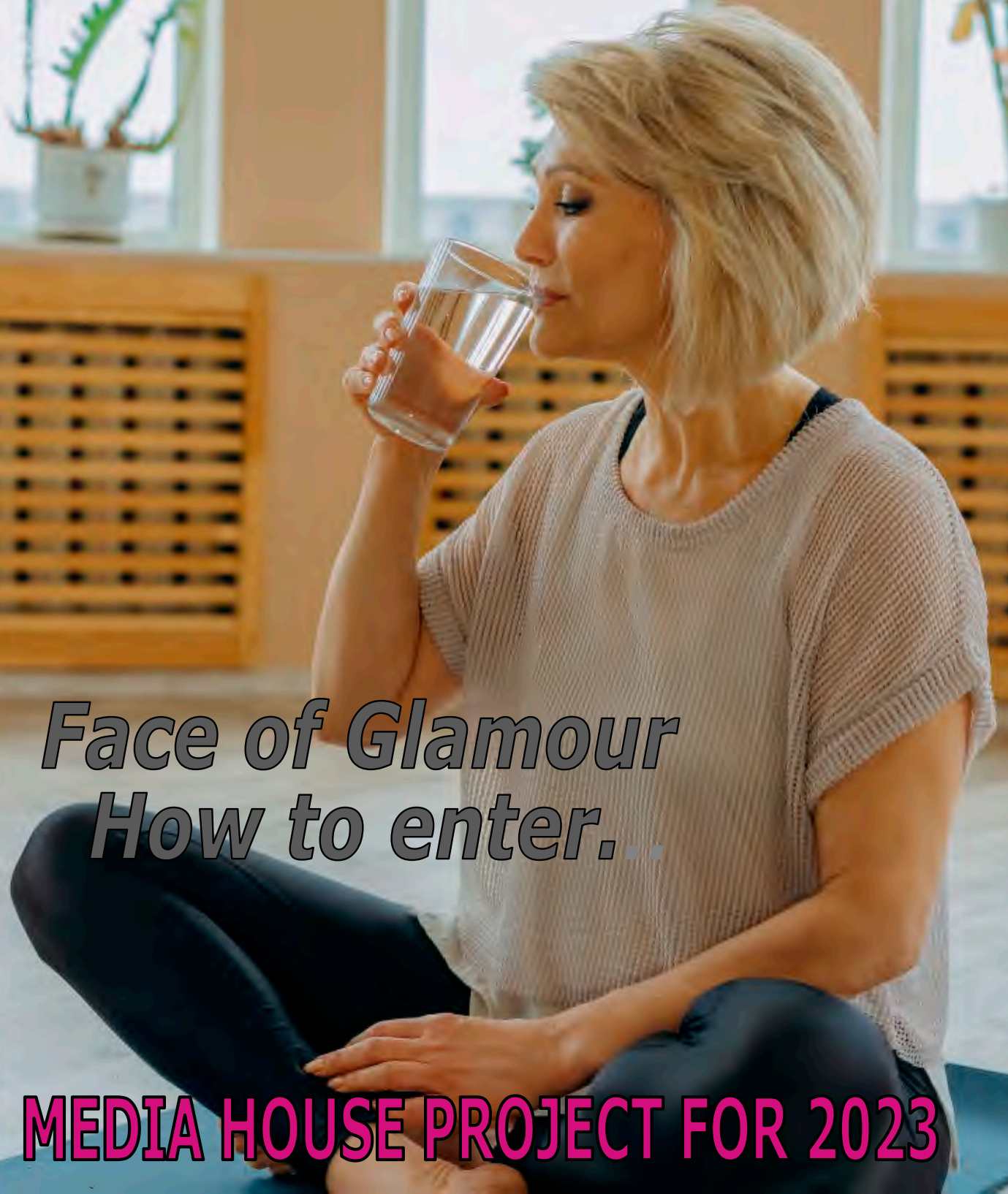


50+

ONLINE

Issue 27
August 2023



*Face of Glamour
How to enter...*

MEDIA HOUSE PROJECT FOR 2023

INDEX

CONTENT

50+

MAGAZINE / TYDSKRIF

COMMENTS:

Please send us an e-mail to admin@topvibe.co.za to share your opinion, ideas and comments.

