DIE HOËRSKOOL MENLOPARK
EXCELSA PETAMUS
SEDERT 1963

menlo-insig

3/2025
13 Februarie 2025

LIEWE MENLO

'n Sirkel is 'n simbool van eenheid. Dié vreemde vorm, sonder 'n begin- of eindpunt, speel 'n prominente rol op Menlo-bodem. Met 'n bietjie verbeelding vorm die Menlo-amfi 'n halwe sirkel. Dit is hier waar die Parkies hulle harte vir sprekers, nuwe idees en vir mekaar oopmaak en dit is hier waar Menlo-gees broei.

Op die gholf- en netbalbaan is sirkels sinoniem met punte. In rugby is skrums 'n simbool van krag en op die krieketveld is die middelpunt ook die spilpunt waarom die aksie wentel. Dit gebeur soms dat daar in sirkels geredeneer word, maar hierdie verskynsel is gelukkig nog nooit vantevore op Menlo-bodem waargeneem nie. Die magiese klanke van die koor is die resultaat van stemgroepsirkels wat soos 'n Venn-diagram oorvleuel om die gehoor op 'n reis deur hulle emosies te neem waar blydskap die begin- en eindpunt vorm.

Op die hokkieveld hardloop die Parkies sirkels om die opponente. Ons atlete gee die pas rondte vir rondte aan, terwyl jy rond en bont sal moet soek om beter swemmers as dié op Menlo-bodem te vind. Ons fietsryers het die wiel eerste ontdek en ons ruiters weet hoe om hulle man in enige arena te staan.

Op Menlo-bodem beweeg ons nie in sirkels nie. Ons trek laer wanneer ons voor uitdagings te staan kom en bou vriendekringe.

Die sirkel, sonder begin- of eindpunt, is 'n vreemde vorm. Is dit nie juis so om ons aandag op die middelpunt te vestig nie?

MENLO MA'S WAT OMGEE

Teks: Psalm 139:14

Ek wil U prys omdat U my so volmaak geskep het. U doen wonderlike werk. Ek weet dat U groot dinge kan doen.

DAGBOEK

14/2 Tennis: Groot 5-toernooi (Nelspruit) – 16/2
Atletiek: Prestige Aflosbyeenkoms (tuis)

15/2 Parkiebal
Atletiek: D4-kampioenskap
Perdesport: SANESA 1

17/2 Muurbal: Liga

20/2 Tennis: St Mary's Toernooi
Atletiek: Gala-aand

DIE HOËRSKOOL MENLOPARK
EXCELSA PETAMUS
DIE HOËRSKOOL MENLOPARK
KULTUUR
Prestige-aand
DINSDAG 25 FEBRUARIE 2025 | 18:30
ATTERBURY TEATER
Kaartjies: www.seatme.co.za @ R120

2025
Wêreldbiddag
vir Vroue
Geken & Wonderlbaarlik geskape.
MENLO MA's
WAT BID
7 Maart 2025
Menlo-ouditorium
06:30
Alle Menlo-dogters en vroue welkom!
Nooi gerus 'n vriendin.
PSALM 139

DIE HOËRSKOOL MENLOPARK
EXCELSA PETAMUS
INTERHOËR
Oorlewingspakket
WATER: VRIES JOU WATERBOTTEL (OF DRIE)
PAK GENOEG KOS VIR DIE DAG
SONBLOK
JELLY BABIES (ENERGIE)
SANITEERMIDDEL – VIR HANDE
MENLO-HOED (VERPLIGTEND)
SAMBREEL (DONKERBLOU OF MENLO-SAMBREEL)
GEESSTOKKIE
IETS VIR BYSTEKE – AS JY ALLERGIES IS
KLEIN HANDDOEKIE
MENLO-PAWILJOENKUSSING/ SWARTSAK/DONKERBLOU KOMBERS VIR SITPLEK (GEEN ANDER KLEURE)
TISSUES / WIPES
POWERBANK VIR JOU FOON – AS JY KAN
HOPE ENERGIE!

AKADEMIE

Menlo-akademie deur SOS vereer

Die matrieks van 2024 het tien uit tien vir hul sukses in verlede jaar se NSS-eksamen behaal en daarom is die skool verlede week by die Skoleondersteuningsentrum se toekenningsfunksie by die Centurion Teater vereer. Menlo is boaan die lys wat onderskeidings betref en in die ganse provinsie is daar nie 'n enkele skool wat beter in Afrikaans, English (FAL), Rekeningkunde of Fisiese Wetenskappe presteer het nie. Daarby spog Menlo met sewe vakke op die nasionale top-5 -ranglys.

