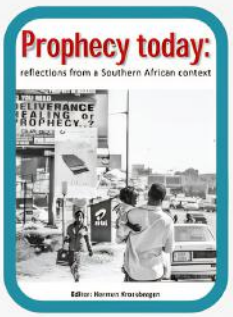


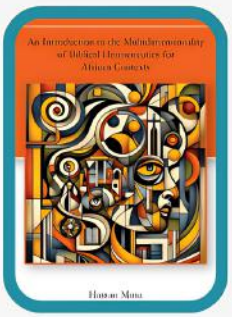


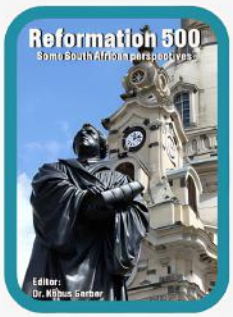


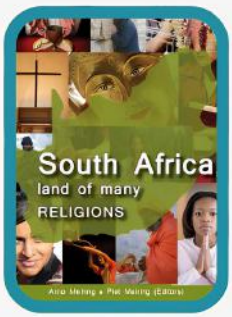




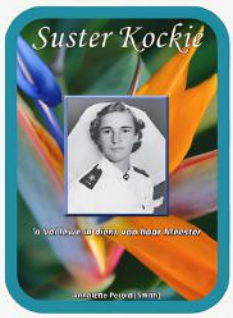


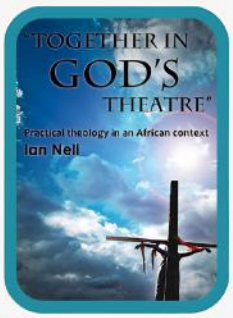


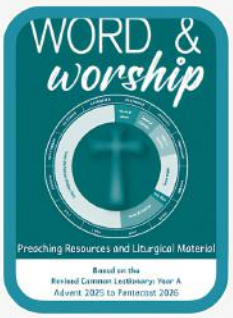


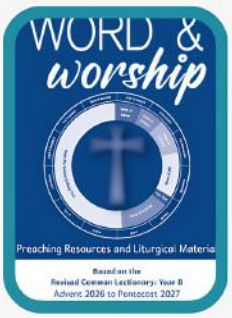


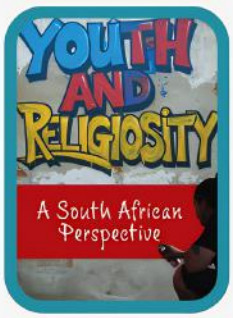
Available in English & Afrikaans













Available in English & isiXhosa

https://clf.co.za/open-resource-library/ info@clf.co.za

OPLEIDINGSGELEENTHEDE





28-29 Oktober

VBO-punte

Die ver-beelding en ver-woording van geloof. RSVP 12 Oktober 2026



3 November

5 VBO-punte

When the Bible comes into play – Bibliolog meets Narradrama



13 November

5 VBO-punte

Generasie Alpha en Geloof. *Fuller Youth Institute*



17 November

5 VBO-punte

Vyf maniere om te sê: "Ek is jammer" met prof Wentzel Coetzer



Jaarkursus 2027

55 VBO-punte

Gefokus op kinders en jongmense met prof Wentzel Coetzer



Jaarkursus 2027

55 VBO-punte

'n Brug tot 'n nuwe seisoen in jou lewe met prof Wentzel Coetzer

KERKNUUS EN PUBLIKASIES

KERKBODE BROKKIES | PUBLIKASIES

kerkbode BROKKIES

Kollig
Luister nou

Ondersteun Kerkbode
Maak 'n donasie



Elders gesien

Belhar na 40 jaar: Wêreldgemeenskap van Gereformeerde Kerke besin oor wat belydenis nou vra