COPYRIGHT:

Content of 50 + Magazine / Tydskrif is protected by copyright. NO part of this publication may be reproduced or used in any form whatsoever without prior settlement with the Editor.

DISCLAIMER:

The Editor or the publisher cannot be held responsible for damages or consequences of any errors or omissions neither do they stand warranty for the performance of any article, letter and / or advertisement.

The view of other writers or articles in this Magazine is not necessarily the view of the Editor.

EDITOR:

Charmaine Britz

CONTACT DETAIL:

Cell: 072 768 8582

WEBSITE:

www.topvibe.co.za

1.

50+ AMBASSADORS:

A message from our lovely Ambassadors they will bring you something new every month.

2.

ADVERTISING:

Advertise your business, products and more with us at affordable prices. For more info call 072 768 8582

3.

MEDIA HOUSE PROJECTS '23:

Please support our Media House projects for 2023. We give back to our community.

4.

WINTERTYD IS VERKOUETYD:

Cemón vertel ons oor wat jy moet doen om die winter verkoue hok te slaan bl 10 en 11

HAPPY WOMEN'S DAY 9 AUG'23



Photographer: Charmaine Janse van Rensburg
Venue: Photo Dairy & Venue

Redakteur

aan die woord

Liewe leser,

Augustus maand is die maand wat bekend staan vir sy winde. Ons vrouedag vind plaas op 9 Augustus ons nooi jou om saam te kom kuier, jy gaan dit geniet.

Het jy nou al dit reg gekry om die tydskrif af te laai?

As jy nog nie weet hoe nie stuur vir my 'n WhatsApp en ek stuur die tydskrif vir jou en jy kan dit op jou foon lees.

Ons WhatsApp nommer is 072 768 8582

"Chat" gerus met my.

Ons wil graag van jou hoor!

Seënwense vir julle mag Augustus maand julle mooi behandel, wees gelukkig en gesond.

Sterkte met die wind....

Drink baie water en probeer bietjie vrugte eet.

Liefde tot volgende keer..

Charms xox

REGULARS

1. COVER PAGE 01

Cover page Stylish lady model annonomus

2. 50+ AMBASSADORS 04

Our 50+ Ambassadors is two beautiful ladies Fredricka Storm and Cemón Snyman.

3. ADVERTS 08

Find our adverts here and please support them.

4. WOMEN'S DAY 9 AUG: 05

Join us this Women's day 9 Aug'23 sit back and enjoy the time with us.

5. BACK PAGE 20

Back page - our next issue is our September Issue

50+ Ambassadors

MY DRUPPEL INK - AUGUSTUS 2023

En so kom ons by een van die belangrikste maande van die jaar...

AUGUSTUS = MAAND VAN DIE WIND

Daar is 4 seisoene in 'n jaar... Maar ook verskillende "Seisoene" in ons elkeen se lewe. Die MAAND VAN WIND is seker die "nodigste" van almal.

Maak al jou hart se "vensters" oop en laat die "wind" jou binneste "skoon" waai. Laat ons plek maak vir die Lente met nuwe bloeisels / moontlikhede.

