VOLUME 1, UITGAWE 1

SEPTEMNER 2010

FARR in De Aar

FOUNDATION FOR ALCOHOL RELATED RESEARCH

Bottels Vol Beloftes

Hierdie jaar wou FARR , met Wêreld Fetale Alkohol Sindroom Dag, die gemeenskap 'n geleentheid bied om op 'n konkrete wyse hul betrokkenheid in die stryd teen Fetale Alkohol Sindroom te demonstreer. So het die Belofte Pilaar tot stand gekom.

Die FARR span het met die hulp van boere uit die omgewing, leë drankbottel versamel. In die week wat opgebou het na 9 September 2010, Wêreld FAS Dag is die kliënte van FARR uitgenooi om 'n belofte te onderteken, waarin hulle erken dat FAS die grootste oorsaak van Verstandelike Gestremdheid is MAAR dat FAS 100% voorkombaar is. Met die belofte het deelnemers onderneem om hierdie boodskap uit te dra en uit te leef.

Elkeen van die ondertekende beloftes is opgerol en in 'n leë drankbottel geplaas wat daarna in 'n pilaar ingemessel is.

Gaste wat FARR se funksie op 9 September bygewoon het, het ook die geleentheid gekry om te help bou aan die pilaar.

Uiteindelik is 323 bottels in 19 rye in die pilaar gebou. Die pilaar is oor 3 dae gebou om soveel moontlik belangstellendes die geleentheid te bied om deel te neem. Die reaksie was oorweldigend.

Die Belofte Pilaar is 'n duidelike landmerk voor die FAS-Huis / Joan Wertheimsentrum en 'n tasbare bewys dat De Aar die stryd teen FAS ernstig opneem.

FARR sê baie dankie aan almal wat gehelp het om die bottels in te samel. 'n Spesiale dankie ook aan Empowa Grinaker-Lta. wat die sement en ander materiaal geskenk het en ook die bouers beskikbaar gestel het.

Veldwerkers Lena Rooi en Annalize Esau saam met Elrico Oosthuizen en Koos Bitterbos wat die Belofte Pilaar gebou het

Koos Bitterbos en sy helper Elrico Oosthuizen het voorwaar 'n kunswerk geskep.

FARR BEFONDSERS 2009/10

- FirstRand Foundation
- ARA (Association for Responsible Alcohol Use)
- Empowa Grinaker-Lta / Infraset
- Old Mutual
- Rotary De Aar / Tafelronde
- Lede van die Gemeenskap

In hierdie uitgawe:

Wêreld FAS Dag	2
Nog Projekte van FARR	2
Erkenning aan FARR	2
Ontmoet die FARR-span	3
Joan Wertheimsentrum	3
FARR se HOB aan die word (vervolg)	3
FAS Feite	4

FARR se HOB aan die woord: Dankie!

Hoe dikwels sê 'n mens DANKIE? Internasionale FAS-dag, 9 September 2010, was FARR se 'DANKIE-sê dag'. Ten spyte van haarfyne beplanning om die dag te kon bywoon, was dit my nie beskore nie: Ek moes die vorige dag inderhaas vanaf De Aar na Johannesburg reis vir 'n e-TV onderhoud en fasilitering van 'n FAS werkswinkel vir SAB – ek sê ook DANKIE vir hierdie geleentheid.

Dit het my egter van die voorreg ontneem om almal wat die 'Kom lui die klokke'-oggend by die FARR/Joan Wertheimsentrum bygewoon het, persoonlik te ontmoet en te bedank. Ek neem dus nou hierdie geleentheid waar om 'n baie opregte en hartlike DANKIE te sê aan alle persone en instansies wat ons werk in De Aar ondersteun en moontlik maak. 'n Besondere warm DANKIE aan Mnr Wertheim wat ons gereeld in Kaapstad besoek en ook onlangs op De Aar was, vir die volgehoue gebruik van sy huis, ons wonderlike en getroue FARR kollegas (Agnes, Annelise, Lena, Lian en Sylvia), al ons befondsers en medewerkers (ARA, EmpowaGrinacker- Ltd., Rotary, Ou Mutual, verskillende kerke, die Echo en verskeie private persone) en 'n spesiale DANKIE aan ons hoof-befondser, FirstRand Foundation, wat die Gesonde Moeder - Gesonde Babaprojek die afgelope 3 jaar befonds.

