VERJAARSDAE : 15 TOT 21 NOVEMBER 2009

11/15	FREDDIE	SCHOEMAN	KRUGERLN 105	Blok 3
11/15	PETRU	AUGUSTYN	VAN RIEBEECKLN 166	Blok 2
11/16	GERHARD	DU PREEZ	SMUTSLN 334	Blok 1
11/16	ONICA	VAN ROOYEN	PITTASTR 10	Blok 4
11/17	JASON	LOOTS	CANTONMENTSWEG 23	Blok 2
11/18	BOET	VENTER	GLOVERLN 196B	Blok 4
11/19	RIAAN	BURGER	HORTULUS WS 2	Blok 1
11/20	ANNERI	BOTHA	VAN RIEBEECKLN 338	Blok 1
11/21	DRIEK	GILMORE	DF MALANLN 243(C)	Blok 1
11/21	BLONDIE	LANDMAN	SMUTSLN 254	Blok 1
11/21	PINA	CONRADIE	KRUGERLN 285	Blok 1

SPESIALE GELUKWENSE

Hartlik geluk aan oom Boet Venter, Gloverlaan 196(b) wat Woensdag, 18 November 2009 84 jaar oud sal wees. Mag daar nog baie jare van genade, goeie gesondheid, en liefde wees. Gods rykste seën word u toegebid.

HUWELIKHERDENKINGS : 8 TOT 14 NOEMBER 2009

DINSDAG, 17 NOVEMBER		
STEVEN EN MAURIZA SWART	DF MALANLN 121	Blok 3
WOENSDAG, 18 NOVEMBER		
DANIE EN ZELDA ELS	FITZPATRICKWEG 11	Blok 2
DONDERDAG, 19 NOVEMBER		
HANNES EN MACHTEL BADENHORST	BREYERLN 1231	Blok 4

BOOMSLOPING

EN

SNOEI VAN

BOME EN

STRUIKE

KONTAK: ERNST
083 656 4992

חי

Dr Liandi Fourie

MBChB(Pret)

Algemene Praktisyn

Ons passie is
volhoubare gesondheid
dmv 'n natuurlike benadering,
lewenstylbeplanning
en natuurlike produkte.

Chris Hougaardstraat 324
Wierdapark
012-6530564

Ned Geref Gemeente Lyttelton-Oos

FAMILIENUUS

Sondag, 15 November 2009

Hartlik welkom in die erediens vanoggend

Webtuiste: www.lytteltonoos.org.za

SONDAG, 15 NOVEMBER
Deurkollekte Jeug
Kommissieverslae inhandig
09:00 Erediens: Prof Christina Landman
09:00 Kindereredienste
18:00 Aanddiens: Afsluiting
18:45 Kategese / Ouers kuier saam
19:30 Gesinne kuier / speel saam

MAANDAG 16 NOVEMBER
19:00 Bedieningspanvergadering

DINSDAG, 17 NOVEMBER
09:00 Sustersbiduur/Bybelstudie

WOENSDAG, 18 NOVEMBER
17:00 Biduur
Inbetaling Diakonie

DONDERDAG, 19 NOVEMBER
09:00 Bybelstudie Senior Lidmate (Konsistorie)

SONDAG, 22 NOVEMBER
Sakelys Kerkraadsvergadering
09:00 Erediens: Freddie Schoeman
09:00 Kindereredienste

MAANDAG 23 NOVEMBER
19:00 Bedryfspanvergadering

DINSDAG, 24 NOVEMBER
09:00 Sustersbiduur/Bybelstudie

WOENSDAG, 25 NOVEMBER
17:00 Biduur
19:00 Kerkraadsvergadering

Is daar siekte, nood of krisis in ons gemeente waarvan jy weet? Ons wil graag help. Kontak Madelaine Steyn by 082 354 2455.

NUWE INTREKKERS

Ons wil julle graag so gou moontlik tuis laat voel en deel maak van ons geloofsgesin! Bly gerus na die diens agter dan ontmoet ons mekaar voor die kansel. Julle kan ook ds Freddie Schoeman (084 581 8139) of Max Amsenga (012 664 3629)

VOORBIDDING

1. Johan en Elize de Beer, Krugerlaan 218, met Johan wat nou weer tuis is. Dank die Here vir beterskap.(Blok 2).
2. Willie en Theresa Smith, Hans Strijdomln 235 met Theresa wat weer in die nasorg opgeneem is (Blok 1).
3. Ons dink in besonder aan Gustav en Heleen Venter, Bettystr 379 met Gustav wat rekonstruksie-prosedure ondergaan het na die kaping (Blok 1).
4. Pieter en Anna Veldsman, Tecoma WS 4 met Pieter wat behandeling vir kanker ondergaan (Blok 1)
5. Adolf Crafford, Hans Strijdomln 182 wat nog steeds wag op 'n skenker vir 'n nieroorplanting. (Blok 2). Ons vra voorbidding vir die hele gesin.