Die fokus verskuif nou na die Klas van 2025 en die Insig twyfel nie vir een oomblik dat hierdie groep akademiese grense gaan verskuif en nuwe hoogtes sal bereik nie.

Volg gerus die skakels na Netwerk24 en Awsum News se beriggewing oor die 2024-uitslae.

	Provinsiale posisie (Totale aantal A's per vak)	Nasionale posisie (Totale aantal A's per vak)
Afrikaans (Huistaal)	1	1
English (FAL)	1	2
Rekeningkunde	1	2
Fisiese Wetenskappe	1	5
Wiskunde	2	4
Lewenswetenskappe	2	14*
Ekonomie	2	11*
Inligtingstegnologie	3	4
Wisk. Geletterdheid	4	4

- Die Skoleondersteuningsentrum stel jaarliks 'n verslag oor die matriekuitslae op.
- Die verslag sluit nie alle vakke in nie.

VAK	AANTAL KANDIDATE	AANTAL A'S	VAKGEMIDDELD
Rekenaartoepassingstegnologie	133	24	66,3%
Ingenieursgrafika en -ontwerp	52	15	72,6%
Visuele Kuns	25	7	72,6%
Musiek	7	6	84,1%
Dramatiese Kuns	10	6	81,3%

VAK	AANTAL KANDIDATE	AANTAL A'S	VAKGEMIDDELD
Duits	17	8	76,2%
Frans	16	5	72,9%
Toerisme	62	23	75,1%
Gasvryheidstudies	33	3	64,6%
Inligtingstegnologie	40	20	74,6%

AKADEMIE

Move whenever you can…Move before you can't

(Christien Mann)

2025 se eerste verrykingsakademie-geleentheid het vandeesweek plaasgevind en aan die woord was Christien Mann, '95 se hoofdogter. Christien, 'n fisioterapeut, het oor haar onderneming , MAP movement (sy is medestigter en -eienaar), kom gesels en 'n paar lewenslesse gedeel.

MAP Movement (Myofascial Activated Posture), is 'n rehabilitasietegniek (bewegingstegniek) om jou liggaam te leer om meer vrylik te beweeg. Christien se belangrikste fokus is om mense te motiveer om die angs vir pyn vir bewegingsvryheid te verruil met die doel om chroniese pynpatrone, soos laerugpyn en nekpyn, te verander deur 'n bewegingstegniek te beoefen.

Christien se lewensverhaal is met staaltjies van dankbaarheid en nederigheid vervleg; dit was voorwaar 'n voorreg om na hierdie dinamiese spreker te luister.

KOSHUIS

Koshuiskaskenades bied kitskyk in die lewe van 'n koshuisbrak

Die aap is uit die mou. Na jare se joernalistieke speurwerk het die Insig eindelik 'n kitskyk in die lewe van 'n koshuisbrak gekry – en glo my vry – die koshuisbrakke lei g'n hondelewe nie.

Die Insig kon met die eerste oogopslag nie hond haar-af maak nie, want die bewyse wat die Insig se nuushonde by die plaaslike nuuskantoor ingehandig het, het van pure lekkerkry en opwinding gespreek. Te oordeel aan die foto's is dit duidelik dat elke hond sy dag kry, maar in Menlo se koshuis kry elke koshuisbrak elke dag sy of haar dag.

Aktiwiteite soos geesvangaande in die amfi, boeresport en lanternbekruip het verseker dat daar min tyd vir verlang was. Daarby is die aggies se vernuf en talent met verskeie kompetisies, van skattejag en sokkie tot karaoke en selfs 'n konsert, aan die kaak gestel.

Die koshuispersoneel en koshuisraad verdien 'n veer in die hoed vir hulle deeglike beplanning om die graadagts dadelik te laat tuis voel. Daarby verdien die aggies 'n klop op die skouer vir hulle positiewe gesindheid en entoesiasme. Aan die feit dat elke Menlo-koshuisbrak hier tuis hoort, is daar geen twyfel nie!

TENNIS

Menlo-tennismasjien kook!

Menlo se tennisspelers het sommer met die intrapslag vanjaar vir 'n paar opskuddings veroorsaak. Ons manne het die eerste slag met hulle puik spel by die Boland Landbou Toernooi geslaan en nie net wedstryde gewen nie, maar ook harte. Die Boland Landbou Tennistoernooi word jaarliks in die Paarl aangebied en hier is dit nie net die opponente wat die spelers laat sweet nie, maar ook die snikhete temperatuur. Die manne het egter bewys dat hulle nie maklik smelt nie en uitstekende tennis in die Paarl-drukkoker opgedis.