Vervolg bl 3

FARR se musikante

Wêreld FAS Dag

Op 9 September 2010 is Wêreld Fetale Alkohol Sindroom Dag in De Aar herdenk. Gaste het teen 8:30 begin opdaag en elkeen het 'n FAS strikkie en heerlike vrugteslaai in 'n glas wat hulle later nodig sou kry, ontvang.

Net voor 09:00 het Lian Drotsky, Area koördineerder van FARR, al die gaste verwelkom en Prof. Denis Viljoen, Stigter van FARR, aan die woord gestel. Prof. Viljoen het die doel van die dag, 9 Sept., verduidelik en Dr. Barbara Monyemore van die Nasionale Departement van Gesondheid genooi om die gelui van die klokke in te lei. Al die gaste het die glase waaruit hul die vrugteslaai geniet het gebruik om saam-met Dr. Monyemore die klokke te lui.

Tradisioneel word daar op 9 September om 9 minute oor 9 'n minuut stilte gehou om te dink aan die slagoffers van FAS, waarna die klokke gelui word om almal op te roep tot die stryd teen FAS.

Nadat Prof Viljoen De Aar gekomplimenteer het met die sukses om die voorkoms van FAS met soveel as 30% oor die afgelope 3 jaar te verminder, het die Joan Wertheim Musiek groep gaste vermaak met sang onder begeleiding van blokfluite. Die kinders het vroeg hierdie jaar begin met blokfluit lesse by Mnr. Peter Coetzee en al hul harde werk is beloon met die suksesvolle uitvoering van 3 items. Die musikante het almal se harte gesteel!

Nadat 'n woord van Leana Olivier, Hoof Uitvoerende Beampte van FARR, voorgelees is deur Liezle Cameron van ARA, het Lian Drotsky die sprekers, gaste en veral die kinders bedank. Sy het ook die gaste uitgenooi om verversings te geniet, deur die Sentrum te stap en te help bou aan die Belofte Pilaar.

Gaste was vol lof vir die dag, maar eensgesind dat die musikante beslis die hoogtepunt was!

"Kinders is ons eerste leermeesters. Hulle weet reeds hoe om te groei en te ontwikkel... Al wat hul nodig het is die ruimte om dit te doen."
Oaklander

Nog projekte van FARR

Dis maklik om in De Aar te dink dat FARR se werksaamhede net hier gefokus is. Alhoewel die projek in De Aar die trots van FARR is, is daar ook ander projekte aan die gang.

FAS gemeenskapsprogramme word ook in Aurora en Karatara in die Wes-Kaap aangebied. In samewerking met RSG, Sean O'Connor en sy span van die 'TakeAway Theatre', is 6 vertonings onlangs weer in die twee gemeenskappe aangebied. 'TakeAway Theatre' bied interaktiewe teater produksies aan wat uiters suksesvol is om die boodskap van die Voorkoming van FAS uit te dra.

Daar is ook begin met 'n FAS voorkomsstudie in Aurora.

Verder het 'n voorkomsstudie van FAS in die Witsenberg Area (Ceres omgewing) aanleiding gegee tot 'n noodkreet vir intervensie in hierdie omgewing. Met die Departement van Landbou, Wes-Kaap, as befondser, kon FARR 'n kapasiteitsontwikkelingsprogram vir plaaswerkers in die omgewing aanbied.

Die moeders en vaders wat die FAStrap program in Ceres bygewoon het, was baie opgewonde oor wat hulle geleer het en kan nou die boodskap van die voorkoming van FAS met vriende en familie deel.

Hierdie uiters suksesvolle FAStrap program sal ook na die res van Suid-Afrika uitgebrei word.

FARR se hoekie van glorie

Erkenning aan FARR

Soos u seker reeds weet, is FARR hierdie jaar vereer met drie toekennings.

Die eerste was 'n silwer toekenning in Maart 2010 deur die Premier van die Noord Kaap vir Uitmuntende Diens. Daarna het FARR die Department van Maatskaplike Ontwikkeling se Groepstoekenning as Gemeenskapsbouer van die jaar in die Pixley Ka Seme Distrik gewen. Die Distrikstoekenning is opgevolg deur die Provinsiale Toekenning vir Gemeenskapsbouer van die jaar in die Noord-Kaap (Groepskategorie).