KERSSANGDIENS

DIE DATUM VAN ONS KERSSANGDIENS IS SONDAG 29 NOVEMBER OM 18:00 EN NIE 22 NOVEMBER SOOS OP DIE ALMANAK AANGETOON NIE.

PERSONE WAT OP EEN OF ANDER MANIER BEHULPSAAM WIL/KAN WEES BY DIE KERSSANGDIENS, KYK OP BL 2 WAAR U ORAL KAN HELP

U I T N O D I G I N G

KERSSANGDIENS
SONDAG, 29 NOVEMBER 2009

KOM JUBEL SAAM

WANT JESUS IS GROOT

BO ALLES

(Ons tema vir die aand)

Ons wil graag oud en jonk uitnooi na Lyttelton-Oos gemeente se Kerssangdiens op Sondagaand, 29 November 2009 om 18:00 tot 19:30 (Ja, ‘n uur en ‘n half!).

Sal enige senior of ander lidmaat wat by hul huis opgelaai en weer afgelaai wil word, ASSEBLIEF vir Hardus du Preez kontak by 083 887 1364.

Kom jubel saam oor ons Verlosser wat in nederigheid gekom het na hierdie aarde, tog was engele, herders en wyse manne daar om Hom te verwelkom. Daaroor wil ons ook jubel!

KERSSANGDIENS

Programbestuurder:	Gerda Odendaal (082 859 9340)
Assistant-bestuurder:	Mariana Strydom (082 451 5811)
Orrelis en Jubilaté koor:	Dolly Pienaar (079 038 3883)
Dekor vir tablo’s:	Faan en Magda Buys (083 962 0108/083 304 0424)
Afrig van tablo’s:	Belinda Martins (012 664 3830)
Uitdeel van programme:	Tania Roos (082 958 9417) en Jeug
Elektroniese projeksie:	Johan Freysen (012 664 6325)
Blomme rangskikkings:	Cathy Anderson en span (082 403 0944)
Dekor in kerk:	Ronél Vorster (082 411 3855)
	Tania Roos (083 408 0860)
Sosiale geselligheid:	Petru Augustyn (071 677 5005)
Opruiming:	Antoinette van Rensburg (083 533 0812)
Vervoer van senior lidmate:	Hardus du Preez (082 887 1364)
Finansiering:	Deur middel van kollekte tydens Kerssangdiens

Om 'n goeie selfbeeld te ontwikkel is dit belangrik om onsself te sien soos God ons sien. Voor die oë van God het elkeen van ons groot waarde. – Psalm 8. Elkeen uniek en waardevol – spesifieke talente en vermoëns.

4. Kyk na God vir perspektief

[21] Moet jou nie steur aan alles wat gesê word nie. Dan sal jy jou dit nie aantrek as jou slaaf jou verwens nie. (Prediker 7:21)

Ons is nogal geneig om dinge "aan te trek" – persoonlik op te neem. Veral wanneer ons selfvertroue en selfbeeld 'n bietjie laag is. Dis wanneer ons afhanklik begin raak van ander se opinies oor ons - as ander mense min van ons dink, dan dink ons ook min van onsself.

Om 'n goeie selfbeeld te ontwikkel is dit belangrik om onsself te sien soos God ons sien. Voor die oë van God het elkeen van ons groot waarde. – Psalm 8. Elkeen uniek en waardevol – spesifieke talente en vermoëns.

5. Kyk na God vir hulp

Elke dag vra dat die Here ons deur sy Gees sal volmaak. Dan sal ons die vrug van die Gees vertoon. Wanneer die wêreld ons onder druk plaas – dan kom dit wat binne in ons is uit. Daar kan soms baie slegte goed uitkom – maar wanneer ons vol is van die Heilige Gees – dan kom dinge soos liefde, vreugde, vrede, geduld, goedhartigheid getrouheid, vriendelikheid selfbeheersing en nederigheid uit.

Wanneer ons vir die Here vra dat Hy ons sal volmaak met sy Gees dan sal Hy dit doen.

[13] As julle wat sleg is, dan weet om vir julle kinders goeie dinge te gee—die Vader in die hemel nog baie meer! Hy sal die Heilige Gees gee vir dié wat vra. (Lukas 11:13)

GRACE MANNA UITREIK

Die Here se genade is groot en daarom kan ons sê dat dit baie goed gaan met die Grace Manna uitreik. Dankie vir elkeen se omgee en bydraes.