Baie geluk aan die volgende spelers:

Ruben Lourens, Oliver Pretorius, Dorian de Jong, Andrio Eksteen, Kristian Swanepoel, Chris Muller en Reuben Spies.

SWEM

Swem-spanete vir sukses

Wanneer dit by swemsukses kom, is daar talle faktore wat 'n bydrae lewer. Dit is weliswaar noodsaaklik om getrou te oefen, maar 'n swemmer sonder brandstof is soos 'n onbetrokke Parkie – absolut ondenkbaar!

Menlo ry die golf van sukses al vir jare en dit is daarom veilig om te berig dat die skool die resep om die perfekte brandstof te maak, vervolmaak het.

Die Insig het hoog en laag na die resep gesoek, maar was telkens in 'n doodloopstraat. Volgens anonieme dog betroubare bronne is dié resep 'n digbewaarde geheim. Die swemmers wat vandeesweek by die spanete was, het wel getuig dat die resep vorentoe smaak en dat dit hulle beslis gehelp het om die water te skuif toe hulle by die interhoërgalas ingeduik het. Erin Gallagher, 'n Olimpiese swemmer, het die Parkies verder gemotiveer om die hoogste by die interhoërgalas na te streef.

Baie dankie aan die swemmers se ouers vir hulle moeite met 'n onvergeetlike funksie.

Menlo-swemmers maak golwe

Die swemmers se spanete het beslis die gewenste uitwerking gehad, veral as 'n mens na die uitstekende uitslae wat die Menloparkers by die sweminterhoërgalas behaal het, kyk. Dit het kompleet gelyk asof die mededingers water trap wanneer hulle langs 'n Parkie swem...

Hier volg die uitslae van vandeesweek se interhoërgalas:

A-bond

Dogters:	1. Midstream College	2. AHMP	3. Cornwall Hill College	4. Menlo
Seuns:	1. Midstream College	2. Menlo	3. PBHS	4. AHS
Span:	1. Midstream College	2. Menlo	3. Waterkloof	4. Cornwall Hill College

Junior victor ludorum: Jayden Ciampi

B-bond

Dogters:	1. AHMP (B)	2. St Mary's DSG	3. Menlo (B)	4. Woodhill College
Seuns:	1. AHS	2. Curro Hazeldean	3. PBHS	6. Menlo
Span:	1. Curro Hazeldean	2. Hatfield Christian School	3. Menlo	4, Woodhill College

Hierdie uitslae getuig van toewyding en vasberadenheid van die swemmers, afrigters en ouers. Menlo-swem rig graag 'n woord van dank aan die ouers vir hulle donasies, borgskappe en tyd. Elke bydrae word opreg waardeer. #dankbaar

ATLETIEK

Hulle weet nou wat ons weet

Wat weet hulle? Die Hoërskool Menlopark se atletiekspan dra vir die sesde agtereenvolgende jaar die kroon as die land se beste span.
Die S-P-A-N met die T-A-L-E-N-T is verlede Woensdag vir die sewende agtereenvolgende keer as wenners van Noordheuwel se Top 15-byeenkoms aangewys. Hierdie puik prestasie is met 'n oorwinning – dis nou ses uit ses – by Curro Podium se nasionale finaal opgevolg.

Die Curro Podium-byeenkoms is op 'n interessante konsep gebaseer. Skole moet eerstens hulle staal by die streeksbyeenkomste – een in die noorde en een in die suide – wys waarna die topskole vir die eindronde op Pilditch kwalifiseer. Tweedens word daar slegs in drie ouderdomsgroepe meegeding: o. 15, o. 17 en o. 19.

Een en sestig skole van reg oor Suid-Afrika het aan Saterdag se eindronde deelgeneem en toeskouers is met wêreldklasprestasies bederf. Uit Menlo-geledere was dit Taelyn Smith (o. 17) wat die kollig met sy sprong van 2,15 m gesteel het (byeenkomsrekord en beste in die wêreld vanjaar) en Janelle Kirkpatrick (o. 15) wat die 100 m-hekkies in 'n tyd van 12,56 sekondes afgeblits het.

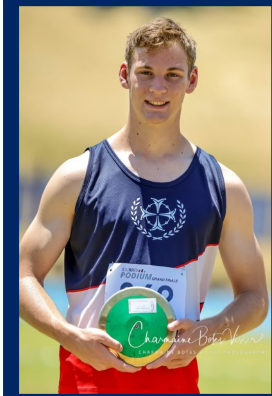
Gedurende die dag is daar telkens bespiegel oor watter skool met die louere sou weghardloop en eindelik weet hulle nou wat ons weet!

