

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Saamgestel deur Cornelia



Baba- & Kleuterversorging.....	1
Bak en Brou.....	1
Asyn & Gebruike.....	1
Brood.....	2
Eiers.....	2
Groente:.....	3
Aartappels.....	3
Beet.....	3
Blomkool.....	3
Knoffel.....	3
Pampoer.....	4
Patats.....	4
Radyse.....	4
Tamaties.....	4
Slaaikoppe.....	4
Uie.....	4
Grondboontjebotter.....	4
Kaas.....	4
Koffie.....	4
Koek & Koekies.....	4
Koeksoda & Gebruike.....	5
Kookolie.....	5
Kastrol.....	5
Noedels.....	5
Room.....	6
Roomys.....	6
Rys.....	6
Sout & Gebruike.....	6
Suiker.....	7
Vis.....	7
Vleis.....	7
Vrugte:.....	8
Appels:.....	8
Druwe.....	8
Pere:.....	8
Piesangs.....	8
Pynappel.....	8
Suurlemoen & Gebruike.....	8
Wyn.....	9
Blomme & Tuinmaak.....	9
Angeliere.....	10
Bespaar water.....	10
Insekdoder vir tuin.....	10
Kunsblomme.....	10
Roes op plante.....	10
Rose.....	10
Varings.....	10
Varshou.....	10
Vinke.....	10
Elektrisiteits- & -Besparing.....	10
Ketels.....	11
Gloeilampe.....	11
Mikrogolfoond.....	11
Stofsuier.....	11
Stoof & Oond.....	11
Verwarmer.....	12
Vrieskaste.....	12

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Huishouding – Algemeen & Skoonmaak.....	12
Besem	12
Boeke	12
Bleikmiddel	12
Coke kan ook gebruik word vir.....	12
Etiket, Plakkers (Stickers)	13
Geskenkpapier, Foto's & Koeverte:.....	13
Glasware & Bottels	13
Gom	13
Houtvloere	14
Juwele	14
Kaggel	14
Kerse.....	14
Koper.....	14
Kougom	14
Krane.....	14
Matte	14
Messe.....	15
Meubels	15
Leersitkamerstelle	15
Meubel politoer	15
Hout	15
Ivoor	15
Rotangstoel	15
Muurpapier.....	15
Plastiekware	15
Rasper.....	15
Rekkies.....	16
Reuke	16
Slegte asem	16
Mikrogolfoond	16
Riool & Toilette	16
Sigarette	16
Urinereuke - Honde en katte	17
Verf	17
Vullisblik	17
Yskasreuke	17
Skêre.....	17
Skroefdroppe	17
Spieëls.....	17
Staalwol	17
Teëls	17
Tregter.....	17
Vensters	17
Vlekke.....	18
Aanpaksels.....	18
Baddens	18
Beet.....	18
Bier	18
Bloed	18
Braaipan	18
Brasso	18
Gras	18
Handdoeke.....	18
Ink.....	19
Klere.....	19
Kraag.....	19
Kryt	19
Koppies	19
Kougom.....	19
Linne	19
Lipstiffie.....	19
Marmervlekke	19
Matte	19
Olie & Vetkolle.....	20
Pampoer	20
Plafonne	20
Roes.....	20
Sigarette	20
Strykyster.....	20
Sweet	20
Tee	20
Teer.....	21
Toilet	21
Vlekvrystaal	21
Vrugtevlekke	21
Water.....	21
Wyn.....	21
Vuurmaak	21
Was	21
Skottelgoed	21

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Wasgoed	22
Warmwatersak	23
Insekte & peste	23
Borsluise & vlooië	24
Kakkerlakke	24
Kriek	24
Miere	24
Miet	25
Motte	25
Molle	25
Muise	25
Muskiete	25
Slakke	26
Spinnerakke	26
Termiete	26
Vlieë	26
Vlermuise	26
Vrugtevlieë	26
Motorvoertuig	26
Batterie	26
Brandstofbesparing	26
Noodhulp en Algemene Mediese Raad	27
Ambeie	27
Aknee & puisies	27
Artritus & Gewigspyne	27
Bedsere	28
Belangrike Mediese Tellings om te Onthou	28
Blaas	28
Blaas op hakskeen	28
Bloukol & kneusplekke	28
Bloed	28
Bloedarmoede	28
Bloedvergiftiging en swere	28
Bloedvint	29
Neusbloei	29
Snywonde:	30
Brandwonde	30
Doring	30
Eelte	30
Ekseem	31
Gal	31
Galstene	31
Griep & Verkoues	31
Borskwale	31
Hoes	32
Kroep	32
Seerkeel	32
Sinus	32
Hik	32
Hoofpyn	33
Insekte	33
Borsluis- & Vlooibyt	33
Bysteek	33
Kopluise	33
Muskietbyt	33
Keel	33
Koors	33
Krampe	34
Lennon se produkte is goed vir:	34
Maag	34
Diarree	34
Hardlywigheid	34
Krampe	34
Sooibrand	35
Winde	35
Melkkoors & Borsvoeding	35
Moegheid	35
Mond	35
Koorsblare	35
Spoei	35
Naarheid	36
Neus	36
Oë	36
Omlope	36
Ore	36
Skok	36
Slaaploosheid	36
Sooibrand	37
Sonbrand	37
Spiere	37
Verstuiting	37

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Swelling	37
Tande	37
Vergiftiging	38
Vratjies	38
Wintershande en Atleetsvoete	38
Onderhoud In en Om die Huis	39
Boor	39
Klammigheid	39
Muf	39
Leer ("Ladder")	39
Roes	39
Slotte	39
Skaniere	40
Spykers	40
Teëls	40
Verf	40
Persoonlike Versorging	40
Bad	40
Elmboë	41
Haarversorging	41
Skilfers	41
Kamme & Borsels	41
Skeer	41
Hande	41
Naels	42
Mond	42
Kunstande	42
Tande	43
Slegte asem	43
Oë	43
Vel	43
Voete	43
Liddorings	44
Skoene	44
Troeteldiere	44
Veiligheid - Algemeen	45
Hysbakveiligheid	45
Kinderveiligheid	45
Supermarkveiligheid	45
Straatveiligheid	45
Vervoerveiligheid	46
Verbruikers- en Finansiëlewenke	46
Aankopersreg	47
Uitverkopingsbedrog	47
Banke	47
Waterbesparing	47
Wys my hoe om	48
Waar kom die wenke vandaan?	50



BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Baba- & Kleutersorging

- As baba se boutjies brand of 'n rooi uitslag het dan smeer jy elke keer wat jy die doeke omdraai die boutjies met magnesia.
- As daar aanpaksel op baba se tong is, dan vee jy die tong met lanferlappie gedoop in flou tee so 3 keer per dag.
- As jou kind iets soos 'n voorwerp in die neusgat ingedruk het en dit sit vas, moet jy die oop neusgat toedruk en sommer hard in die kind se mond inblaas en die voorwerp hoort uit te spring.
- In plaas van baba se lyfpoeier smeer Maizena dik aan die boudjies. Hou aan tot dit gesond is.
- Kliits die wit van 'n eier en smeer liggies aan die boutjies en gooi dan Maizena oor.
- Maak 'n oplossing van 1 teelepel koeksoda in 1 koppie water en vee die boudjies met 'n watte wat in die oplossing gedoop is.
- Om koors te breek, gooi twee koppies bruin asyn in baie lou badwater en spons kind aanhoudend af. Kan net so effektief wees om mee te sponsbad in die bed as kind te siek is om in die bad te sit.
- Smeer heuning op baba se tandvleisies as dit tandekry tyd is, dit help om die seer te doof en hou die baba kalm.
- Smeer roulynolie aan brandboudjies.
- Voeg vier teelepels heuning in baba se waterbottel. Dit help dit om baba meer rustig en kalm te hou en dit bevat baie multivitamiene. As baba se magie te sag werk, verminder die heuning met so halwe teelepel. As die magie hard is, vermeerder met so halwe teelepel.

Bak en Brou

- 'n Knippie kaneel verleen 'n pikante smaak aan kakao.
- As jy toffie lekkers of fudge maak, giet die warm mengsel in plastiek ysbakkies wat vooraf met margarien gesmeer is. Nadat die gestol het het jy dieselfde hap grootte blokkies!
- Bedek die bak van n kombuis skaal met kleefplastiek voordat jy die bestandele daarop weeg. Die bak bly skoon en jy hoef dit nie te was nie!
- Draai 'n pypskoonmaker om 'n sousbottel se nek. Dit sal verhinder dat die sous teen die bottel afloop en die tafeldoek vlek.
- Draai kosse wat gestoor moet word baie styf toe in foelie & draai kosse liggies toe wat opgewarm moet word.
- Gooi 'n stukkie botter in vla - dit voorkom dat dit 'n velletjie maak.
- Gooi 'n klein bietjie koeksoda of suurlemoensap by om jellie vinniger te laat stol.
- Hou altyd 'n houertafelsout gereed by die stoof, sou die pan met vet of olie vlam vat kan jy dit smoor deur sout daaroor te gooi.
- Hou kos vir 'n groot onthaal warm op asbesverwarmers. Verwyder die pote en plaas die verwarmers horisontaal op bakstene.
- Melk sal nie oorkook nie as 'n albaster in die melkkastrol geplaas word.
- Moenie die oorskiet wyn wat oorbly weggooi nie. Vries dit in blokkies en gebruik in disse en souse.
- Om die vet van sop af te skei, gooi die sop deur 'n doek wat goed natgemaak is in koue water.
- Om oorskiet pizza op te warm, sit dit bo-op die stoof in 'n nie-kleefbare pan en maak warm op lae hitte.
- Raak ontslae van sterk en onaangename kosreuke wat aan 'n kerfplank kleef deur dit met 'n halwe pomelo of suurlemoen te vryf en dan af te spoel.
- Voeg 'n bietjie asyn of witwyn by pannekoekdeeg om te verhoed dat dit taai word.
- Voeg 'n avokadopeer by 'n bredie net voordat u dit opskep, dit gee die bredie 'n heerlike smaak.
- Wanneer jou mond brand as gevolg van warm kosse soos kerrie eet, kan jy brood of seldery eet of drink melk - moet glad nie water drink nie.
- Wanneer warm vloeistof in 'n fles gegooi word, plaas 'n mes onder in die fles om te voorkom dat dit bars.