23 Oktober 2026
Kerkbode
Nuus



Elders gesien

Nuwe leiers verkies by Noordelike sinodesitting

23 Oktober 2026
Kerkbode
Nuus



In gesprek met Maartje van der Westhuizen (Oostelike): Nuwe styl van vergader, aanhou luister en praktiese hulp vir gemeentes

23 Oktober 2026
Kerkbode, Nuus
Heléne Meissenheimer



Jaco Strydom gesels met Ryno Meyer oor die harde werk en seën van 'n transkulturele bediening

22 Oktober 2026
Kerkbode
Artikels, Gesels saam
Jaco Strydom



Uit my Kerkdagboek

Jan Lubbe: Omdat ín ons Agonie, dit Advent word!

21 Oktober 2026
Kerkbode
Rubrieke
Jan Lubbe



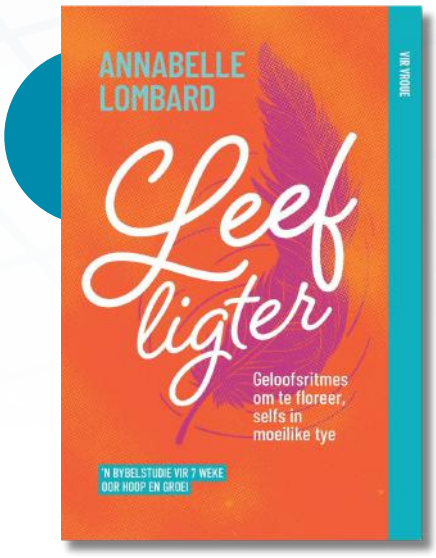
Elders gesien

Nuwe leiers verkies by Oostelike Sinodesitting

17 Oktober 2026
Kerkbode
@Sinode

Google Play kerkbode.christians.co.za App Store

Bybel-Media

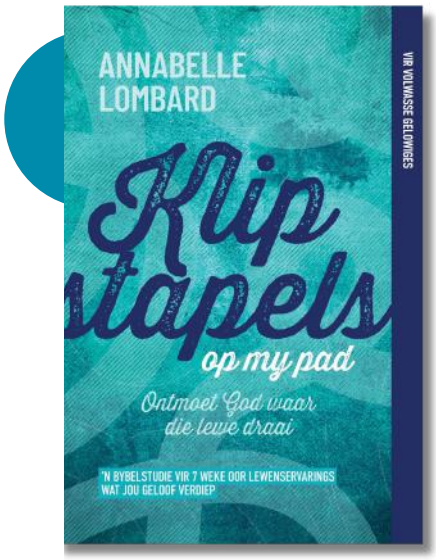


Leef ligter

R140

Vir vroue.

Ligter leef begin nie wanneer jou omstandighede verander nie. Dit begin wanneer God jou hart verander. Jy kan nie altyd kies wat met jou gebeur nie, maar jy kan kies hoe jy daarop reageer. Teleurstelling, verlies, siekte, angs en onsekerheid is deel van jou verhaal. God nooi jou om in hierdie moeilike seisoene van jou lewe na Hom toe te draai. Hy sal aan jou die krag gee om nie net staande te bly nie, maar waarlik te floreer. Elk van die sewe weke van *Leef ligter* fokus op 'n kosbare geloofsgeskenk van God wat jou dra wanneer jou krag opraak. Mag hierdie Bybelstudie jou bewus maak van God se nabyheid aan jou te midde van elke lewenservaring, en mag jy die vrede ervaar wat jou ligter laat leef.



Klipstapels op my pad

R140

Vir volwasse gelowiges.

Elke keerpunt in jou lewe is 'n ontmoetingsplek met die God wat jou nooit alleen laat nie. In jou lewe is daar gereeld oomblikke wat jou verander. Dit is daardie oomblikke wanneer jy 'n verlies moet verwerk, nuut moet begin, 'n groot vreugde kan vier of opnuut kan ontdek wie God vir jou is. *Klipstapels op my pad* nooi jou om by hierdie oomblikke stil te staan en te ontdek hoe God elke lewensoorgang gebruik om jou geloof te verdiep. Elke week se tema sal jou help om met nuwe oë na jou verhaal te kyk, God se getrouheid in die verlede raak te sien en met hoop en vertroue die pad vorentoe aan te pak.