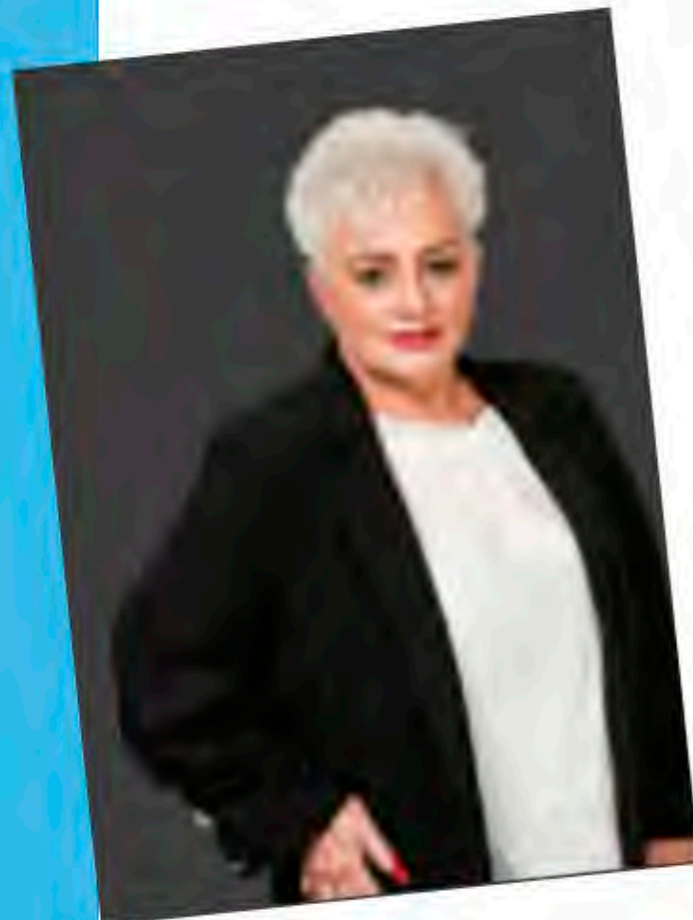
Elf (11) Maande speel ons "hide & seek" met ons hart, siel en gees. Ons gevoelens wat ons in elke moontlike hoekie van ons menswees versteek. Daar waar ons dink en hoop vir 'n oplossing. Gun jouself die geleentheid om weer skoon te kom binne jou menswees. Raak "lig" na al die bagasie uitgewaai het en jy weer die lewe vierkantig in die gesig staar en aandurf sonder opgee.

Kom ons vat hande en help mekaar deur hierdie "Winde van veranderinge" tydperk om sodoende staande te bly en te kan aangaan.

Die Lente met nuwe lewe en vooruitgang is om die draai, maar eers is dit SKOONMAAK TYD.

GROETNIS TOT ONS VOLGENDE DRUPPEL INK

Fredricka



**FREDRICKA
STORM**

Liewe Leser,

Augustus is vroue maand hier is so paar wenke.

Voorkom fyn lyntjies, plooië en ander sigbare tekens van veroudering met hierdie strategieë.

Alhoewel dit gereelde liggaamsveranderinge is, kan jy kies om die voorkoms van jou vel, hare en liggaam te verbeter. Maar jy moet ook daarop fokus om jouself gesond te hou tydens veroudering.

Al is veroudering onvermydelik, probeer om 'n paar van hierdie gewoontes in jou daaglikse roetine in te sluit om gesond te bly soos jy ouer word.

Ernstig, moenie rook nie

Rook kan jou vel vinniger verouder as wat verwag is. Die gewoonte eis 'n aansienlike tol op jou voorkoms, wat bydra tot

- Voortydige veroudering van die vel
- Gevlekte tande
- Verhoogde psoriase risiko

Lees op bl 10 en 11 verder

Groete Cemón



**CEMÓN
SNYMAN**

MEDIA HOUSE PROJECT FOR 2023

WOMEN'S DAY

9 AUG 2023

DATE: 9 AUGUST '23

VENUE:

Wine Barrel

119 Vlei Street

Stephanopark,

Vanderbijlpark

TIME: 10H00

ENTRANCE FEE: R200 p/p

Snacks (platter)

Refreshments:

Juice/Coffee/Tea etc

WELCOME DRINK

FREE GIN

FREE GIFT

Bookings Essential:

Charmaine 072 768 8582

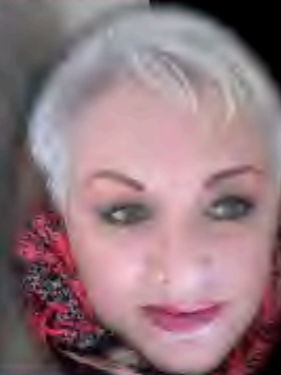
Carin 082 827 6556



MC:

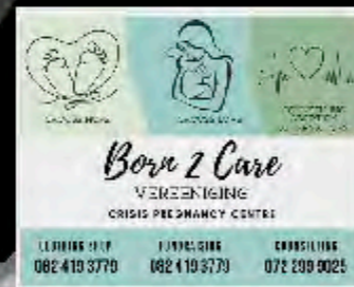
JULIEN DU PLESSIS

MRS AFRICA 2023



MOTIVATIONAL SPEAKER

FREDRICKA STORM



**CHARITY EVENT
IN AID OF**

CHARITY SKYDIVE

**MEDIA HOUSE PROJECT
072 768 8582**

**HENNETTE JUMP FOR
BORN2CARE CHARITY**

SEPTEMBER DATE WILL BE
ANNOUNCED VIA MEDIA / RADIO

**PLEASE DONATE
R100**


**Born 2 Care
Standard Bank
Branch 2843
Saving Acc: 335910939**

**Born 2 Care
VEREENIGING
CRISIS PREGNANCY CENTRE**

CLOTHING SHOP 082 419 3779	FUNDRAISING 082 419 3779	COUNSELLING 072 299 9025
-------------------------------	-----------------------------	-----------------------------

Made with PosterMyWall.com

"Advertising your business"



We will Manage your business
Facebook page
Call 072 768 8582 for more
information



The Vaal Triangle's
Preferred Choice!

STAY HEALTHY,
STAY SAFE,
STAY TUNED IN!

IFM
102.2
RADIO

3MS 41023 (01.50 per sms)
Studio: 016 857 5000
Office: 016 887 2014
Moringing:
016 887 4304 / 4404 / 4404

WhatsApp 082 651 8870 | www.ifmradio.co.za

**ORDER YOUR
COPPERBRITE TODAY**



THIS PRODUCT
IS EASY TO
USE AND LEAVES
NO RESIDUE

Copperbrite

**COPPER & BRASS
CLEANER**
CLEANS QUICKLY AND EFFECTIVELY

Sole agent in the Vaal
Charmaine 072 768 8582

CompMed Medical Aid
Services



Jan Bekker 082 881 8307

Tel: 016 932 2061
Tel: 016 932 2917
Fax: 016 932 2597
Email: bekker@compmed.co.za

148 Louis Trichardt Boulevard, SE 2, Vanderbijlpark

Voorkom fyn lyntjies.

Deur: Cemón Strydom

Voorkom fyn lyntjies, plooië en ander sigbare tekens van veroudering met hierdie strategieë.

Alhoewel dit gereelde liggaamsveranderinge is, kan jy kies om die voorkoms van jou vel, hare en liggaam te verbeter. Maar jy moet ook daarop fokus om jouself gesond te hou tydens veroudering.

Al is veroudering onvermydelik, probeer om 'n paar van hierdie gewoontes in jou daaglikse roetine in te sluit om gesond te bly soos jy ouer word.

Ernstig, moenie rook nie

Rook kan jou vel vinniger verouder as wat verwag is. Die gewoonte eis 'n aansienlike tol op jou voorkoms, wat bydra tot

- Voortydige veroudering van die vel
- Gevlekte tande
- Verhoogde psoriase risiko

Rook verhoog plooië as gevolg van gesig beweging, en dit het ook 'n vasokonstriktiewe effek, wat beteken dit verstop bloedvat sirkulasie.