FARR wil hiermee almal wat ons so getrou help in ons stryd teen FAS bedank. Sonder die hulp van terapeute en susters van die Departement van Gesondheid, plaaslike en Nasionale befondsers en die bydrae van verskillende individue in De Aar, sou die werk van FARR nie moontlik gewees het nie!

Dankie vir die verskil wat u help maak!

Ontmoet die FARR span

SYLVIA SWARTS, die Koördineerder van die Joan Wertheimsentrum, is 'n boorling van De Aar. Sy is die tweede oudste van sewe kinders en het in 1995 aan die Hoërskool Orion gematrikuleer.

Sylvia is getroud en het drie kinders, 2 seuns en 'n dogter. Sy het vir 20 maande as vrywilliger by die plaaslike Departement van Maatskaplike Ontwikkeling gewerk en koester steeds die droom om haarself as Maatskaplike Werker te bekwaam.

Gedurende 2004 het Sylvia as gemeenskapswerker by FARR begin werk en gevind dat haar ondervinding as Maatskaplike Hulpwerker van groot waarde was.

Sedert Augustus 2007 is Sylvia die Sentrumkoördineerder . Sy het 'n hart vir haar kliënte en loop graag die ekstra myl saam met hulle. Haar begrip en empatie met haar kliënte help om 'n vertrouensverhouding te bou en so het sy al vele swanger vrouens gehelp.

Haar kennis van De Aar en sy mense was van onskatbare waarde om die werk van FARR te vestig.

Sy is opgewonde oor die Gesonde Moeder, Gesonde baba program en het baie geleer omtrent die ontwikkeling van die ongebore baba. Sy is baie geïnteresseerd in die baba se vermoë om mamma se vreugde en vrede of spanning aan te voel.

Sylvia word dikwels gevra hoe sy bo haar omstandighede kon uitstyg om soveel te bereik. Haar antwoord is dat sy 'n droom vir haarself gehad het en dié droom nagestreef het. Daarom het sy hierdie jaar begin met haar UNISA studies om haarself as Maatskaplike Werker te kwalifiseer. Haar ander groot droom is om 'n verskil in die lewens van De Aar se straatkinders te maak.

FARR salueer Sylvia vir haar toegewyde diens.

Sylvia Swarts, Sentrum Koordineerder.

Die Joan Wertheimsentrum

Die Joan Wertheimsentrum, beter bekend in De Aar as die 'pienk huis' is deur Mnr. Stephen Wertheim aan FARR, oorgedra op voorwaarde dat, solank as wat FARR bestaan, die gebou vir die gemeenskap aangewend sal word.

Mnr. Stephen Wertheim (82) is nou woonaagtig in Kaapstad, waar hy in sy vryetyd houtsneewerk doen en pophuise bou wat verkoop word om fondse vir liefdadigheid in te samel.

Die huis is in 1974 deur Mnr Jannie Apools gebou en Mnr Wertheim het daar gewoon tot hy in 1992 na Kaapstad verhuis het.

Hy was vanaf 1943 tot 1992 verbonde aan St Johns RK Primêr, waar hy onderwys gegee het en later ook skoolhoof was. Gedurende die tydperk het hy ook na die weeskinders by St. Johns Mission omgesien.

In 1948 het die skool 'n koperblaasorkes en 'n dansorkes gehad en hy het in beide klarinet gespeel.

Hy is op 10 Junie 1961 met me Joan Wentworth in die Rooms-Katolieke Katedraal in Kimberley in die huwelik bevestig.

Uit die huwelik is drie kinders gebore. Sy eggenote het hom op 4 September 1981 ontval.

Sy lewenswyse getuig van 'n vol en interessante lewe, wat 'n groot impak op andere gehad het.

FARR salueer u, Mnr Wertheim!

Artikel oorspronklik in die Echo van 15 April 2009

Mr. Stephen Wertheim heel regs

'n Woord van FARR se leierspan (vervolg)

Die verskillende regeringsdepartmente se ondersteuning is van onskatbare waarde. Die wyse waarop die Department van Gesondheid met ons saamwerk en hul gesondheidsentrumdeure vir ons oopgooi is werklik merkwaardig. Die skole se oop en verwelkomende houding vergemaklik intervensies en ons is baie opgewonde oor die beloofde befondsing van die Departement van Maatskaplike Ontwikkeling wat sal lei tot die verbetering van ons huidige program.