Die geloof wat ons dra

R125

Vir nuwe gelowiges.

Vir jou wat nuut is op die Jesus-weg – én vir alle ander gelowiges – gee hierdie praktiese Bybelstudie dieper insig in 36 geloofswaarhede wat jou lewe stewig in Christus anker. Ontdek die vaste fondament van jou geloof. Verdiep jou verhouding met God. Groei saam met ander gelowiges.

WAT'S NUUS?

KALENDER | VAKATURES | AFLOSLERAARS | PREDIKANTENUUS

NG Kerk Vrystaat

Gemeente**gebeure**

Kalender | Belangrike datums

KALENDER

skakel@ngkvs.co.za
Adverteer **hier**

VAKATURES

AFLOS

kerkbode

Interaktiewe **Dagboek**

Deel jou dagboek hier

DAGBOEK

VAKATURES

vakatures@tydskrifte.co.za

AMPTELIK

kerkbode@tydskrifte.co.za

AMPTELIKE PREDIKANTENUUS

BEVESTIGING | **Dr Bennie Marais** is op 10 Oktober 2026 bevestig by NG Gemeente Luckhoff deur ds Mias Nortier, voorsitter van die Ring van Fauresmith. **EMERITEER** | **Ds Frans Steenkamp** van NG Gemeente Warden emeriteer op 29 November 2026. Die nuwe leraar **ds Izanne Ellis** se bevestiging sal op Sondag 6 Desember 2026 plaasvind. **Ds Johannes Rossouw** van NG Gemeente Marquard emeriteer en sy Afskeidspreek word op Sondag 1 November 2026 gehou. **Ds Philip Mc Laren** van NG Gemeente Bedelia emeriteer, maar sy dienstermyn is met ses maande verleng tot 30 Maart 2027. **Ds Gretha Heymans** van NG Gemeente Fauresmith het op 1 Oktober 2026 emeriteer, maar haar dienstermyn is tot 30 September 2028 verleng.



HULPBRON OPGEDATEER: SÓ WERK AMPTELIKE NUUS OOR PREDIKANTE WAT SKUIWE

Deur Kerkbode / 3 Julie 2025 / Amptelik

ANDER SINODALESTREKE SE NUUS



VAKATURE

VAKATURE: PSD DIENS VAN BARMHARTIGHEID VOLTYDSE SENIOR LEIERSKAPSPOS

'n Toegewyde en dinamiese leier met 'n hart vir mense in nood word gesoek om as PSD: Diens van Barmhartigheid te dien. Die pos bied die geleentheid om barmhartigheid terug te bring na die hart van die gemeente: van noodleniging na 'n verhoudingsgebaseerde, missionale diakonaat wat gemeentes self dra.

Die suksesvolle kandidaat kan diakonaat teologies begrond én prakties in gemeentes laat gebeur sodat gemeentes, ringe en ander rolspelers saam doeltreffende en volhoubare ondersteuning bied.

Strategiese fokuspunte: barmhartigheid wat gestalte kry

- **'n Fokus op die sosio-ekonomiese nood in die Vrystaat:** Speel 'n sleutelrol in die bestryding van armoede en sosiale nood. Is gemeentes van hulp in die identifisering van plaaslike nood met die oog op volhoubare ondersteuning.

- **Menswaardigheid en geregtigheid:** Barmhartigheid sien die nood van mense in al sy vorme raak ten einde 'n menswaardige bestaan en geregtigheid vir almal te bewerkstellig.