Ons wil graag die jaar eindig met ’n spesiale verrassing vir al die mense wat bereik is deur die projek. Ons vra of u ’n bydrae sal lewer van ’n R20 geskenk-pakkie of ’n kontant borg. Ons gaan ’n Kersparty hou op 28 November 2009. Ons mikpunt is ’n minimum van 150 pakkies.

Baie dankie vir u positiewe gesindheid!

Retha en die uitreikspan

082 772 0955

Joh 6:35 “En Jesus sê vir hulle: Ek is die brood van die lewe, wie na my toe kom sal nooit honger kry nie.”

2. Stop – en dink

Ons as mense het 'n besondere vermoë wat ons onderskei van diere. Diere reageer onmiddelik en instinktief. Mense het egter die vermoë om eers te stop en te dink. Waaroor moet ons dink? In die eerste plek om vir onsself af te vra: waarom is ons kwaad? Maar wat verder?

Ons moet dink oor die uitkoms van die situasie. Wat sou ons graag wil hê moet gebeur uiteindelik? Wat sou 'n goeie uitkoms wees vir die situasie? Soek 'n uitkoms wat voordelig is vir my en almal betrokke. Alles wat ons doen het gevolge – moet dit besef.

Daarom is 'n ontploffing selde die beste ding om te doen. Wanneer jy ontplof is jy geneig om skade te doen – soms op groot skaal.

Ander vorms van reaksie kan egter ewe skadelik wees:

Wraak – don't get mad, get even. Om wraak te neem het selde indien ooit 'n goeie uitkoms.

Sarkasme of kritiek. Terugskreeu.

Stilstuipe.

Nie een van hierdie maniere om ons woede te hanteer is egter bevorderlik vir 'n goeie uitkoms nie. Ons moet ander manier oorweeg.

3. Leer om te ontspan

Te veel spanning is geneig om ons oordeelsvermoë te belemmer. Wanneer ons gespanne is – en ons beleef boonop nog frustrasie, of kritiek, of veronregting – dan kan dit maklik 'n woedebui tot gevolg hê. Verminder spanning.

[30] 'n Kalm gemoed

hou die liggaam gesond;

hartstog vreet 'n mens op. (Spreuke 14:30)

Wees bewus van situasies wat spanning teweegbring en ontwikkel dan maniere om dit te vermy. Oorvol program – sny. Maandeinde.

Ontspanningstegnieke – meditasie / fisiese aktiwiteit.

Sin vir humor – neem God ernstig – maar nie jouself nie.

4. Kyk na God vir perspektief

[21] Moet jou nie steur aan alles wat gesê word nie. Dan sal jy jou dit nie aantrek as jou slaaf jou verwens nie. (Prediker 7:21)

Ons is nogal geneig om dinge "aan te trek" – persoonlik op te neem. Veral wanneer ons selfvertroue en selfbeeld 'n bietjie laag is. Dis wanneer ons afhanklik begin raak van ander se opinies oor ons - as ander mense min van ons dink, dan dink ons ook min van onsself.

DANKOFFER PER INTERNET

Lidmate is welkom om hulle maandelikse dankoffer / geloof-offer per internet oor te plaas.
Die gemeente se rekeningbesonderhede is as volg:
ABSA Lyttelton / Takkode: 632 005
Gemeentefonds (vir dankoffers) 600 580 159
Geloofoffer: 4050 438 756

Jy kan ook ons webtuiste besoek by www.lytteltonoos.org.za en op die GivenGain ikoon klik om dankofferoordrag te vergemaklik

Daar is ook eDebietordervorms in die konsistorie beskikbaar—kom vra vir een na die diens of skakel Sexta Maree by 0126644458 Maandae of Woensdae of op haar sel 0724344670 of vra een aan by ngk@lytteltonoos.org.za.

Alpha

'n Geleentheid om die betekenis van die lewe te ontdek

19 Januarie 2010—23 Maart 2010

Elke Dinsdagaand om 18:30—21:00
Kom vra jou vrae
Kom verken die terrein van die geloof
Kom deel in die saamwees

Dui jou belangstelling op 'n terugvoervorm aan of skryf in op ons webblad by
http://www.lytteltonoos.org.za/inligting/alpha.htm

OMGEEBEDIENING

Doel: Om mense in ons gemeente wat in nood verkeer om welke rede ook al met liefde en deernis by te staan.