Asyn & Gebruike

- 'n Paar druppels asyn by skoenpolitoer wat hard geword het, maak dit weer sag.
- 'n Verfkwas met harde hare kan 30 minute lank geprut word in kokende asyn en agterna gewas word met skottelgoedwasmiddel.
- 'n Bietjie asyn in die olie, verhoud dat vleis wat in krummels gerol is, gou vasbrand in die pan.
- 'n Lepel asyn in die water wanneer jy 'n eier posjeer keer dat die wit versprei.
- 'n Paar bakkies vol asyn in die vertrek keer ook dat die rook intrek in meubels.
- Aanpaksels aan 'n ketel se element kan verwyder word deur te kook met asyn
- Asyn en koeksoda maak vir 'n baie goeie bleikmiddel, ontsmettingsmiddel (disinfectant) en werk beter as Handy-Andy.
- Asyn en sout aan vleis gesmeer, sal verhoed dat dit gou bederf en vleis sag te maak.
- Asyn en warm water kan ontslae raak van 'n mierplaag.
- Biervlekke kan uit 'n mat verwyder word deur dit met witasyn te vryf.
- Citrus Soda en asyn maak 'n aangebrande pot sommer vinnig skoon!
- Die vel van tong sal maklik aftrek indien daar asyn by die water waarin dit kook gegooi word.
- Gebruik een deel asyn met twee dele lyn-olie in 'n spuitbottel. Skud goed en spuit en smeer en poleer aan soos meubelpolitoer.
- Gooi 'n bietjie asyn en suiker by uie wat gesmoor word. Dit sal 'n lieflike ligbruin kleur en 'n aangename geur aan die uie verleen.
- Gooi bietjie asyn by olie waarin vis gebraai word. Die vis absorbeer minder olie.
- Gooi asyn by vleis om dit sag te maak.
- Handdoeke wat hard uit die was kom - veral in brak water - word sag gemaak deur die handdoeke in warm water met seep en ongeveer 'n handvol sout by (los die sout op in die water) gegooi is. Moet nie versagter gebruik nie. Spoel die seep goed uit. Spoel weer maar gooi so 3 eetlepels wit asyn in die laaste uitspoelwater.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Hou jou wit klere wit deur dit in 5 liter water en 1 koppie asyn te week.
- Indien jy hardnekkige watervlekke in 'n beker of houër het – Vul houër met asyn en laat staan 'n paar uur en verwyder dan met 'n skuursponsie. (Asyn kan oor en oor gebruik word vir die doel)
- Klein geroeste artikels kan 'n paar dae in asyn gelê word om die roes te verwyder.
- Maak 'n ou kous klam met 25ml asyn en 20ml lou water en vryf spieëls blink daarmee.
- Maak 'n pasta van asyn en koeksoda en vryf dit aan die kraag om sweetmerke te verwyder.
- Maak jou stoof skoon met 'n mengsel van sout en asyn.
- Maak juweliersware skoon deur dit oornag te week in 'n mengsel van koeksoda en asyn. Indien nodig, skrop liggies met 'n ou tandeborsel. Dit verwyder alle vuilighede sonder om die stene, goud of silver te beskadig.
Week pêrels slegs sowat 'n uur. Moenie pêrels oornag week nie.
- Meng lou water met 'n handvol sout en 60ml asyn. Borsel matte met mengsel. Dit bring die kleur weer mooi na vore.
- 'n Teelepel bruinsuiker gedoop in asyn neem ook hik weg.
- Neem houertjies en gooi asyn daarin, as dit kan, hoe sterker die asyn hoe beter [met ander woorde die persentasie asyn wat op die bottle staan] plaas dit nou oral rond, in die somermaande plaas ek 'n bakkie voor die waaier en dit vul die vertrek totaal. Dit verfris die vertrek en hou miskiete en vlieë weg.
- Om glans terug te bring in kristalglase – gooi 'n paar druppels ammonia in die was water en spoel af in asyn water.
- Om hoerdervleis sag en sappig te hou, gooi 'n koppie asyn oor voordat dit gaargemaak word.
- Skrop muwwerige panne wat roes skoon met asyn en laat droog word in die son.
- Smeer dadelik asyn aan brandwond – dit neem brand weg en keer blase.
- Smeer 'n bietjie asyn op 'n bysteek nadat die angel afgekrap is – dit neem die brand weg.
- Stop 'n skoon vloerlap in 'n plastiek groentesakkie en was jou matte daarmee. Verwyder kolle op 'n mat met 1 deel witasyn en 3 dele water. Wit asyn haal ook bloed en rooiwynvlekke uit matte uit.
- Verwyder verfkolle op vensters met asyn.
- Verwyder visreuk van eetgerei deur dit in asynwater af te spoel.
- Voeg 'n bietjie asyn by pannekoekdeeg om te verhoed dat dit taai word.
- Voeg asyn by uitspoelwater van gordyne. Dit sal verhinder dat stof maklik aan gordyne vaskleef.
- Voeg bietjie asyn by die water as jy eiers kook. Dit keer dat die eiers bars.
- Voeg twee eetlepels asyn by die water vir silwerskoon vensters.
- Voordat 'n nuwe pan gebruik word, kook 'n bietjie skoon asyn vir 'n paar minute daarin. Sal ook voorkom dat vasbrand.
- Vryf Koperware blink met sout en asynmengsel.
- Vuil mikrogolf oond - Verhit 'n 125ml asyn in die mikrogolf (nie nodig om te kook nie). Die asyn maak al die vetterigheid los. Vee mikrogolf met sagte lap uit.
- Vul met helfte wit asyn en helfte water. Stoom die strykyster tot die tenk skoon is. Hervul met skoon water en stoom weer die tenk leeg.
- Vul nuwe ketel met helfte wit asyn en helfte water. Kook en laat oornag staan. Spoel die volgende dag uit met skoon water. Dit voorkom verkalking.

Brood

- As jy vleisbraai en die brood is klaar – bak vinnig 'n broodjie deur 500g bruismeel met een blikkie bier en voeg 'n teelepel sout by. Meng alles saam en bak in ysterpot oor die kole of in die oond.
- Braaibrood op die rooster is geneig om op te krul en die vulsel val dan uit. Bind net oorkruis vas met 'n stukkie gare en die brood sal sy vulsel hou. Die gare sal nie brand nie.
- Doop ou brood in water en bak dit dan weer in die oond. Dit sal vars smaak.
- Indien die hout broodbord kromgetrek is, plaas dit op 'n plat oppervlakte met 'n klam doek bo-op vir ten minste 24 uur.
- 'n Halwe aartappel in die blik hou brood vars.
- 'n Stuk brood in die houër oornag maak bruinsuiker wat hard geword het weer sag.
- Plaas 'n koppie water in die mikrogolfoond as jy gevriesde brood, beskuit, pannekoek of muffins ontdooi. (Die vog sal verhoed dat die kos uitdroog.)
- Plaas 'n pakkie sout in die broodblik om jou brood vars te hou.

Eiers

- As jy 'n gekookte eier se dop oopgesny het en dis nog te rou na jou sin, plaas die afgesnyde deel terug en bedek die hele eier met kleefplastiek. Sit dit terug in die kookwater en kook dit verder.
- As jy die eier oopbreek om dit gaar te maak, gooi dit altyd eers in 'n piering anders kan jy dalk die ander eiers in die pan bederf as hy sleg is.
- As jy eiers oopbreek en die eierwit en eiergeel loop dadelik dan is die eiers nie baie vars nie.
- As jy koek bak en jy sit dalk sonder eiers, gebruik asyn. 1 teelepel asyn is die ekwivalent van 1 eier. Veral belangrik as jy 'n cholesterolvrye dieet volg.
- Bêre eiergeel in 'n koppie in die yskas en bedek met koue water om te keer dat 'n skil vorm. Gebruik binne vier dae.
- Die kleur van die eier het nie noodwendig 'n negatiewe uitwerking nie.
- Dop gekookte eiers dadelik af om te keer dat 'n swart ring om die eiergeel vorm.
- Eiers by langer vars as hulle by 'n temperatuur van 5°C en by 'n vog gehalte van 70% tot 80% bewaar word.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Gebruik mayonnaise om oor pasteie te smeer: Dit bevat ook eiers en so spaar jy 'n eier.
- Gebruik natuurlike produkte om Paas-eiers te kleur.
Beet – Rooi
Saffron – Geel
Spinasie sap – Groen
- Geklitste eiers met 'n knippie sout kan vir drie maande gevries word.
- Gooi gekookte eiergeel in 'n 'zip-lock' sakkie. Seël sakkie en druk fyn. Gooi ander bestanddele by en meng goed. Sny nou die punt van die sakkie stukkend. Druk die inhoud by die gaatjie uit. Gooi dan die sakkie weg.
- Kyk wanneer is hulle verval datum – Januarie word byvoorbeeld aangedui as 001 en Desember as 365.
- Maak seker die eiers is op 'n koel plek as jy dit aankoop – dit voorkom dat organismes groei.
- Moenie gekraakte of vuil eiers koop nie.
- Moet nooit 'n eier in die dop in 'n mikrogolf kook nie, want dit sal ontplof.
- 'n Gekraakte eier bly bruikbaar as jy die kraak met botter verseël en die eier dan kook.
- 'n Lepel asyn in die water wanneer jy 'n eier posjeer keer dat die wit versprei.
- Om eiers langer te laat hou meng jy 400g ongebluste kalk met 6 liter water en plaas die eiers daarin.
- Om te keer dat eiers bars wanneer jy dit kook, sit 'n speld of teelepels in die kastrol.
- Om te toets of 'n eier vars is, sit dit in 'n maatbeker met 600ml water.
As die eier baie vars is, sal dit op die sykant op die bodem lê.
- Sny hardgekookte eiers deur met mes wat in water gedoop is en die eiergele sal nie breek nie.
- Vir lekkerder roereiers of omelette, klits suurroom, roomkaas of room by.
- Voeg bietjie asyn by die water as jy eiers kook. Dit keer dat die eiers bars.
- Wanneer jy eiers bak, sprinkel 'n bietjie sout of meel oor die olie voordat hy die eier in die pan breek.
Die eier sal dan nie aan die boom van die pan vassit nie.