De Aar <u>was</u> tot dusver welbekend as die dorp in die wêreld met die hoogste bekende (gerapporteerde) FAS-syfer. Danksy die wonderlike samewerking van almal en veral die gemeenskap, is De Aar vinnig besig om bekendheid te verwerf as die ENIGSTE dorp in die wêreld wat daarin kon slaag om die FAS voorkomssyfer te laat daal en wel met 'n verstommende 30%. Hiervoor sê ek en my kollegas:

DANKIE AAN DIE GEMEENSKAP EN AL ONS VRIENDE IN DE AAR!

Leana Olovier, Hoof Uitvoerende Beampte, FARR

FOUNDATION FOR ALCOHOL RELATED RESEARCH

Thornhillweg 37
Rondebosh
7700
of
Wentworthstraat 6
De Aar
7000

Tel: +27 (53) 631 7063
Fax:+27 (53) 631 1922
E-mail: info@farrsa.org.za
ld@farrsa.org.za
Webblad: www.farr-sa.co.za

FARR MISSION STATEMENT

To establish sustainable awareness, prevention, intervention and training programmes designed to eliminate substance abuse with the focus on FASD as a preventable disorder among children in South Africa.

Objectives:

1. **To continue to play a leading role in ongoing medical and psychosocial research related to FASD and alcohol abuse in South Africa and abroad* as well as monitoring and evaluation of impact**
   (* Maintain standards and international recognition)
2. **The implementation of comprehensive, long-term intervention and prevention programmes in identified at risk communities in South Africa**
3. **To offer education programmes directed at medical professionals, social and health care workers, educators and the general public.**
4. **To offer effective employee wellness programmes focusing on substance and alcohol abuse**

" God vergewe ons baie, maar God vergewe ons nie die kwaad wat ons 'n kind aandoen nie"
- Dalene Matthee, Fiela se kind

FAS FEITE

Wat is Fetale Alkohol Sindroom? Die woord 'sindroom' dui op 'n omvattende reeks toestande wat algemeen ontstaan wanneer 'n vrou alkohol tydens swangerskap gebruik. Enige orgaan van die baba kan beskadig word, maar die ontwikkelende brein is veral baie kwesbaar.

Hoe affekteer alkohol die ongebore baba? Alkohol is giftig (toksies) vir die ongebore baba.

Die alkohol word deur die swanger vrou se bloedstroom opgeneem en bereik binne 20 minute na inname die ongebore baba of fetus.

IS DAAR ENIGE VEILIGE HOEVEELHEID VIR DIE GEBRUIK VAN ALKOHOL?

Ongelukkig nie! Elke individu metaboliseer (verwerk) alkohol verskillend en 'n mens kan dus nie voorspel hoe jou liggaam op alkohol gaan reageer nie. Sodra vroue swanger raak verander die metaboliese vermoëns van hul liggame ook. Ons moet ook ingedagte hou dat die fetus se lewer nog onvolwasse is en dus geweldige probleme het om self die alkohol te metaboliseer (verwerk).

Vroue, van veral die laer sosio-ekonomiese groep, het dikwels 'n gebrekkige diëet en lei selfs aan onder- of wanvoeding. Baie van hierdie vroue neig om nie te eet wanneer hulle alkohol gebruik nie. Die negatiewe effek van alkohol is dus soveel meer intens op hul liggame, asook dié van hul ongebore babas.

Die veilige en aanbevole antwoord is dus: GEEN alkohol tydens swangerskap, want selfs een glasie alkohol mag skadelik wees.

'Alkohol' sluit natuurlik enige alkoholiese drankie soos bier, wyn, vrugtedrankies en tuigemaakte drankies met alkohol in.

In die volgende uitgawe:

Wat is Fetale Alkohol Spektrum Afwykings / Fetale Alcohol Spectrum Disorder

Alkoholinhoud

•Wyn -10% alkohol

(150ml = 1 drankie)

•Bier -5% alkohol

(300ml = 1 drankie)

•Sterk drank -30 to 40% alkohol
(25 -30ml = 1 drankie)

Vir 'n swangervrou word 2 of meer drankies per dag of meer as 5 drankies per week as hoë alkoholinname beskou