Eet jou antioksidante

Antioksidante beskerm jou selle teen vrye radikale skade - stowwe wat bydra tot die aanvang van verskeie chroniese siektes, soos kardiovaskulêre siektes en kanker, sowel as voortydige veroudering, fyn lyntjies en plooië.

Die mees algemene antioksidante is vitamien C, vitamien E en beta-karoteen. As jy voedsel eet wat ryk is aan antioksidante, soos vrugte, groente en volgraan, kan jy jouself beskerm teen tekens van veroudering.

Gefermenteerde kosse soos kimchi, jogurt en suurkool is goed vir jou ingewande en verskaf 'n dosis probiotika. Probiotika is organismes wat met vertering aanhelp.

Vul aan met gefermenteerde kosse

Gefermenteerde kosse soos kimchi, jogurt en suurkool is goed vir jou ingewande en verskaf 'n dosis probiotika. Probiotika is organismes wat met vertering aanhelp.

Gefermenteerde voedsel het uitstekende antioksidante en anti-inflammatoriese eienskappe.

Skoonheidsprodukte wat met gefermenteerde ekstrakte gemaak word, soos gefermenteerde ginkgo biloba-neut of sampioenekstrak bevat, kan ook 'n verskil maak.

Kry genoeg slaap

Onvoldoende slaap word gekoppel aan 'n magdom gesondheidsprobleme, soos:

- Depressie
- Angs
- Hartsiekte
- Hoë bloeddruk
- Kanker
- Tipe 2-diabetes
- Demensie

Saam met hierdie gesondheidsprobleme kan nie genoeg slaap jou brein met drie tot vyf jaar verouder. Maak seker jy raak vinnig aan die slaap om 'n goeie nagrus te kry.

Vul gesonde vette aan

Dit is noodsaaklik om jou hart gesond te hou wanneer dit by veroudering kom. Jou hart en bloedvate verander soos jy ouer word, wat jou risiko vir hartsiektes verhoog.

Een van die maniere waarop jy jou hart kan beskerm, is deur kos te eet wat ryk is aan gesonde vette. Dit sal die risiko van stolling verminder, bloedvatfunksie verbeter en bloeddruk verlaag.

Maak oefening 'n prioriteit

Ons weet almal hoe belangrik oefening vir ons gesondheid is, maar die handhawing van 'n konsekwente fiksheidsroetine kan vir sommige van ons ontwykend wees.

Een sleutel om konsekwent te oefen is om 'n aktiwiteit te vind wat jy geniet (en nie vrees nie), so soek na iets wat jou opgewonde maak.

Afskilfer op die regte manier

Afskilfering met korrels of chemiese afskilfering is 'n goeie versorgstrategie om dooie vel af te veeg en 'n gladder gelaat daaronder te openbaar. Maar dit is noodsaaklik om te verseker dat jy nie jou gesig vererger nie.

Raak ernstig oor sonskerm

Veilige sonpraktyke help jou om plooië en donker kolle te vermy, maar daar is ander voordele.

Trouens, om nie ywerig te wees om sonskerm aan te smeer nie, kan ernstige gevolge hê. Blootstelling aan die son se ultraviolet (UV) strale kan jou risiko verhoog om velkanker te ontwikkel. Maar as jy sonskerm dra terwyl jy buite is, beskerm jy jou vel teen skadelike UV-strale.

Maak seker dat jy 'n SPF van ten minste 30 dra op areas van die vel wat jou klere nie bedek nie.

Vitamien C

'n Aktuele vitamien C is baie belangriker vir die voorkoming van plooië as orale vitamien C, daarom kan 'n Vitamien C-serum meer opvallende voordele bied en hou verskeie voordele in:

- Vertraag die tekens van veroudering
- Verminder plooië, donker kolle en aknee
- Voorkom sonskade
- Bevat antioksidante
- Daaglikse gebruik van vitamien C kan oor drie weke die voorkoms van plooië en veltekstuur op die gesig en nek verbeter.