Groente:

- Om groente gouer te laat sag kook, voeg 'n teelepels suiker by terwyl dit kook.
- Om groente langer vars te hou, draai dit in waspapier toe voordat dit in die yskas gebêre word.
- Week bone, stampielies en ander soortgelyke droë kos oornag. Dit sal tyd, geld en ure se kookwerk bespaar.

Aartappels

- 'n Bietjie melkpoeier maak die aartappels ook mooi donsig.
- 'n Gerasperde ui gee 'n besonderse smaak aan kapokaartappels.
- Aartappels braai baie mooi bruin as dit eers in meel gerol word.
- Giet slaaisous oor terwyl die aartappels nog lou is en dit trek in die aartappels in.
- Gooi 5ml melk in 'n kastrol waarin jy aartappels kook. Dit voorkom dat dit kleur verloor.
- Kapokaartappels is lig en sag as 'n knippie bakpoeier bygevoeg word.
- Kook aartappels in twee dele melk en een deel water om dit smaakliker te maak.
- Laat aartappels vir 30 minute in melk lê om mooi bruin te bak.
- Om te verhoed dat aartappels uitloop plaas jy 'n vars groen appel by dit.
- Voeg 'n bietjie gerasperde suurlemoenskil by aartappelslaai vir 'n pikante smaak.
- Voeg eelepels asyn by olie waarin aartappelskyfies gebak word. Dit maak skyfies bros en die olie skuim nie.
- Voeg 'n vleisekstrablokkie in die olie waarin aartappelskyfies gebak word vir 'n heerlike geur.
- Voeg suurlemoensap by die water as jy 'n aartappel met skil en al kook. Die aartappel sal wit wees en jou potte sonder vlekke.

Beet

- As die beetvlek op 'n kledingstuk is, gooi 'n bietjie melk op die vlek en laat week in koue soutwater. Was dan in warm seepwater.
- Om beetvlek op 'n mat te verwyder gebruik gliserien met 'n spons in te vryf en dit dan met warm seepwater te was.
- 'n Eelepels asyn by die water sal beet gou laat sag kook.
- Om te verhoed dat beet oorkook, voeg 'n mespunt botter by.

Blomkool

- Kook blomkool in melk en plaas van water om die smaak te verbeter. Die melk kan dan vir die witsous gebruik word.
- Sit 'n stukkie suurlemoenskil of bietjie suurlemoensap in die water as jy blomkool kook. Dit hou die blomkool mooi wit.

Knoffel

- As jy 'n sterk knoffelsmaak in jou gereg wil hê, gooi dit aan die einde van die gaarmaakproses in.
Vir 'n minder sterker smaak, gooi die knoffel aan die begin in.
- Om knoffelasem te verwyder, kou vars mint, pietersielie of seldery.
- Sny knoffel fyn en gooi in kookolie in klein houertjies. Kan baie klank so in yskas gebêre word.
Die olie kan agterna weer gebruik word wat klaar knoffel geur het.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Pampoen

- Om 'n gesnyde pampoen vars te hou, verwyder die pitte en bedek die binnekant met 'n lagie koeksoda.
- Om te verhoed dat die hande vlek wanneer pampoen geskil word, smeer die hande vooraf met bietjie botter of vet.

Patats

- Stowe patats kry 'n mooi kleur as 'n mespunt koeksoda bygevoeg word terwyl dit kook.

Radyse

- Skud radyse in 'n fles vol water om hulle deeglik te was.

Tamaties

- As tamatie- en uie moes gemaak word vir braaivleis of ander geregte, gooi 'n kwart koppie melk op die end by en roer goed. Dit voorkom sooi-brand by die mans.
- 'n Knippie kerriepoeier by tamatiesop verbeter die smaak.
- Tamatiesous -
Gebruik 2kg Tamaties waarvan die kern en pitte verwyder is, 2 koppies suiker, kwart koppie appelasyn, half teelepel sout. Versap die bestandele saam en kook by 'n lae hitte vir ongeveer 1 uur. Roer gereeld.
Gooi deur 'n sif om stukkie te verwyder Voeg 1 verpoeierde Vitamien C tablet by om die kleur te behou.
Vries of lê die tamatiesous in vir latere gebruik.
Rissiepoeier of paprika kan voor die kook proses bygevoeg word vir smaak.

Slaaikoppe

- Maak verlepte slaai-blare weer bros deur dit in 'n bak yskaswater te plaas; nie yswater nie.
- Slaaikoppe bly langer vars in die yskas in papiersakke, nie plastieksakke nie.

Uie

- Gooi 'n bietjie asyn of suiker by uie wat gesmoor word. Dit sal 'n lieflike ligbruin kleur en 'n aangename geur aan die uie verleen.
- Om te voorkom dat uie wat bewaar word uitloop, kan die worteltjies in kookwater gebrand word voordat dit opgehang word.

Grondboontjebotter

- As jy per ongeluk jou skeerroom vergeet het op 'n wegbreeknaweek, kan grondboontjebotter gebruik word.
- Vang muise of rotte met grondboontjebotter, hulle verkies grondboontjebotter bo kaas.
- Verwyder gom (superglue ens) vanaf meubels: Vryf met grondboontjebotter oor die gom en dit sal loskom.
- Verwyder kougom van hare deur 'n teelepel grondboontjebotter in die kougom te vryf en dit sal gou loskom.
- Verwyder krapmerke op CD's deur grondboontjebotter daarop met 'n sagte lappie te vryf.

Kaas

- Bêre kaas in aluminium folie. Die kaas sal langer vars bly en nie muf nie.
- Kaas sal nie muf as 'n klontjie suiker in die bak gehou word nie.
- Voordat jy kaas rasper, smeer botter oor rasper om die skoonmaak agterna te vergemaklik.
- Maaskaas hou langer as jy dit onderstebo bêre.

Koffie

- Bêre koffie in die yskas om dit vars te hou.

Koek & Koekies

- As jy 'n ryk vrugtekoek maak, voeg 'n koppie warm, sterk koffie in plaas van melk by om die kleur van die koek te verdonker en die geur te verbeter.
- As jy koek bak en jy sit dalk sonder eiers, gebruik asyn. 1 teelepel asyn is die ekwivalent van 1 eier. Veral belangrik as jy 'n cholesterolvrye dieet volg.
- Gebruik 'n skêr wat eers in meel gedruk is om glansvrugte makliker in stukke te sny.
- Gooi 5ml Gliserien om enige koekmengsel 'n ligter tekstuur te gee.
- Gooi 'n kwart teelepel peper by jou gemmerkoekies om dit daardie effense brandsmaak te gee.
- Klein koekies bly langer vars as jy 'n laag suiker onder in die bak strooi.
- Leë margarine papier kan gestoor word in 'n bakkie of sakkie in die vrieskas tot bakdag. Gebruik die papier om al jou panne mee te smeer.
- Moet nooit suurmilk weggooi nie. Dis uitstekend in gebak en maak deeg ligter as vars melk.
- Om pannekoek of muffins op te warm – sit 'n koppie water saam in die mikrogolf. Die 'stoom' bevogtig die gebak.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Om te keer dat appelkooskonfyt nie uit appelkooskonfyttertjies loop nie, klits 1 eierwit en 1 teelepel suiker goed en smeer aan rand.
- Plaas 'n stukkie plastiek oor deeg wat moet rys. Dit voorkom dat 'n harde lagie vorm.
- Smeer nuwe bakpanne met varkvet en plaas in matige oond vir 45 minute. Wanneer koud, vee af met kombuispapier.
- Suiker en botter sal gouer meng as 'n bietjie suurlemoensap bygevoeg word.
- Voeg bakpoeier heel laaste by koekbeslag -die koek sal dan baie lig uitrys.
- Voer jou koekiepanne uit met swaardiensaluminiumfoelie voor jy koekies bak. Dit voorkom dat die koekies merke laat.
- Voordat jy klewerige bestanddele in 'n maatbeker gooi, gooi eers kook water in die koppie. Gooi die water uit, maar moenie afdroog nie. Nou kan jy die stroop, grondboontjiebotter, ensovoorts afmeet en dit behoort maklik uit te loop.