Top-15-uitslae

Algeheel: 1. Menlo; 2. Noordheuwel; 3. Zwartkop

Curro Podium-uitslae

Seuns:	1. Menlo 2. Curro Hazeldean 3.AHS
Dogters:	1. Menlo 2. Noordheuwel 3. Paarl Girls High
Algeheel:	1. Menlo 2. Curro Hazeldean 3. Noordheuwel



KRIEKET

Menlo-krieket in hulle eie klas

Die Insig is altyd trots op ons fenomenale krieketspelers, maar dit is die o. 15C-span wat vandeesweek die kollig steel. Die prestasie om gedugte teenstanders in hulle eie agterplaas te klop moenie geringgeskat word nie. Wihan Schalekamp (88*) het die wilgerlat behoorlik ingelê, terwyl die boulers die teenstanders laat skarrel het.

Daar is reeds oor Dian van Zyl, eerstespankaptein, se ongelooflike beurt en Menlo-rekord (183) berig. Jan-Willem Pienaar, Johan Bosch en Murray Hofmeyr het verder tot Menlo se puik oorwinning oor die Klofies bygedra. Baie geluk aan die spelers en afrigters, o.l.v. mnr. Petrus Coetzee! Hier volg die uitslae:

Menlopark 1ste XI teen Waterkloof 1ste XI

Menlo	366/6 (Dian van Zyl 183, Jan-Willem Pienaar 50)
Waterkloof	310 almal uit (Johan Bosch 3/54, Murray Hofmeyr 2/54)

Menlo wen met 56 lopies.

Menlopark 2de XI teen Garsfontein 2de XI

Menlo	168/5 (Joshua Smit 70, Jaimi Coertse 49)
Garsfontein	121/5 (Jovan Hartman 1/11, Wihan Spanneberg 1/21, Joshua Smit 1/25)

Menlo wen met 47 lopies.

Menlopark o. 15A teen Waterkloof o. 15A

Menlo	216 almal uit (Schalk van Ettinger 65, Victor Wentzel 36)
Waterkloof	217/6 (Rudo Rheeders 4/34)

Waterkloof wen met 4 paaltjies.

Menlopark o. 14A teen Waterkloof o. 14A

Menlo	105 almal uit (Rudo Rheeders 26)
Waterkloof	109/2

Waterkloof wen met 8 paaltjies.

Menlopark o. 14B teen Waterkloof o. 14B

Menlo	127/9
Waterkloof	90 almal uit

Menlo wen met 37 lopies.

Menlopark o. 15C teen Pretoria Boys High o. 15C

Menlo	190/5 (Wihan Schalekamp 88*)
PBHS	82/8 (Marco Eastman 2/4, Hanru van Wyk 2/9, Alex Kruger 2/9)

Menlo wen met 108 lopies.

Menlopark o. 15A teen Zwartkop o. 15A

Zwartkop	37 almal uit (Chris Naude 4/2, Jonathan van der Merwe 2/2, Kian Muller 2/8)
Menlo	38/1 (Jonathan van der Merwe 15*)

Menlo wen met 9 paaltjies.

Menlopark 4de XI teen Oos-Moot 2de XI

Oos-Moot	155/6 (Dehan van der Merwe 2/17)
Menlo	159/6 (Arno van der Walt 39, Regardt Pienaar 34*)

Menlo wen met 4 paaltjies.

Menlopark 2de XI teen Eldoraigne 2de XI

Menlo	179/7 (Joshua Smit 33, Corrie Botha 33)
Eldoraigne	140 almal uit (Jovan Hartman 2/5, Wihan Spanneberg 2/10, Corrie Botha 2/12)

Menlo wen met 39 lopies.

Menlopark o. 15C teen Affies o. 15C

Menlo	118/9 (Arno Killian 41)
Affies	58/2

Affies wen met 5 lopies (DLS-metode).

Menlopark o. 14A teen Eldoraigne o. 14A

Eldoraigne	98/9 (Arnu Grove 2/9, Logan Roode 2/14, LJ Jansen van Rensburg 2/21)
Menlo	88/2 (Rudo Rheeders 44, Logan Roode 23*)

Menlo wen met 52 lopies (DLS-metode).

Menlopark o. 14D teen Oos-Moot o. 14B

Menlo	103 almal uit
Oos-Moot	33 almal uit

Menlo wen met 70 lopies.