Deur: Cemón Strydom

Face of Glamour.

Do you think you have what it takes to be the Face of Glamour Talk Magazine.?

Yes, I think so!

What to expect?

Should you become the Face of the magazine you have the following duties to perform.

1. Be part of all our charity events.
2. Write an monthly artical for the magazine.

You will be on the Cover page of the magazine with an artical in the magazine.

Good luck looking forward to have you onboard.

Enter today!!!

Call me on 072 768 8582



**Entries Close
31 Oct 2023**



Face of Glamour Talk Magazine 2023. Photogenic & Cover Model Competition.

**Entry Fee:
R150 (main)**

**R30 per Extra
category**

Photo/ Name/Surname.....
Age..... Contact Nr:.....
Email:.....
Parents/Guardian:.....
POPI Act: I.....give the magazine permission to use my/
childs photo. Signature:.....
Male & Female age groups: 2-3..... 4-5.....6-7.....8-10.....11-13.....
14-16.....17-18.....19+..... Mrs..... Mr.....
Categories: Pose..... Fashion.....Black & White.....

All entries must be completed with payment to reach us before the closing date / NO late entries. Panel of Judges. Judges decision is final.



072 768 8582



admin@topvibe.co.za

Mail your entry form, proof of payment and photo to us..

Bank details:

C.T. Smuts

Capitec Sav acc

Acc: 1355 32 8487

Ref : F of Glamour

WARM WATER - HELP VIR.....

WARM WATER

DEEL DIT ASSEBLIEF MET FAMILIE EN VRIENDE,
DIT IS BAIE BELANGRIK EN KAN IEMAND SE
LEWE RED.

Dokters het bevestig dat warm water 100%
effektief is om gesondheidsprobleme op te los,
soos:

- 1 Migraine
- 2 Hoë bloeddruk
- 3 Lae bloeddruk
- 4 Pyn aan gewrigte
- 5 Skielike toename en afname in hartklop
- 6 Epilepsie
- 7 Toenemende vlak van cholesterol
- 8 Hoes
- 9 Liggaamlike ongemak
- 10 Golu pyn
- 11 Asma
- 12 Hoes hoes
- 13 Blokkering van are
- 14 Siekte wat verband hou met baarmoeder en urine
- 15 Maagprobleme
- 16 Swak eetlus
- 17 Ook alle siektes wat verband hou met die oë, oor en keel.
- 18 Hoofpyn

HOE OM WARM WATER TE GEBRUIK

Staan vroegoggend op en drink ongeveer 2 glase warm water as die maag leeg is. U kan dalk nie aan die begin 2 glase maak nie, maar stadigaan sal u dit doen.

OPMERKING:

MOET NIE 45 minute eet nadat u die water geneem het nie.

Die warmwater terapie sal die gesondheidsprobleme binne ñ redelike tydperk oplos.

KOUE WATER IS SLEG VIR JOU !!!

As koue water u nie op jong ouderdom beïnvloed nie, sal dit u op ou ouderdom benadeel.

* Koue water sluit 4 are van die hart en veroorsaak ñ hartaanval. Koeldrank is die hoofrede vir ñ hartaanval.

* Dit skep ook probleme in die lewer. Dit maak vet vas aan die lewer. Die meeste mense wat op leweroorplanting wag, is die slagoffers van drinkwater in koue water.

* Koue water beïnvloed die binnemure van die maag. Dit beïnvloed die dikderm en lei tot kanker.



Questions!

Questions for sleep time

Why doesn't Tarzan have a beard when he lives in the jungle without a razor?

Why do we press harder on a remote control when we know the batteries are flat?

Why do banks charge a fee on 'insufficient funds' when they know there is not enough?

Why do Kamikaze pilots wear helmets?

Why does someone believe you when you say there are four billion stars, but check when you say the paint is wet?