Koeksoda & Gebruike

- As jy aangebrande kos vinnig uit 'n kastrol wil verwyder, kan jy dit vul met kookwater waarby twee eetlepels koeksoda gevoeg is.
- Asyn of suurlemoen en koeksoda werk beter as handy-andi is 'n bleik- en ontsmettingsmiddel.
- Gooi 'n klein bietjie koeksoda of suurlemoensap by om jellie vinniger te laat stol.
- Gooi 1 koppie sout, 1 koppie koeksoda en 1 ketel kookwater in 'n riool wat met vet verstop is. Die vetterigheid los dadelik op.
- Hierdie spuitmiddel sal insekte verjaag sonder om hulle dood te maak en is baie veilig in die tuin. Neem 20 Liter warm water, voeg een eetlepel koeksoda en 2 eetlepels Jeyes Fluid by. Vlok een vyfde van 'n steen blouseep in mengsel in en roer goed tot al die bestanddele opgelos is.
- Indien troeteldier op die mat geurineer het, gooi koeksoda daarop. Los rukkies en stofsuig soos gewoonlik. Dit sal ook voorkom dat die dier weer daar urieneer.
- Kamme sal gou skoon kom as dit 'n rukkies geweek word in warm water waarin 2 eetlepels koeksoda opgelos is..
- Koeksoda kan ook aan muf dele gevryf word om af te haal.
- Krap die by-angel met 'n mes uit. Maak 'n koeksodapasta en plaas dit op dit steekplek. Dit trek die gif uit.
- Maak 'n gevlekte warmfles skoon met 3 eetlepels koeksoda gevul met kookwater. Laat vir 15 minute, spoel en laat om droog te word.
- Maak juweliersware skoon deur dit oornag te week in 'n mengsel van koeksoda en asyn. Indien nodig, skrop liggies met 'n ou tandeborsel. Dit verwyder alle vuilighede sonder om die stene, goud of silver te beskadig. Moenie perêls oornag week nie - net vir sowat 'n uur.
- Om 'n gesnyde pampoen vars te hou, verwyder die pitte en bedek die binnekant met 'n lagie koeksoda.
- Om die ou reuk uit bottels te kry, vul met 'n oplossing van water en koeksoda.
- Om miere weg te hou, strooi koeksoda of borax poeier binne kaste en laaie.
- Om slegte reuke uit skottelgoedwasser te verwyder – Gooi 4 eetlepels koeksoda onder die onderste rak en sit die wasser op spoel en die masjien vars te kry.
- Om te verhoed dat staalwol roes, hou 'n bakkie met water waarin koeksoda opgelos is by die opwasbak en sit die staalwol daarin na gebruik.
- Sit 'n bietjie koeksoda in die water om blomme langer vars te hou.
- Sit bakkies met koeksoda orals in die huis (veral agter yskas, stoof, onder wasbak, ens.). Die kokkerotte eet dit (en dra dit na hul nes toe). Die vog binne hul lywe maak die koeksoda bruis en laat die kokkerot vrek. Dit voorkom ook dat 'n volwasse kokkerot eiers lê voordat hulle doodgaan.
- Stowe patats kry 'n mooi kleur as 'n mespunt koeksoda bygevoeg word terwyl dit kook.
- Strooi koeksoda in skoene wat sleg ruik – Laat oornag staan.
- Strooi koeksoda op die aangebrande deel in 'n pot. Maak klam met 'n bietjie water en skrop.
- Suurlemoen gemeng met koeksoda maak gevlekte tande mooi wit.
- Verwyder koffie- en teevlekke op plastiekware deur dit met koeksoda te skuur.
- Volgende keer wanneer jou oond skoongemaak is, vryf 'n pasta van koeksoda en water aan die binnekant van jou oond om dit volgende keer makliker skoon te vee.
- Was die hare en spoel af met 1 eetlepel koeksoda opgelos in 500ml water.

Kookolie

- Gooi bietjie sout in die braaipan om te keer dat die vetspat.
- Sny die onderste deel van 'n wynbottelhouer af en bêre jou kookoliebottel daarin. Die kartonhouer suig olie wat drup op.

Kastrol

- As jy aangebrande kos vinnig uit 'n kastrol wil verwyder, kan jy dit vul met kookwater waarby twee eetlepels sout gevoeg is.
- Strooi koeksoda op die aangebrande deel in 'n pot. Maak klam met 'n bietjie water en skrop.
- Verwyder die bruin aanpaksel met 'n droë stukkie staalwol, terwyl die pan nog warm is.

Noedels

- Noedels kan goed gevries word en dan in kookwater ontvries word - Dit is 'n vinnige proses.
- Kook macaroni in melk pleks van water. Dit is heerlik, maar pas op dat dit nie aanbrand nie.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Room

- Om room styf geklits te kry voeg bietjie kremetart by.
- Om vinnig suurroom te maak - neem vars room en voeg 'n bietjie karringmelk by of suurlemoensap by. Dit proe die beste indien dit oornag gestaan het.
- Voeg 'n bietjie opgeloste gelatien by indien jy sukkel om room styf te klop.
- Voeg 'n 2ml suurlemoensap by room om dit baie gouer mooi styf te klop.

Roomys

- Sit 'n klein marshmellow onder in 'n roomyskelkie. Dit sal verhoed dat die kelkie lek.

Rys

- Kook rys in melk pleks van water. Dit is heerlik, maar pas op dat dit nie aanbrand nie.
- Om rys los en wit te hou wanneer dit gekook word, gooi 'n bietjie suurlemoensap by.

Sout & Gebruike

- 'n Warmwatersak kan gevul word met kookwater deurdat dit plat op die tafel lê hou die nek skuins en gooi dan die water in. Gooi 1 teelepel sout by om water langer warm te hou.
- Angeliere hou langer in 'n blompot as jy sout in die water gooi.
- As die beetvlek op 'n kledingstuk is, gooi 'n bietjie melk op die vlek en laat week in koue soutwater. Was dan in warm seepwater.
- As die bloed reeds droog is, week in koue soutwater (een eelepel sout per liter water).
- As die vlek op 'n kledingstuk is, gooi 'n bietjie melk op die vlek en laat week in koue soutwater. Was dan in warm seepwater.
- As jy aangebrande kos vinnig uit 'n kastrol wil verwyder, kan jy dit vul met kookwater waarby twee eetlepels koeksoda of sout gevoeg is.
- As jy vleisbraai en die brood is klaar – bak vinnig 'n broodjie deur 500g bruismeel met een blikkie bier en voeg 'n teelepel sout by. Meng alles saam en bak in ysterpot oor die kole of in die oond.
- Asyn en sout aan vleis gesmeer, sal verhoed dat dit gou bederf en vleis sag te maak.
- Gebruik gelyke dele kremetart en sout om roesvlekke of kolle uit te haal.
- Geklitste eiers met 'n knippie sout kan vir drie maande gevries word.
- Gooi 1 koppie sout, 1 koppie koeksoda en 1 ketel kookwater in 'n riool wat met vet verstop is. Die vetterigheid los dadelik op.
- Gooi bietjie sout in die braaipan om te keer dat die vetspat.
- Gooi dadelik sout op die vlek of gooi witwyn oor die vlek.
- Gooi elke aand nadat die finale skottelgoed gewas is, 'n handvol sout in die afvoerpyp af. Die sout sal langamerhand in die pyp afbeweeg en dit vry van vetigheidhou.
- Gooi 'n paar ryskorrels in die soutpotjie om te verhoed dat die sout klonterig raak in klam weer.
- Gooi sout onder in die asbakkies. Die sout absorbeer die reuk van die sigaret as.
- Handdoeke wat hard uit die was kom - veral in brak water. Was jou handdoeke in warm water met seep en gooi ongeveer 'n handvol sout by (Los die sout op in die water). Moet nie versagter gebruik nie. Spoel die seep goed uit. Spoel weer maar gooi so 2 eetlepels ammoniak of wit asyn in die laaste uitspoelwater.
- Koperware kan pragtige blink gemaak word as dit nou en dan met sout en asyn afgevrif word.
- Maak beddings goed nat en sodra slakke te voorskyn kom, besprinkel hulle met tafelsout.
- Maak jou eie tandepasta van 'n mengsel sout en bakpoeier.
- Maak jou stoof skoon met 'n mengsel van sout en asyn.
- Meng lou water met 'n handvol sout en 60ml asyn. Borsel matte met mengsel. Dit bring die kleur weer mooi na vore.
- Neem 'n halwe suurlemoen en skep van die binneste deel uit met 'n lepel. Daar moet bietjie suurlemoen agterbly. Vul met sout en plaas in 'n bakkie agter in die vrieshokkie/yskas.
- Om baddens skoon te maak, meng 2 eetlepels kalk, 2 eetlepels sout en 'n halwe bottel parrafien.
- Om die hare van 'n besem weer styf te maak, plaas besem in 'n oplossing van 1 eelepel sout en 4 liter water.
- Om kunsblomme skoon te maak moet dit in 'n papiersak saam met sout gegooi en baie goed geskud word. Die sout neem al die stof en vuiligheid op en die blomme lyk sommer gou weer vars.
- Om sout wat in potjies vassit los te kry, plaas potjie eers 'n paar minute in lou oond.
- Om te verhoed dat jeans verbleik, week in soutwater voordat dit gewas word.
- Om te voorkom dat stortgordyne muf – Spoel dit in sterk soutwater en hang dan op.
- Om van gras tussen plaveisel ontslae te raak; kook soutwater of gewone sout kan binne die slooitjies van plaveisel gegooi word om gras uit te hou.
- Plaas 'n pakkie sout in die broodblik om jou brood vars te hou.
- Plaas 'n rou aartappel in jou sop/bredie indien jy te veel sout ingegooi het. Die aartappel absorbeer die ergste soutsmaak.
- Sprinkel 'n bietjie sout in die braaipan om gespat te voorkom. Plaas 'n vergiettes onderstebo oor die pan sodat stoom kan ontsnap maar vet nie uitspat.
- Sprinkel sout en kaneel oor aanbrandsels op die stoof om die reuk te verwyder.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Strooi dadelik sout oor ink wat op wit materiaal gemors is vryf met 'n suurlemoen daaroor. Spoel die materiaal dan dadelik af en was soos gewoonlik.
- Verwyder stysel wat vasgebrand het aan 'n yster deur tafelsout op bruinpapier te gooi en die yster daaroor te vryf.
- Vir gebarste haksene, week jou voete vir 'n hele rukkie in warm water met 'n handvol growwe sout in. Doen dit net voor jy gaan slaap. Droog liggies af met 'n handdoek. Smeer 'n dik laag vaseline oor jou voete. Trek 'n plastieksakkie bo-oor. Trek 'n paar sokkies bo-oor die sakkies. Klim in die bed en slaap.
- Vryf 'n halwe suurlemoen gedoop in sout oor die yster se boom.
- Vryf koper blink met sout en asyn/suurlemoenmengsel
- Vryf teevlekke met fyn tafelsout van teekoppies af.
- Wanneer gereg te sout is gooi bruinsuiker by.
- Wanneer jy eiers bak, sprinkel 'n bietjie sout of meel oor die olie voordat hy die eier in die pan breek. Die eier sal dan nie aan die boom van die pan vassit nie.
- Week die vlek in in eetlepel sout en een koppie water. Nat sout verwyder die vlekke van koppies en pierings. Vlugsout haal vetvlekke uit.
- Week wit sokkies in soutwater voordat jy dit was – dit verwyder alle vlekke.
- Wynsteensuur of 'n mengsel van lemoensap en sout sal roes uit linne haal.