Dit gebeur dikwels dat die onverwagte gebeur: siekte, dood, krisis (inbraak, kaping ens.), finansiële terugslag, werksverlies of –nood. 'n Gemeente moet gerat en georganiseerd wees om mekaar hierin by te staan. Daarom is ons besig om die volgende bedieningspanne op die been te bring:

- Hospitaalbesoekspan om mense wat in die hospitaal is te gaan besoek
- Siekebesoekspan om mense wat tuis siek is te besoek
- Maaltydspan om gesinne wat onder druk is vanweë hospitalisasie of trauma van 'n maaltyd of twee te voorsien
- Vervoerspan om mense wat vervoer benodig winkels of kerk toe by te staan
- Beradingspan wat beskikbaar is vir basiese emosionele bystand waar nodig.
- Helpmekaarspan: Ander praktiese dienslewering

VOLGENDE BYEENKOMS: Maandag 16 November om 19:00 — Gemeentesentrum (of kontak Madelaine Steyn 0823542455)

KOM BID SAAM!

Sondagoggende vanaf 08:00 in bo-kamer
Ons bid vir:

- die erediens
- ons gemeente
- spesiale versoeke terugvoerkaart

Kom berei jouself geestelik voor vir die erediens
Kom wanneer jy kan, bly solank jy wil, gaan wanneer jy moet …
Wanneer gelowiges bid sidder die duiwel

As deel van die Parknaval bied ons gemeente ‘n vertoning aan in die Centurion Teater deur

MATTHYS ROETS

Op Vrydag 20 November

Kaartjies teen R120.00 per persoon is verkrygbaar by

Tania Roos sel no 082 958 9417

‘n kaas en wyn geleentheid word na die vertoning aangebied teen R45.00 per persoon verkrygbaar by Tania Roos 082 958 9417

TUINBOUPROJEK

Ons tuin verander stadig maar seker!

Ons nuutste toevoeging kom van lidmate wat ons nie vergeet het toe hulle ‘n draai by ‘n kwekery gemaak het. Baie dankie dat julle ons tuin met blomstruike versier.

Ons wil van die plante uithaal wat ons vir enige persoon wil gee of “verkoop” (nominale prys) onder andere skoonmoederstong, vetplante en sekere grondbedekking.

In dié verband, kontak Cathy Anderson 072 608 6568

PREEK : SONDAG 20 SEPTEMBER 2009

Ds Freddie Schoeman

TEMA : KWAAD WORD

Skriflesing: Ef 4:26;31

Ons word almal in een of ander stadium kwaad. Die manier waarop ons ons woede wys, wissel van situasie tot situasie. Somtyds sal ons ontplof – ander kere sal ons dit binne hou en net kook. Niemand van ons is immuun teen woede nie. Dis 'n normale mense reaksie. Jesus het kwaad geword. En in die Ou Testament lees ons dat God ook kwaad geword het het – 375 keer!

Dus: om kwaad te word is nie sonde nie. Hoe ons dit hanteer wanneer ons kwaad word – daaroor is die Bybel baie duidelik: *As julle kwaad word, moenie sondig nie … moenie opvlieënd wees nie, moenie vloek of skel nie*.

Vraag is dus: as ons kwaad word, wat moet ons dan doen om te keer dat ons nie ook dan sonde doen nie. Hier is vyf praktiese riglyne:

1. Verstaan waarom jy kwaad word

Woede is 'n rooi lig – dis net 'n simptoom. Dis die uiterlike manifestasie van iets wat binne in ons gebeur. Dui op iets onderliggend – ons moet vra wat dit is. Dit kan een van drie dinge wees:

Pyn / Seerkry: Ons word kwaad wanneer ons ons duim raakkap met 'n hammer, wanneer ons ons toon of ons knie stamp teen 'n tafel of 'n bed, wanneer ons per ongeluk ons hand of vingers verbrand. Fisiese pyn, dus. Of dit kan emosionele pyn wees – die pyn van veronregting, verlies of verwerping. In 'n ondersoek wat gedoen is, is bevind dat 'n derde van alle mense wat geskei het, na tien jaar nog steeds intens kwaad is oor wat gebeur het.

Frustrasie: Ons word kwaad wanneer iets nie werk nie, wanneer ons nie ons sin kry nie, wanneer ons gedwing word om te wag. Dis die soort kwaadword wat omsit in iets soos byvoorbeeld padwoede. (Ons is weer daaraan herinner die afgelope week met die taxibestuurder wat die dogter op haar bromponie doodgery het.) Een oomblik van waansin in 'n woedebui kan yslike langtermyn gevolge hê.

Gekrenktheid: Ons word kwaad wanneer ons gekritiseer word, of wanneer ons glo dat ons eer aangetas word, of die eer van ons groep. Dit gebeur wanneer ons een of ander vorm van rassisme beleef – of van rassisme beskuldig word. Of wanneer daar sleg van ons gepraat word / beledig word.

Eerste stap wat ons moet neem as ons nie wil sondig as ons kwaad word nie – is om te verstaan waarom ons kwaad word.