Whose idea was it to put an 'S' in the word 'lisp'?

What is the speed of darkness?

Why is it that people say they 'slept like a baby' when babies wake up every two hours?

If the temperature is zero outside today and it's going to be twice as cold tomorrow, how cold will it be?

Do married people live longer than single ones or does it only seem longer?

How is it that we put man on the moon before we figured out it would be a good idea to put wheels on luggage?

Why do people pay to go up tall buildings and then put money in binoculars to look at things on the ground?

Did you ever stop and wonder.....
Who was the first person to look at a cow and say, 'I think I'll squeeze these pink dangly things here, and drink whatever comes out?'

Who was the first person to say, 'See that chicken there... I'm gonna eat the next thing that comes outta it's bum.'

Why do toasters always have a setting so high that could burn the toast to a horrible crisp, which no decent human being would eat?

Why is there a light in the fridge and not in the freezer?

Why do people point to their wrist when asking for the time, but don't point to their bum when they ask where the bathroom is?

Why does your Gynaecologist leave the room when you get undressed if they are going to look up there anyway?

Why does Goofy stand erect while Pluto remains on all fours? They're both dogs!

If quizzes are quizzical, what are tests?

If corn oil is made from corn, and vegetable oil is made from vegetables, then what is baby oil made from?

If electricity comes from electrons, does morality come from morons?

Why do the Alphabet song and Twinkle, Twinkle Little Star have the same tune? Stop singing and read on.....

Did you ever notice that when you blow in a dog's face, he gets mad at you, but when you take him on a car ride, he sticks his head out the window?

Does pushing the elevator button more than once make it arrive faster?



Seun neem sy Pa na 'n restaurant

'n Seun het sy pa na 'n restaurant geneem om 'n heerlike aandete te geniet. Sy Vader was reeds 'n mooi ou man, en daarom ook 'n bietjie swak. Terwyl hy geëet het, het daar van tyd tot tyd 'n bietjie kos op sy hemp en sy broek geval. Die ander eters het die ou man dopgehou met hul gesigte wat deur die walging verwring is, maar sy seun het heeltemal kalm gebly.

Sodra albei ouens klaar geëet het, het die seun, sonder om 'n bietjie skaam te wees, (met absolute gemoedsrus gehelp) gehelp om sy pa toilet toe te neem.

Hy het sy oorskiet van sy verrimpelde gesig skoongemaak, en probeer om die vlekke kos uit sy klere te was; het sy hare liefdevol grys gekam en uiteindelik sy pa se bril skoongemaak.

Op pad uit die toilet het 'n diep stilte in die restaurant geheers. Niemand kon verstaan hoe dit is dat iemand die belaglike op so 'n manier kan doen nie.

Die Seun sou die rekening betaal, maar voor jy vertrek, het 'n man, ook van gevorderde ouderdom, uit die alle etes opgestaan en vir die seun van die ou man gevra: "Dink jy nie jy het iets hier gelos nie? "

Antwoord die jong man: "Nee, ek het niks gemis nie". Toe sê die vreemdeling vir hom: "Ja, jy het iets gelos!

Jy het 'n baie belangrike les vir elke kind hier gelaat, en 'n hoop vir elke pa!" Die hele restaurant was so stil, jy kon 'n speld hoor val.

Een van die grootste eerbewyse wat bestaan, is om te kan sorg vir daardie ouer volwassenes wat ook vir ons omgee het. Ons ouers, en al daardie bejaardes wat hul

lewens opgeoffer het, met al hul tyd, geld en moeite.

Hulle verdien ons grootste respek. As jy ook respek vir ouer volwassenes voel, deel hierdie storie met al jou vriende.

Met dank: Afrikaanse Musiek.



MAGAZINE

MEDIA HOUSE



NEXT ISSUE SEPTEMBER 2023

TO DOWNLOAD GO TO WWW.TOPVIBE.CO.ZA