GHOLF

Gholfstokke doen die praatwerk by klubkampioenskap

Verskeie redenaarsuitdunne is onlangs op Menlo-bodem gehou, maar daar is 55 Parkies wat verkies dat hulle gholfstokke die praatwerk doen. Pretoria Country Club se lowergroen baan het oudergewoonte gasheer vir Menlo se klubkampioenskap gespeel.
Hier volg die uitslae.

A-Afdeling

1. Schalk van Ettinger (wen met een hou)
2. Jean le Roux
3. Ewan Vlok

B-afdeling

1. Johannes Maas
2. Jian de Beer
3. Christiaan Koekemoer (wen op uittel)

C-afdeling

1. Tristan Campbell
2. Dorian de Jong
3. Francois vd Berg (wen op uittel)

D-afdeling

1. Kaleb Vorster
2. Kean vd Heever

Dogterafdeling

1. Amelia Coetzee

Intussen het Heino Oellerman, Lyla Hattingh en Dandré Allers hulle slag by verskeie toernooie gewys en uitstekend gevaar.

Heino wen die Gauteng North Foundation op Cullinan met 'n pragtelling van 69 (3 houe onder baansyfer).

Lyla wen die B-afdeling van die Gauteng-Noord-Dogtersope met tellings van 81 en 85, terwyl Dandré Allers gesamentlik in die o. 15-afdeling van Noordwes Gholfunie se Sandy Lane Ope (77) koning gekraai het.

Hartlik geluk aan Menlo se toegewyde afrigters o.l.v. mnr. Nico van Eeden en die talentvolle spelers.

Die Insig sien saam met Menlo-gholf na 'n opwindende seisoen uit.

MENLO-INLIGTING

DIE HOËRSKOOL MENLOPARK — EXCELSA PETAMUS

EKSTRA KLASSE

Wiskunde
Graad 8: Maandae
Graad 9: Woensdae
Graad 10: Dinsdae
Graad 11: Maandae
Graad 12: Donderdae
Inligting (tye en lokale) is by wiskunde-onderwysers beskikbaar.

Fisiese Wetenskappe
Graad 12: Maandae in D2
Graad 11: Dinsdae in H9
Graad 10: Donderdae in H10

Vraag-en-antwoordsessies:
14:10 - 15:00

TOETSROOSTERS

Raadpleeg die skool se webblad.

MENLO-SPORTWINKEL

(Sportklere, Menlo-ondersteunersdrag & Menlo-sambrele)
Kontakpersoon: Mnr. Tinus Vermaak
(082 322 6081)

1ste tot 3e kwartaal
- Maandag, Dinsdag & Donderdag: 13:30 - 14:30
- Woensdag & Vrydag: 07:00-08:00

4e kwartaal
- Maandag, Dinsdag & Donderdag: 13:45 - 14:15
- Woensdag & Vrydag: 07:15-07:45

SPORTKLERE MET KARAKTER

Kontakpersoon: Me. Estelle Velloen
(estelle.velloen@menlopark.co.za)

ED-ADMIN

- Maak asseblief seker dat u die toep op u foon installeer.
- Menlo-nuus en Menlo-kommunikasie is op die toep beskikbaar.
- Het u besonderhede dalk verander? Verander gerus self u telefoonnommer, adres of e-posadres op die toep.

MENLO-KLEREBANK

Kontakpersoon: Me. Lize Preston
(lize.preston@menlopark.co.za)
Slegs per afspraak.

BEMARKINGSKANTOOR

ALGEMEEN

- Die onderwysers se kontakbesonderhede is op die skool se webblad beskikbaar.
- Menlo is kontantloos!

WEEKLIKSE BEPLANNING

Die beplanning word weekliks op die klasgroepe geplaas. Raadpleeg gerus u kind.

MARKPLEIN

Julle is helde!

★★★★★

Baie dankie, WIRUlink. Julle is helde. Dankie dat julle die tyd geneem het om die probleem te analiseer en dit op so 'n professionele en vinnige manier op te los. Julle is ongelooflik, en ek kan julle nie genoeg bedank nie!

Reghardt

Jou BESTE Plaaslike Internet Verskaffer.

wirulink — wireless · fibre · voice · data

RUSH NETWORK | MetroFibre | DFA | VUMA | Frogfoot | openserve

Die nutsman: Cornelius Steyn

Moenie dat instandhoudingstake jou onderkry nie.

Skakel Cornelius vandag: **081 421 9233**