



# Marvelous Maids

## Voorlegging & Bekendstelling van Marvelous Maids

Ek is 'n opgeleide Huishoudkunde - onderwyseres wat my **B.Sc. Huishoudkunde-graad met lof** aan die Universiteit van Pretoria behaal het. Nadat ek my Opleiding voltooi het, het ek vir 9 jaar skool gehou in Pretoria, en later Kwa-Zulu Natal nadat my man soontoe verplaas is.

In Kwa-Zulu Natal was ek by 'n Swart Skool en het in daardie tyd te doen gekry met die "struggle" van ons land se Swart vrouens. Ek het 'n diepe deernis ontwikkel met hierdie mense wat in uiters moeilike omstandighede spook om hul kinders groot te maak. Dit het tot my deurgedring dat Swartvrouens, veral dié in landelike gebiede, **bitter min vaardighede** het om bo hul omstandighede uit te styg!

Gedurende 1999 is ons Bloemfontein toe verplaas, en het ek die geleentheid aangegryp om my te begin **bearbei in die opheffing van ons land se Swartvrouens**. Aanvanklik het ek hulle net gehelp om werk te vind as Huishulpe, maar het later 'n groot leemte raakgesien nl. die Opleiding van oulike en betroubare vrouens wie se vaardighede te min is om werk te kan kry.

As Huishoudkunde-onderwyseres was hierdie gewaarwording so in my kraal!

Ek het 'n **volledige Kookkursus** saamgestel wat aan Huishulpe al die basiese Kookvaardighede leer, asook die fynere kunsies soos Tafeldek, Spyskaartbeplanning en Garnering. Tydens die kursus leer ek aan hulle **110 Resepte** wat in enige huishouding gebruik kan word. Dit gaan ook saam met 'n goed uitgewerkte **28 Dag - Spyskaart** wat ek beplan het, volledig met 'n lys van benodighede wat die Huisvrou moet aanskaf sodat die Huishulp daagliks 'n geballanseerde bord kos op die tafel kan voorsit.

Die Vrouens was in hulle noppies hieroor en het toe versoek dat ek ook 'n **Huishoudsterkursus** aanbied waarin ek aan hul die fynere kunsies van 'n Huishouding kan leer.

Kort daarna is ek deur die **Baba-Klinieke** van Die Departement van Kindersorg en Welsyn, Medi Clinic en Posepark Hospitaal genader om 'n **Nanny-kursus** aan te bied ten einde te voorsien in die groeiende behoefte aan kwaliteit Nannies.

Die afgelope 14 jaar het ek voortdurend gegroei ten einde aan te hou voorsien in die **behoefte van beide die Werkgewer en Werknemer**.

## Wat behels die Kursusse?

Ek het die afgelope 10 + jare gewerk om my Kursusse te vervolmaak sodat ek presies kan bied wat die Werkgewers verlang. Die Inhoud van die Kursusse is uiters **volledig en Praktykgerig**, dog bied ek dit aan op 'n **eenvoudige wyse** wat selfs die mees ongeletterdes begryp. Die Handleidings is in eenvoudige en maklik verstaanbare taal geskryf, in beide Afrikaans of Engels.

## Hoe word die Kursusse aangebied?

Elke Kursusganger ontvang 'n **Lêer met volledige Notas** in Afrikaans of Engels. Hulle kan hierin Aantekeninge maak as hulle wil en dit as Riglyn in die Werksplek gebruik. **Die Kursus is egter Prakties van aard:** ek **Demonstreeer** alles wat in die handleiding beskryf word en dan kry elkeen die Geleentheid om dit wat hul geleer het **self te doen** – so sal sy bv. self die Lasagne maak, Mond-tot-mondasemhaling toepas of die bed rég opmaak. Nadat sy dit gedoen het kry sy die geleentheid om vir die ander Kursusgangers in **haar eie Taal te verduidelik** wat sy gedoen het.

Die Sukses van die Kursus lê daarin dat die Kursusgangers alles **Prakties ervaar** en in die Feit dat sy al **5 haar Sintuie gebruik:**

- ~ **Hoor en sien** as ek Demonstreeer en verduidelik,
- ~ **Doen/Voel** as sy die dinge prakties doen,
- ~ **Ruik en Proe** aan die kos as dit berei word.

Hulle leer verder deur **Herhaling/Repitisie** deurdat hulle moet kan **verduidelik** in hul eie taal wat hul geleer het, asook **hoor** as die ander dit verduidelik.

**Ek het al met groot vrug van hierdie metodes gebruik gemaak om selfs totaal ongeletterde Huishulpe suksesvol op te lei!! Verskeie Instansies het al hul Werkers na my gestuur vir Opleiding en hul reaksie daarop was uiterse lof!**

## Wat word alles by die kursus ingesluit?

- ~ 'n Volledige Gebruikersvriendelike **Handleiding** in Afrikaans of Engels.
- ~ Alle **Materiale/Bestandele** wat benodig word vir die kursus bv. alle Voedsel, Noodhulptoerusting, Skoonmaakmiddels ens.
- ~ **Tee en Koffie** vir Teetye
- ~ **Middagete**
- ~ Al die **Apparaat /Toerusting** benodig in die uitvoering van die Kursus
- ~ **Sertifikate** wat na die afloop van die Kursus aan elke Kursusganger oorhandig word.