- **Van liefdadigheid na wederkerigheid:** Gemeentes beweeg van korttermyn-noodleniging na 'n verhoudingsgebaseerde betrokkenheid waar herstelde verhoudings en die erkenning van die gawes van gemeenskappe seëvier.

- **Barmhartigheid in vennootskap:** Die bediening gebeur saam met verskeie rolspelers, ander kerke en organisasies, vanuit 'n gedeelde visie en waardes.

Sleutelverantwoordelikhede

- Ontwikkel en implementeer 'n koherente diakonale bedieningsbeleid en strategie vir die Diens van Barmhartigheid.

- Inspireer, rus toe en adviseer gemeentes en ringe om werklike gemeenskapsbehoeftes te bepaal en volhoubare betrokkenheid te bou.

Lees meer »

’N LAASTE GEDAGTE



Foto: *Celicia McLean (verskaf)*

ALGEMEEN
Redakteur van die Vrypos
Celicia McLean

“Dis alles in jou kop.”

Jy glimlag. Jy werk. Jy gaan aan met jou lewe. Maar diep binne-in jou voel dit asof jou hele wêreld in duie gestort het. En niemand sien dit raak nie.

“Hoe gaan dit?”
“Goed, dankie. En met jou?”

Twee eenvoudige sinne. ’n Alledaagse gesprek. Maar soms is daardie “goed, dankie” die grootste leuen wat jy vandag vertel het, want die waarheid is dat jy glad nie oukei is nie.

Daar is dae wat jy wakker word en sommer dadelik weet: Vandag gaan moeilik wees. Nie omdat jy fisiek siek is nie, maar omdat iets binne-in jou net nie meer reg voel nie.

Dit voel asof iemand oornag die mat onder jou voete uitgeruk het. Alles wat eens bekend en veilig was, voel skielik onseker.

Jou kop hou nie op dink nie. Jy is moeg, maar jy kan nie slaap nie. Jy wil met iemand praat, maar weet nie eens waar om te begin nie.

Tog staan jy op. Trek aan. Gaan werk toe. Groet die mense. Lag saam wanneer iemand ’n grappie maak. Jy doen alles wat van jou verwag word en niemand sien dat jy eintlik besig is om uitmekaar te val nie, want jy lyk dan goed. Jy gaan dan nog werk toe. Jy glimlag dan nog op foto's. Wat kan dan nou so verkeerd wees?

“Ag, dis alles in jou kop.”
“Jy moet net meer positief dink.”
“Ruk jouself net reg.”
“Ander mense het dit baie erger.”
“Jy moet net meer bid en vertrou.”

Woorde wat dalk goed bedoel is, maar diep kan seermaak. En so leer jy om eerder stil te bly. Want hoe verduidelik jy iets wat jy self nie altyd verstaan nie?

Lees meer »



KONTAK ONS

REDAKSIE

SAMESTELLERS

Celicia McLean (Redakteur), **cmclean@ngkvs.co.za**
Juan du Toit, **skakel@ngkvs.co.za**

LUISTER-ARTIKELS

Mariëtte Odendaal, Mediadiensverskaffer
Revoicer (TTS)

PROEFLESERS

Lisma Liebenberg
Cecilia Steynberg
Magdaleen du Toit

NUUSGEBEURE INLIGTING BYDRAES

voor 12:00 Dinsdae
na cmclean@ngkvs.co.za

Teken in op **VRYPOS**
Kanselleer **VRYPOS**

NG KERK VRYSTAAT
Departement Kommunikasie en Bemarking
051 406 6700 (k) | **072 151 9799 (s)**
skakel@ngkvs.co.za

ngkerkvrystaat.co.za

Van Heerdenweg 20, Wilgehof, Bfn 9301
Posbus 11412, Universitas 9321

© 2026 NG Kerk Vrystaat | **VRYWARING**



NG Kerk
Vrystaat

NG KERK VRYSTAAT | © 2026

Departement
KOMMUNIKASIE EN BEMARKING