Suiker

- Gooi 'n bietjie asyn en suiker by uie wat gesmoor word. Dit sal 'n lieflike ligbruin kleur en 'n aangename geur aan die uie verleen.
- Gooi 1 teelepel Jik en 1 teelepel suiker in blomrangskikking water.
- Gooi 1 teelepel suiker in die koekie/beskuitblik om vars te hou.
- Indien warmfles lank gaan staan: Gooi 'n paar suiker klonte in die fles om klammigheid uit te hou.
- Kaas sal nie muf as 'n klontjie suiker in die bak gehou word nie.
- Klein koekies bly langer vars as jy 'n laag suiker onder in die bak strooi.
- 'n Stuk brood in die houer oornag maak bruinsuiker wat hard geword het weer sag.
- Om groente gouer te laat sag kook, voeg 'n teelepel suiker by terwyl dit kook.
- Om te keer dat appelkooskonfyt nie uit appelkooskonfyttertjies loop nie, klits 1 eierwit en 1 teelepel suiker goed en smeer aan rand.
- Probeer melksalf of meng olyfolie en suiker en vryf goed in en spoel suiker af en droog liggies af en vryf die hande tot al die olie geabsorbeer is.
- Sit bietjie van die mengsel van 100ml water, 200ml suiker en 50ml Borax (kry by apteek) uit waar miertjies voorkom, sodat hulle dit kan nes toe dra. As mens sien hulle staan sulke kringe om die stroop, is dit 'n goeie teken dat hulle dit geniet. Sorg dat stroop altyd beskikbaar is. Mens sien nie onmiddellik resultate nie, maar na 'n drie tot vier weke begin jy agterkom daar is nie meer miere nie. Hulle dra die stroop nes toe, voer die ander miere en koningin daarmee en die hele nes vrek uit.
- Skurwe elmoë kan in 'n halwe suurlemoen met 1 teelepel suiker daarin gevryf word.
- Strooi suiker bo-op sny – dit sal help dat die bloed vinniger stol.
- Suiker en botter sal gouer meng as 'n bietjie suurlemoensap bygevoeg word.
- Vir 'n lastige hik, trek asem diep in en hou 25 sekondes lank so. Eet dan 1 teelepel bruinsuiker gedoop in asyn.
- Wanneer gereg te sout is gooi bruinsuiker by.

Vis

- Gooi bietjie asyn by olie waarin vis gebraai word. Die vis absorbeer minder olie.
- 'n Stukkie brood in die pan waarin vis gebak word, sal voorkom dat die olie spat.
- Ontdooi bevrore vis in melk. Die melk gee 'n lekker vars geur aan die vis.

Vleis

- As kerrie te sterk gemaak is, voeg 'n bietjie suurlemoensap by.
- As vleis aangebrand het, voeg bietjie melk daarby en kook weer. Dit neem die brand smaak weg.
- Die vel van tong sal maklik aftrek indien daar asyn by die water gegooi word as die gekook word.
- Doop wors in kookwater voordat jy dit bak, dan sal dit nie oopbars nie.
- Draai vleispasteitjies in botterpapier toe voor jy dit bak. Dit hou die korsies sag.
- Gooi 'n teelepel water by wanneer jy maalvleis braai. Dit help om die vet uit die maalvleis te kry.
- Gooi suurlemoensap/asyn by vleis om dit sag te maak.
- Gooi vars melk oor gebrande vleis om die brandsmaak te verminder.
- Maak die smaak van 'n kerriegereg anders deur 'n fyn gekapte nartjieskil by te voeg. Droog die skil uit deur dit in die yskas te bêre.
- Moet nooit braaivleis met 'n vurk steek wanneer jy dit op die kole omdraai nie, gebruik eerder 'n braaitang.
- 'n Bietjie asyn in die olie verhoud dat vleis wat in krummels gerol is gou vasbrand in die pan.
- 'n Heerlike manier om 'n varkboud gaar te maak is om 'n blikkie Coke in die pan te gooi. Maak die vark boud toe in foelie. Bak die vark boud tot net so 'n halfuur voor gaar. Verwyder die foelie en bak vir die laaste halfuur. Die sous van die vark boud en die Coke meng dan om 'n heerlike sous te maak.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Natuurlike jogurt is 'n natuurlike vleissagmaakmiddel. Sit biefstuk of hoender in joghurt en los vir 8 ure in die yskas.
- Om hoendervleis sag en sappig te hou, gooi 'n koppie suurlemoensap oor voordat dit gaargemaak word.
- Om vleis sag te maak wanneer jy dit stowe, gooi 2 teelepels gemmer by.
- Smeer asyn en sout aan vleis. dit versag die vleis en sal verhoed dat die dit gou bederf.
- Spek sal nie omkrul as dit in kookwater gedoop word voordat dit gebraai word nie.
- Sprinkel 'n bietjie sout in die braaipan om gespat te voorkom. Plaas 'n vergiettes onderstebo oor die pan sodat stoom kan ontsnap maar vet nie uitspat.
- Strooi fyn gemmer oor gebraaide vark vleis – dit gee 'n heerlike geur.
- Taai vleis kan saggemaak word deur vooraf bakpoeier oor te sprinkel.
- Vir geurige vaktjops, rol elke tjoppie eers in fyngedrukte Corn Flakes of brood krummels voordat dit in olie gebak word.
- Voeg 'n avokadopeer by 'n bredie net voordat jy dit opskop, dit gee die bredie 'n heerlike smaak.

Vrugte:

- Vrugtevlakke moet net met kookwater afgespoel word en dan moet die materiaal in die son drooggemaak word.

Appels:

- Appels word makliker geskil indien dit vooraf 'n paar minute lank in kookwater lê.
- Gebakte appels sal nie plooi indien jy 'n paar klein snytjies in die skil maak voor dit gebak word.

Druive

- Om druiwe te skil - doop dit vir 2 minute in kookwater en dan in koue water.

Pere:

- Om jou pere gouer ryp te maak – plaas hulle in 'n plastieksak met 'n appel in. Maak 'n gaatjie in die bokant en laat staan op 'n warm plek.

Piesangs

- As die piesangs bruin word voor jy dit ge-eet het kan jy hulle gebruik deur of piesang muffins of piesangbrood te maak.
- As jy piesangs koop kyk vir mooi egalige geel piesangs wat geen swart vlekke op het nie.
- Breek die piesangs van mekaar af. As hulle almal aan die stam bly, dan word hulle vinniger ryper.
- Groen piesangs wat jy gouer wil ryp hê kan jy in 'n bruin papiersak plaas met 'n appel in – dit sal dit baie vinnig laat ryp word.
- Moet nooit te veel piesangs koop as jy weet jy gaan dit nie kan opeet nie of as jou familie nie te veel daarvan hou nie.
- Piesangs wat saam met kerrie bedien word, behou hul kleur as hulle óf met suurlemoensap besprinkel word, kookwater oor die ongeskilde piesangs gegiet word. Laat staan vir 2 minute, en skil af.
- Skil piesang van onder af; dan sal jy nie sukkel met die 'stingeltjies' nie.

Pynappel

- Rasper 'n pynappel deur dit met skil en al in die lengte in kwarte te sny. Rasper so tot teen die skil.