## Koste van elke Kursus

1. Divine Domestic – R650.00
2. Classy Cooking – 3 x R680 = R 2 040.00 ('n Prysverhoging van slegs R30 p.m.)
3. Nurturing Nannie – R550.00
4. Spesiale Prys vir die kursusse op die Platteland – R2 000.00 vir al 3 kursusse!  
Aangebied oor 1 week vanaf 8h00 – 17h00

**My Bankbesonderhede is as volg:** MJ Greyling  
Absatjekrekeningnr: 1860 143 522  
Takkode: 632 005

# INHOUD VAN DIE KURSUSSE

Hier volg die Program en Inhoud van elke Kursus:



## Divine Domestix

Hierdie kursus word oor 3 Woensdae aangebied, vanaf 8h00 – 17h00.

### **PROGRAM EN INHOUD:**

~ Smaakvolle dek van 'n Tafel & Skinkbord

~ Servetvou & Blommerengskik

~ Spyskaartbeplanning

### ~ **Huiskoonmaak:**

- Beplanning van Daaglikse Werksvolgorde

- Werksrooster vir die hele Week

- **Kombuis:** Algemene Skoonmaak van die Kombuis en al die Implemente.

Werkling van 'n Skottelgoedmasjien, Mikrogolfoond.

Werkling van 'n Voedselverwerker, Koffiemasjien, Broodrooster, Elektriese Braaipan ....

Ordering van die Kombuis om werk te vergemaklik

### ~ **Daaglikse Huistake:**

- Algemene Take soos Afstof, Toilette en Baddens was, Vensters opmaak vir vars lug, Elke ding op sy plek bêre ens.

- Fyn kunsies van Bedopmaak, Toilet papier vou, , Handoeke oprol, Sepies op die beddens sit, Vars blomme in die kamers, ens.

### ~ **Weeklikse Huistake:**

- Korrekte manier om Hout- en Leermeubels te versorg, Skoonmaak van die Mikrogolfoond, Wasmasjien, Stoof, Yskaste en Koperware.

### ~ **Maandelikse Huistake:**

- Korrekte, Vinnige en Effektiewe manier van Vensters en Matte was

### ~ **Jaarlikse Huistake:**

- Spring Cleaning en Gordyne was

### ~ **Wasgoedversorging:**

- Sortering
- Klere-Etikette en betekenis van die Simbole
- Vlekverwydering
- Werkling van outomatiese Wasmasjiene & Wassiklusse
- Tuimeldroog en Sondroog
- Werkling van die Strykyster & korrekte Strykmetodes
- Korrekte manier van Ophang en Bêre
- Kaste Regpak



### ~ **Finesse & Afronding:**

- Higiëne: Persoonlik en in die Werksplek
- Veiligheid in die Huis & Belangrike Telefoonnommers
- Goeie Maniere
- Telefoonettiket
- Probleem- en Konflikhantering
- HIV & VIGS

# Die Classy Cooking Program

Hierdie kursus vind normaalweg plaas oor 3 maande. Dit bestaan uit 12 ONAFHANKLIKE lesse wat Donderdae-oggende aangebied word vanaf 8h00 – 11h30. Die Huishulpe kan dus enige tyd van die jaar inval. Kursusse op die platteland word in 1 week ingepas vanaf die Maandag 8h00 tot Vrydag 17h00.

## Les 1: Spyskaartbeplanning & Slaai

- ~ Higiëne
- ~ Smaakvolle Dek van 'n Tafel en 'n Skinkbord
- ~ Beginsels van 'n Gebalanseerde Dieet
- ~ Servetvou
- ~ Garnering
- ~ **Slaai**: Griekse slaai, Outydse Tamatieslaai, Franse Slaai, Slaaiouse

## Les 2: Vis en Vark

- ~ **Vis**: Tunaslaai, Vis in deeg, Oondgebakte Snoek, Paella, Seekos-Pizza
- ~ **Vark**: Oondgebakte Varktjops, Soet-Suur Vark, Schnitzel, Varkboud, Eisbein

## Les 3: Oranje Groente

- ~ **Wortels**: Wortelslaai, Koperpenne-Wortelslaai, Gestooftde Wortels, Soet Wortels
- ~ **Beet**: Beetslaai, Warm Beet
- ~ **Patats**: Tammeletjie Patats, Oondgebakte Patats in skil

## Les 4: Oranje Groente (vervolg) en Groen Groente

- ~ **Pampoen**: Soet Pampoen, Pampoenkoekies, Pampoen & Wortelslaai, Oondbebraaide Soetpampoen, Oondgebakte Butternut met Feta en Kruid, Gevulde Lemoenpampoentjies
- ~ **Boontjies**: Kerriebone, Driebone Slaai, Gebotterde Bone, Gestooftde Bone, Grondboontjiebotter Bone

## Les 5: Groen Groen Groente (vervolg)

- ~ **Broccoli** in Witsous, Broccolislaai
- ~ **Spinasie**: Gerroomde Spinasie, Gestooftde Spinasie
- ~ Soet **Ertjies**
- ~ **Kool**: Koolsaai, Gestooftde Kool, Blomkool met Kaassous
- ~ **Gemengde Groentegereg**

## Les 6: Hoender

- ~ Hoenderslaai, Kentucky Hoender, Vra-na-Meer, Chicken-a-la-King, Hoenderpastei, Broccoli Hoender, Oondgebakte Hoender.

## Les 7: Aartappels

- ~ Aartappelslaai, Oondgebakte Aartappels, Aartappels in foelie met Suurroom, Mash, Gebotterde Aartappels met Pietersielie, Gevulde Aartappels, Chips, "Kartoffelen", Romerige Braaivleis-aartappels, Jamie se Diepvet gebraaide Aartappels.

## Les 8: Maalvleis

- ~ Lasagne, Frikkadelle, Spaghetti Bolognaise, Bobotie, Amerikaanse Pizza, Herderspastei, Vetkoek & Mince.

## Les 9: Stysel

- ~ **Pasta**: Noedelslaai, Macaroni&Kaas, Penne Marguerita, Tuna Pasta, Spaghetti Bolognaise
- ~ **Rys**: Geurige Rysslaai, Wit rys, Bruinrys, Basmatirys, Geelrys met Rosyne
- ~ **Koring**: Stampkoring, Koringslaai

## Les 10: Skaapvleis, Mielies & Gebak

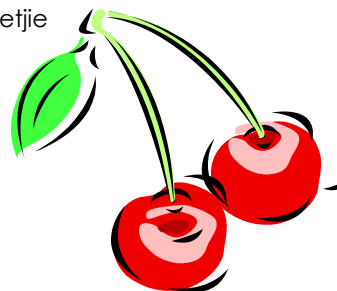
- ~ **Mielies**: Paptert, Gebraaide Bevrore Mielies, Heel Suikermielies
- ~ **Skaapvleis**: Skaapboud, Lamskerrie, Tjops, Oondgebraaide Ribbetjie
- ~ **Gebak**: Pannekoek, Plaatkoekies

## Les 11: Beesvleis

- ~ Stroganoff, Roast, Stew, Kerrie & Rys, Boerewors, Oxtail

## Les 12: Koek & Tee vir Werkgewers & Vriende:

- ~ Sjokoladekoek, Lemoenkoek, Wortelkoek, Malvapoeding, Appelkrummelpoeding, Bierbokskoek, Piesangbrood, Gesondheidsbeskuit, Lemon Meringue
- ~ 28-dag Spyskaart
- ~ Oorhandiging van Sertifikate.





# Nurturing Nannie

## Program

Hierdie propvol Dag-program word 1 x in 2 maande aangebied in klein groepe van hoogstens 10, alhoewel daar meestal omtrent 6 – 8 in die klas is. Die Kursus was oorspronklik oor 'n paar dae versprei, maar word nou op 1 dag ingepas aangesien die Mammass te veel probleme ondervind met die Versorging van die kleingoes op die dae van die kursus.

**NB: DIT IS MOONTLIK OM DIE KURSUS OP 1 DAG TE DOEN AANGESIEN ONS ALLES PRAKTIES DOEN EN NIE OP DIE TEORIE IN DIE HANDLEIDING STAAT MAAK NIE!**

### **1. Die Volledige Versorging van die pasgebore baba:**

- Badtyd, Doeke omruil, Bottelvoeding se moets en moenies, Liefde gee, Stimulasie, Veiligheid en Tekens van ongesteldheid.

### **2. Basiese Noodhulp**

### **3. Die 6 Basiese Behoeftes van kinders vanaf 3 maande - 3 jaar:**

Hierdie Afdeling word volledig bespreek vir elke stadium van die kind se Ontwikkeling.

- **Voeding** – alles vanaf Bottels tot en met 'n volledig gebalanseerde Dieet vir Kleuters. Sluit ook resepte en die maak van Prettige Kossies vir die Kleuter soos 'n Rooiworsie Mannetjie.
- **Higiëne** - alles tot en met "Potty Training"
- **Liefde gee**
- **Gesondheid en Kindersiektes** – volledige gebruikersvriendelike Handleiding
- **Veiligheid** in en om die Huis
- **Stimulasie** spesifiek gerig op elke Fase van Kinderontwikkeling in die volgende Areas:
  - Groot Motories
  - Fyn Motories
  - Gehoor & Verbaal
  - Visueel
  - Kognitief
  - Sosiaal

Dankie vir die geleentheid om jou meer te vertel van my Besigheid.

Ek hoop om spoedig van jou te hoor.

Groete.

Marna Greyling

079 891 7436 / 051 436 9306