Suurlemoen & Gebruike

- As kerrie te sterk gemaak is, voeg 'n bietjie suurlemoensap by.
- Citrus Soda en suurlemoen maak 'n aangebrande pot sommer vinnig skoon!
- Die sap van 1 suurlemoen geklits met die geel van 1 eier is 'n goeie haarwasmiddel vir ligte hare.
- Druk 'n suurlemoen met skil en al pap op die roesmerke in 'n bad en laat dit so lank as moontlik aan.
- Gooi 'n klein bietjie suurlemoensap by om jellie vinniger te laat stol.
- Gooi suurlemoensap by vleis om dit sag te maak.
- Gooi ys in houer gedoop in skuurpoeier en skud dit in die houer rond. Gooi dan 'n paar suurlemoen of lemoenskilte in om reuke te verwyder.
- Kook 3 dele water en 1 deel suurlemoensap in 'n koppie tien minute op laag om hardnekkige reuke te verwyder.
- Laat lê 'n suurlemoen in warm water voor jy dit uitdruk. Jy sal meer sap kry.
- Meng asyn en suurlemoen olie om die helfte aan en gooi in 'n spuitbottel vir jou meubels.
- Neem 'n halwe suurlemoen en skep van die binneste deel uit met 'n lepel. Daar moet bietjie suurlemoen agterbly. Vul met sout en plaas in 'n bakkie agter in die vrieshokkie/yskas.
- Om hoendervleis sag en sappig te hou, gooi 'n koppie suurlemoensap oor voordat dit gaargemaak word.
- Om linnegoed wit te maak. Sny 'n dik skyf van 'n skoongemaakte suurlemoen. Sit dit saam met die linne in 'n pot as dit gekook word. Die suurlemoen neem al die vlekke uit die linne uit en maak dit mooi wit.
- Om muwwerige reuk in laaie te verwyder, kan 'n suurlemoenskil in laaie geplaas word.
- Om rys los en wit te hou wanneer dit gekook word, gooi 'n bietjie suurlemoensap by.
- Om van slakke ontslae te raak - Sit lemoen- suurlemoen- of nartjieskilte waar die slakke is, hulle hou nie van die reuk nie.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Om vinnig suurroom te maak - neem vars room en voeg 'n bietjie suurlemoensap by. Dit proe die beste indien dit oornag gestaan het.
- Piesangs wat saam met kerrie bedien word, behou hul kleur as hulle met suurlemoensap besprinkel word, kookwater oor die ongeskilte piesangs gegiet word. Laat staan vir 2 minute, en skil af.
- Plaas suurlemoenskil in laaie om van die muwwerige reuk ontslae te raak.
- Raak ontslae van sterk en onaangename kosreuke wat aan 'n kerfplank kleef deur dit met 'n halwe pomelo of suurlemoen te vryf en dan af te spoel..
- Sit 'n stukkie suurlemoen neer waar miere in die huis pla of loop.
- Sit 'n stukkie suurlemoenskil of bietjie suurlemoensap in die water as jy blomkool kook. Dit hou die blomkool mooi wit.
- Skep natuurlike ligstrepe in blonde hare: vul 'n sproeibottel met twee derde koppie Vodka en een derde koppie suurlemoensap. Sproei aan klam hare, gaan uit en spoel eers die aand af.
- Skurwe elmboë kan in 'n halwe suurlemoen met 1 teelepel suiker daarin gevryf word.
- Strooi dadelik sout oor ink wat op wit materiaal gemors is vryf met 'n suurlemoen daarvoor. Spoel die materiaal dan dadelik af en was soos gewoonlik.
- Suiker en botter sal gouer meng as 'n bietjie suurlemoensap bygevoeg word.
- Suurlemoen en koeksoda werk beter as handy-andi.
- Suurlemoen gemeng met koeksoda maak gevlekte tande mooi wit.
- Suurlemoensap sal hande wat deur groente gevlek is weer mooi wit.
- Verwyder nikotienvlekke van jou hande met suurlemoensap.
- Voeg 'n bietjie gerasperde suurlemoenskil by aartappelslaai vir 'n pikante smaak.
- Voeg 'n half teelepel suurlemoensap by room om dit baie gouer mooi styf te klop.
- Voeg suurlemoensap by die water as jy 'n aartappel met skil en al kook. Die aartappel sal wit wees en jou potte sonder vlekke.
- Vryf 'n halwe suurlemoen gedoop in sout oor die strykster se boom.
- Vryf jou silwer juwele met 'n halwe suurlemoen en spoel af.
- Vryf koper blink met sout en suurlemoenmengsel
- Vryf messe met suurlemoensap mooi blink.
- Vryf 'n halwe suurlemoen gedoop in sout oor die yster se boom.

Wyn

- As jy dit per ongeluk te laat gedoen het – laat sak 'n metal teelepel met sy steel daarin – dit sal die gas inhou vir solank as 2 dae.
- As jy wit wyn bedien – maak ten minste 'n uur voor bediening oop plaas die kurk liggies terug en verkoel in die yskas.
- Gooi dadelik sout op die witwynvlek.
- Indien 'n kurkprop nie wil pas in die bottel nie – plaas is kookwater tot sag en probeer weer.
- Maak 'n bottel rooiwyn so uur of twee voor bediening oop sodat dit eers kan asemhaal.
- Maak vonkelwyn oop net voordat jy dit bedien om te voorkom dat dit verslaan.
- Moenie die oorskiet wyn wat oorbly weggooi nie. Vries dit in blokkies en gebruik in disse en souse.
- Ruik aan die kurk – dit moet soos die wyn ruik anders het dit 'n slegte smaak en is dalk bederf.
- Sodawater of wit asyn haal rooiwynvlekke uit.
- Steek 'n skerppunt mes in die kurk as hy per ongeluk afgebreek het – as die kurk in die bottel val gooi die wyn eers deur 'n siffie sodat al die stukkie kurk kan afgaan.
- Vee die bek van enige bottel eers mooi af voordat daar geskink word.

Blomme & Tuinmaak

- Gebruik ou eierhouers om klein plantjies te maak. Saai saad afsonderlik in elkeen en met uitplanting kan die plantjie met houer en al geplant word. Sal disintegreer na 'n ruk.
- Gooi 1 teelepel Jik en 1 teelepel suiker in blomrangskikking water.
- Gooi bier in bakkies. Die reuk lok slakke en versuip hulle.
- Indien jy sukkel om 'n tuinslang oor 'n kraan te trek, kan jy die punt warm maak in kokende water en dan oortrek.
- Koffiemoer en gebreekte eierdoppe is goed vir plante.
- Ogiesdraad kan bo-oor geute gespan word om oortollige blare uit te hou.
- Om permant van onkruid ontslae te raak (maak ook grond dood) bespuit met diesel of swembadsuur.
- Om van gras tussen plaveisel ontslae te raak; kook soutwater of gewone sout kan binne die slootjies van plaveisel gegooi word om gras uit te hou.
- Om van slakke ontslae te raak - Sit lemoen- suurlemoen- of nartjieskille waar die slakke is, hulle hou nie van die reuk nie.
- Om vingernaels te beskerm wanneer jy tuinmaak, druk naels in 'n koekie seep sodat dit onder die naels vul – geen vullis in.
- Pluk snyblomme baie vroeg in die oggend of vroeg skemer. Hulle sal langer hou.
- Rol jou tuinslang in die vorm van 'n 8. Dit verhoed dat dit koek.
- Seep kan in die binnekant van die tuinslang gesmeer word en dan oorgetrek word.
- Vee stof op plante af met die binnekant van 'n piesangskil. Dit verwyder die stof en voed die blare.
- Wanneer jy plantjies saai, maak koerantpapier nat en sit lae oorkruis op die grond. Dit hou die onkruid weg.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Angeliere

- Angeliere hou langer in 'n blompot as jy sout in die water gooi.

Bespaar water

- As jy jou tuin minder gereeld, maar dieper (vir 'n langer tydperk) natlei, moedig jy in werklikheid 'n dieper wortelstelsel aan, wat sterker plante tot gevolg het. Dié gebruik kan van die meeste gevestigde plante, waterwyse plante maak.
- Bestee liever meer geld aan die goeie voorbereiding van jou grond. Organiese materiaal absorbeer water en werk soos spons. Dit behou dus die water langer en keer dat dit wegsyfer.
- Gebruik altyd deklaag soos gesnipperde boombas, neutedoppe of fyn klippies. Dit keer verdamping en hou die grond langer klam. Klippies kan baie warm bak en moet liefers gebruik word in beddings waar vetplante en kaktusse groei.
- Grasperke word gewoonlik heeltemal te veel natgelei en gebruik tot vier keer meer water as ander plante. Gaan jou besproeiingstelsel na en maak seker dat jou water nie in die straat afloop nie.
- Groepeer plante wat min water nodig het saam in beddings. Moet byvoorbeeld nie kannas en kaktusse in dieselfde bedding plant nie.
- Groot beddings moet uitgelê word met grondbedekkers tussenin. Dit help om verdamping te verminder en vog te behou.
- Maak jou tuin vroeg soggens voor 10:00 nat. Die grond se temperatuur is dan laag en die verdamping gevolglik min. Boonop is die dreineringsoptimaal.
- Oorweeg dit om jou bad- of opwaswater in jou tuin te hergebruik. Daar is professionele gryswater hersirkuleringsstelsels op die mark.
- Polimeerkristalle kan in voor-bereidingsgate ingewerk word. Dié kristalle absorbeer 400 keer hul eie volume aan water, dus hoef mens jou plante heelwat minder water te gee. Dié kristalle hou ses tot agt jaar in die grond en breek daarna heeltemal af as organiese voeding.

Insekdoder vir tuin

- Hierdie spuitmiddel sal insekte verjaag sonder om hulle dood te maak en is baie veilig in die tuin. Neem 20 Liter warm water, Voeg 1 eetlepel koeksoda en 2 eetlepels Jeyes Fluid by. Vlok een vyfde van 'n steen blouseep in mengsel in. Roer goed tot al die bestanddele opgelos is.

Kunsblomme

- Om kunsblomme skoon te maak, sit die blomme in 'n papiersak saam met sout. Skud baie goed. Die sout neem al die stof en vuiligheid op en die blomme lyk sommer gou weer vars.

Roes op plante

- Meng water en tabakstof tot dit soos flou tee lyk. Was die plante hiermee. Gooi ook die water op die wortels.

Rose

- Indien rose baie verlep is. Knip stingels se punte af en plaas in kookwater vir 'n ruk. Plaas dan in gewone water.
- Rose hou langer in 'n mengsel van 1 liter koue water, 1 eetlepel asyn, 1 eetlepel Jik en ysblokkies.

Varings

- 'n Teelepel brandspiritus opgelos in 'n koppie water laat jou varings baie mooi groei.

Varshou

- Maak 'n gaatjie in 'n rou aartappel en plaas jou stiggie/blom daarin om dit vars te hou as jy dit vervoer.
- Om blomme in 'n vaas langer te laat hou, gooi net 2 aspirine in die water.
- Sit 'n bietjie koeksoda in die water by die blomme.

Vinke

- Om vinke uit te hou, los aluin kristalle op en spuit dit op die palmboom se blare.

Elektrisiteits & -Besparing

- Elektrisiteit is goed vir elektroniese toestelle maar gas is meer doeltreffend vir verwarming en kook.
- Gaan jou elektrisiteitsmeter gereeld na en stel aktief belang in jou energieverbruikvlak.
- Isoleer jou warmwatertoestel deur koerante, ou komberse of ander isoleermateriaal om dit en die warmwaterpype te draai.
- Maak 'n baie stywe knoop in die draad tussen die muurprop en die apparaat wat gebruik word. Indien die weerlig dit huis se krag sou tref, dan kan die weerligstraal nie die kort draai in die knoop maak nie en sal dus moontlik nie die apparaat beskadig nie.
- Moenie ligte onnodig brand nie.
- 'n Muurprop se draad kan makliker geknip word deur die draad met 'n vuurhoutjie te brand en dan die rubber te verwyder sonder om die koper draad raak te knip.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Skakel alle bystandsmodusse af elke keer wat jy die huis verlaat of voor jy bed toe gaan.
- Skakel ligte, waaiers, rekenaars en ander kragtoestelle af wanneer jy die kamer verlaat. Dit sal jou geld spaar.
- Verlaag die temperatuur van jou warmwatertoestel tot ongeveer 50°C sodat jy nie te veel koue water hoef by te voeg wanneer jy stort of skottelgoed was nie.
- Verminder jou kragrekening deur al jou strykwerk op een slag te doen.
- Verminder jou kragrekening deur die wasmasjiene se voor-was siklus oor te slaan as jou klere nie baie vuil is nie. Dit sal tot 20% minder elektrisiteit gebruik.
- Wasmasjiene en skottelgoedwassers moet net aangesit word as hulle vol is.

Ketels

- Aanpaksels aan 'n ketel se element kan verwyder word deur te kook met asyn
- Plaas ketel in vrieskas totdat kante gevries is, sodra dit ontdooi kom die aanpaksel af.
- Vir die aanpaksel in jou ketel, gooi een pakkie of 3 eetlepels wynsteensuur by, kook en spoel ketel uit. Dis onmiddellik skoon.
- Voorkom aanpaksel deur 'n glas albaster permanent in die ketel te gooi.
- Vul nuwe ketel met helfte wit asyn en helfte water. Kook en laat oornag staan. Spoel die volgende dag uit met skoon water.

Gloeilampe

- Gebruik kragbesparingsgloeilampe. Hulle hou baie langer en gebruik minder krag en spaar oor die lang termyn geld.
- Smeer 'n bietjie parfuim aan jou gloeilamp – sodra aansit versprei die geur met die hitte van die lamp.

Mikrogolfoond

- Vuil mikrogolf oond - Verhit 'n halwe koppie asyn in die mikrogolf (nie nodig om te kook nie). Die asyn maak al die vetterigheid los. Vee mikrogolf met sagte lap uit.

Stofsuier

- Sit 'n papierrol vooraan jou stofsuier se pyp. Druk dit plat en suig onder die kaste.

Stoof & Oond

- As jou oond nie te vuil is nie, plaas 'n bakkie met huishoudelike ammoniak in die warm oond. Laat afkoel en maak maklik skoon met wasmiddel.
- As jy vir jou 'n nuwe stoof koop, kies een met 'n konveksie oond – die gaarmaaktyd is gouer.
- Berei eerder jou maaltye heeltemal in die oond.
- Die grootte van die pot behoort ooreen te stem met die grootte van die stoofplaat - dit kan jou tot 25% bespaar op die elektrisiteit wat jy gebruik terwyl jy kook.
- Gebruik die regte energie vir die regte doel, byvoorbeeld gebruik 'n elektriese ketel om water te kook eerder as 'n gewone pot op die stoof. Jy sal omtrent 50% minder krag gebruik.
- Gebruik 'n drukkoker vir kos wat lank kook of 'n elektriese pot.
- Hou altyd 'n houertafelsout gereed by die stoof, sou die pan met vet of olie vlam vat kan jy dit smoor deur sout daaroor te gooi.
- Hou die oonddeur toe en moenie onnodig die deur oopmaak nie – die hitte ontsnap en vat weer 'n rukkie om dit op te tel.
- Kyk dat jy die regte grootte pot op die regte grootte plaat sit – dit bespaar elektrisiteit.
- Maak jou stoof skoon met 'n mengsel van sout en asyn.
- Moenie 'n ketel vol water maak as jy net twee koppies wil maak nie. Gebruik jou mikrogolf soveel as moontlik in plaas van die stoof.
- Moenie roosterbrood in 'n oond rooster maak nie – dit vat te lank.
- Onthou om die deksel op die pot te sit wanneer jy kook om hitte en energie te bespaar.
- Probeer “One pot Cooking” soos byvoorbeeld pasta en maalvleis met die sous – sodat jy nie drie plate nodig het nie maar net een.
- Probeer altyd die gepaste kombuisgoed gebruik wanneer jy kook, byvoorbeeld potte en panne met plat bodems, hulle gebruik tot 50% minder krag. Wees bewus daarvan dat elektriese stowe baie krag verbruik en gebruik dus die plate en oond so min as moontlik.
- Probeer net die water kook wat jy nodig het, in plaas daarvan om elke keer 'n vol pot of ketel te kook.
- Sorg dat die lug in die oond vry sirkuleer rondom die skottels in die oond.
- Sorg dat jou potte se deksels pas en plaas hulle op die potte om sodoende die hitte in die pot te hou.
- Verminder die plaat se hitte sodra jou kos vinnig begin kook.
- Voer jou oond uit met foelie aan die binnekant. Gooi net foelie weg indien vuil is.
- Volgende keer wanneer jou oond skoongemaak is, vryf 'n pasta van koeksoda en water aan die binnekant van jou oond om dit volgende keer makliker skoon te vee.
- Week bone, stampmielies en ander soortgelyke droë kos oornag. Dit sal tyd, geld en ure se kookwerk bespaar.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Verwarmer

- Dit is goedkoper om 'n elektriesekombers te gebruik as 'n verwarmer wat die hele kamer warm maak.
- Gebruik die regte energie vir die regte doel, byvoorbeeld verwarmers om 'n ruimte te verhit eerder as warmplate. Jy sal omtrent 50% minder krag gebruik.
- Geniet in die somer en winter 'n gemaklike klimaat binnenshuis deur jou kamer daaglik behoorlik lug te gee. Onthou om jou verwarmer, waaier of lugversorger af te skakel terwyl jy die kamer lug gee.
- Gordyne hou hitte binne so trek die gordyne toe as dit koud is al vroeg in die aand.
- Maak die vensters en deure toe wanneer die verwarmer aan is en spaar geld!
- Maak seker die deure seël goed.
- Sit so na aan die verwarmer as moontlik dat dit nie nodig is om altwee elemente aan te sit nie.
- Skakel die verwarmer af as jy die kamer vir 'n lang ruk verlaat.
- Verlaag die temperatuur van die verwarmer van volle hitte tot 'n gemaklike vlak.

Vrieskaste

- Maak die deur toe elke keer wanneer jy iets uit die yskas haal en maak ook seker dat dit behoorlik verseël is.
- Maak ys en vrieskasdeure so min as moontlik oop en vir so kort as moontlik.
- Moenie pakkies onmiddelik in vrieskas pak sodra ontdooi is nie. Maak vrieskas toe en pak eers die voedsel na 'n halfuur terug om te voorkom dat dit vassit aan die kante.
- Moenie warm kos in die yskas of vrieskas insit nie. Laat dit eers afkoel voor jy dit bêre.
- Neem 'n halwe suurlemoen en skep van die binneste deel uit met 'n lepel. Daar moet bietjie suurlemoen agterbly. Vul met sout en plaas in 'n bakkie agter in die vrieshokkie/yskas.
- Om reuke in yskas te verdryf plaas 'n deurgesnyde pynappel daarin.
- Om stank te verdryf uit 'n vrieskas ens. Was goed met se maar Handy Andy en plaas 'n paar Swembad- Chloor-balletjies in 'n oop houer in die kas en maak die deur toe.
- Sit 'n strukkie steenkool of 'n paar houtskoolblokkies in die yskas.
- Sproei 'n bietjie spray & cook aan die binnekant nadat ontdooi is.
- Twee snye swart geroosterde brood as jy nie steenkool het nie.
- Wanneer vrieskas ontdooi, vryf 'n bietjie glyserine aan die binnekant van kas. Sal volgende keer makliker ontdooi.

Huishouding – Algemeen & Skoonmaak

- Om rapmerke op CD's te verwyder, Vryf grondboontjiebotter daarop met 'n sagte lappie.

Besem

- Om die hare van 'n besem weer styf te maak, plaas besem in 'n oplossing van 1 eetlepel sout en 4 liter water.
- Indien 'n besemstok nie meer pas nie, plak hegpleister oor en draai weer in.

Boeke

- Geskeurde bladsye:
 - Indien 'n boek se bladsye geskeur is van ouderdom, smeer liggies met eierwit en laat boek oop vir 'n ruk om droog te word.
- Storing:
 - Moenie boeke styf teen die muur laat staan nie. Gee gapings vir lug om deur te sirkuleer.
 - Laat staan 'n boek regop en nie skuins nie aangesien die rug kan seerkry.
- Stukkende rug:
 - Gebruik mat kleefband om die rug mooi vas te plak.

Bleikmiddel

- Maak jou eie bleikmiddel met koeksoda en asyn.

Coke kan ook gebruik word vir:

- Gooi 'n blikkie Coke in die toilet en laat staan vir 'n uur. Spoel die toilet en jy sit met 'n sprankel skoon toilet.
- Laat lê jou geroeste items in Coke vir 'n paar minute en was dan af.
- 'n Heerlike manier om 'n vark boud gaar te maak is om 'n blikkie Coke in die pan te gooi. Maak die vark boud toe in foelie. Bak die vark boud tot net so 'n halfuur voor gaar. Verwyder die foelie en bak vir die laaste halfuur. Die sous van die vark boud en die Coke meng dan om 'n heerlike sous te maak.
- Om vet kolle van klere te verwyder is om 'n blikkie Coke op die klere te gooi. Was dan die klere soos normaal. Die Coke sal help om die vetkolle op te breek en te verwyder.
- Wanneer jy sukkel om 'n geroeste skroef los te draai, gooi Coke op 'n lappie en hou die lappie teen die skroef vir 'n paar minute.
- Wanneer jou kar battery terminale aangepak is neem net Coke en gooi dit oor die terminale. Die Coke sal die terminale skoon vreet.
- Was vetterige voorruit met Coke. Coke bevat Fosforsuur. Die suur breek die vet af. Was dan die ruit na die soos gewoonlik.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Etiket, Plakkers (Stickers)

- Dit gaan oor die plakkertjies wat met niks wil afkom nie (stickers). Smeer op die plakkers of op reeds afgetrekte plakkers wat nog gom agtergelaat het, kookolie en laat so 'n rukkie staan en maak dan skoon met 'n lap.
- Gebruik grondboontjebotter om plakkers van bottels af te haal. Die gom gaan gou af met die grondboontjebotter.
- Sit etikette op warm ingelegde bottels eers wanneer goed afgekoel het anders krul dit af.
- Smeer Brasso aan die etiket en vryf hom af. Enige taai kolle wat nog oorbly kan met nog 'n bietjie Brasso verwyder word.
- Spuit plakker met Doom – laat paar sekondes en vryf die plakker af. Was met gewone skottelgoedseep daarna.

Geskenkpapier, Foto's & Koeverte:

- Groot hoeveelheid van geskenke kan toegedraai word met bruinpapier met gekleurde raffia vir strikke muurpapier wat redelik goedkoop is.
- In 'n noodgeval kan jy foelie gebruik om 'n geskenk in toe te draai en net 'n mooi lintjie of iets omsit.
- By 'n kombuistee of ooeivaarstee stuur koeverte om sodat die gaste hulle adresse op die koeverte kan skryf. Nou kan die 'eregas' net die dankiekaartjie in die koevert sit en pos.
- Koevert is toegeplak en jy het vergeet om iets in te sit? Plaas die koevert in die vrieskas vir 'n uur of twee. Nou behoort die koevert makliker oop te maak.
- Beskerm foto's in rame sonder glas deur eers die foto met kleefplastiek oor te trek.
- Wanneer jy vir jou kind 'n nuwe fiets koop. Haal die handvatsels af en sit 'n foto binne-in voordat jy weer die handvatsels terugsit. Indien die fiets gesteel word, en teruggekry word, kan jy bewys dat dit jou kind se fiets is.
- Wanneer jy pakkies pos, maak tou nat voordat jy dit om die pakkie vasmaak. Sodra die tou droog word krimp dit en sit die tou netjies en styf.

Glasware & Bottels

- Beskerm jou porselein borde van happies deur met papierborde tussenin te pak.
- Gebruik nat watte om gebreke glas stukke mee op te tel, maar tel klein stukkie gebreke glas met droë katoen op.
- Indien twee glase binne mekaar vassit kan die onderste glas in warmwater gehou word en die boonste een kan vol koue water gegooi word. Dit sal makliker van mekaar kom sonder om te beskadig.
- Om glans terug te bring in kristalglase – gooi 'n paar druppels ammonia in die was water en spoel af in asyn water.
- Om klein happies uit glasrand te verwyder – skuur met fyn sandpapier.
- Om te voorkom dat 'n glas bars, kan 'n staal telepel in die glas geplaas word en dan kan kookwater binne-in gegooi word.
- Ander gebruike glasbottels:
 - Druk gaatjies bo in dekseltjie van bottel en gebruik vir 'n meel strooier
 - Vul met water en gebruik om wasgoed nat te sprinkel voor jy stryk.
- Gebruik hegpleister oor die proppe om inhoud binne te hou.
- Indien jy sukkel om 'n deksel af te skroef – plaas deksel in kookwater en skroef dan af.
- Om sterk reuke te uit bottels deur vol te maak met 'n mengsel van koue water en 4elepels droë mosterd. Gooi uit na 'n halwe dag en spoel deeglik uit.
- Om sterk reuke uit te kry, gooi bleikmiddel in vir ten minste 12 ure vir baie sterk reuke.
- Om vinnig leeg te maak: Skud die bottel in 'n sirkel beweging om leeg te maak.
- Sit etikette op warm ingelegde bottels eers wanneer goed afgekoel het anders krul dit af.
- Slaan 'n gaatjie in deksel met 'n skerp voorwerp sodat lug kan inkom en skroef dan af.
- Wanneer jy trek, pak glasbottels tussen sagte items (soos linne & klere).

Gom

- Deksel van gombottels kan met kers binne gesmeer word. Gom klou nie aan kerswas nie.
- Die gom wat op die papier is, sal heel moontlik die verf op die kas beskadig en dit sal oorgeverf moet word. Om die papier af te haal, kan jy gewone kookolie oorsmeer en laat staan vir 'n dag of twee. Dit sal die papier laat loskom sodat jy dit kan afkrap, maar kan ook die verf beskadig.
- Dit help om Doom insekdoder op die gom te spuit. Dit neem die taai weg en jy kan dan die voorwerp afwas. Dit werk self vir botteltjies met papier op. Jy spuit dit net op die papier en alles kom los sonder dat dit taai bly.
- Gebruik gewone parrafien om die gom af te kry.
- Gebruik grondboontjebotter om gom van plakkers van bottels af te haal. Die gom gaan gou af met die grondboontjebotter.
- Neem jou haardroër - blaas die kleefpapier warm tot dit maklik aftrek. Haal die laaste gomme met gewone badseep en warm water en bietjie "elbow-grease" af.
- Op glas – nael verwyderaar, kookolie, terpentyn of wit spiritus.
- Smeer Brasso aan die etiket en vryf hom af. Enige taai kolle wat nog oorbly kan met nog 'n bietjie Brasso verwyder word.
- Taai gom op glas en plastiek kan verwyder word met paraffien. Dit beskadig nie die oppervlakte nie.
- Trek die papier af. Koop vir jou van die vloeibare meubelpolitoer. Smeer op, los 'n rukkie. Jy gaan nog 'n bietjie elbow ghries nodig hê om dit heeltemal af te kry, maar dit is makliker.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Houtvloere

- Gooi lyfpoeier in die gleufies van krakende houtvloere.
- Smeer die skaniere van krakende deure met seep of olie om die geraas weg te kry.

Juwele

- Bêre juwele in eierkartonne.
- Goue juwele kan met sagte brood skoongemaak word.
- Hou jou juwele in sterk Steradent oplossing aangemaak met kookwater.
- Maak goue juwele skoon deur Savlon met water in verhouding 2:1 te meng. Laat juwele in oplossing lê vir 20 minute. Borsel liggies met ou tandeborsel of spoel eenvoudig af met vars water en droog af met 'n sagte lap!
- Maak jou juwele skoon deur liggies met 'n tandeborsel en 'n bietjie tandepasta onder lopende water te borsel.
- Maak juweliersware skoon deur dit oornag te week in 'n mengsel van koeksoda en asyn. Indien nodig, skrop liggies met 'n ou tandeborsel. Dit verwyder alle vuilighede sonder om die stene, goud of silver te beskadig. Moenie perels oornag week nie - net vir sowat 'n uur.
- Om krapmerke op 'n bril of horlosie af te kry, gebruik 'n stukkie watte met braso op.
- Ring wat te styf sit: Sit handerom aan jou hande en laat uit gly
- Ring wat te styf sit: Was jou hande met seep en haal af terwyl seep baie glad is.
- Vryf jou silwer juwele met 'n halwe suurlemoen en spoel af.

Kaggel

- Gooi klam teeblare op die as voor jy die kaggel skoonmaak. Dit keer daardie wolk van stof.
- Vir maklike, bekostigbare en doeltreffende vuuraanstekers, gebruik ou gebruikte teesakkies. Laat dit droog en doop dit in parafien. Neem dit uit en laat droog. Gebruik dan vir vuuraanstekers.

Kerse

- As kerse te groot vir blakers is; plaas onder punt in kookwater totdat sag genoeg is op in te skroef.
- Om kerse langer te laat brand; plaas 'n paar uur voor gebruik in die yskas sodat dit langer en meer eweredig kan brand.
- Verwyder kerswas van blakers deur die blaker in seepwater met 'n paar druppels ammoniak te was.

Koper

- Gooi 'n pakkie wynsteensuur en Sunlight-skottelgoedseep in 'n emmer met warm water. Week die koper daarin vir 'n paar uur. Haal uit en vryf droog. Die oplossing dring in al die hoekies en gleufies in en laat die koper pragtig nuut lyk!
- Koperware kan pragtige blink gemaak word as dit nou en dan met sout en asyn afgeveer word.
- Vryf koper blink met sout en asyn/suurlemoenmengsel.

Kougom

- Verwydering van kougom uit jou klere om die taai kol met klein bietjie grondboonbotter te smeer. Die olierigheid help om die taaiheid uit te kry.

Krane

- Om 'n kraan mooi blink te kry, vryf dit met 'n halwe aartappel.

Matte

- Hoeke wat omkrul – Maak 'n dik stysel pasta aan en plak dit aan die rante van die mat. Stryk dan bo-oor bruinpapier met 'n baie warm yster.
- Meng 4 eetlepels brandspiritus, 4 eetlepels wit asyn, 4 eetlepels "Scrubb's Cloudy Ammonia" en 1 liter warm. Smit met sproeikannetjie op die kol en borsel deeglik.
- Meng lou water met 'n handvol sout en 60ml asyn. Borsel matte met mengsel. Dit bring die kleur weer mooi na vore.
- Om die matpole weer mooi te laat opstaan waar 'n voorwerp lank gestaan het – Plaas 'n paar lae nat lappe op die area. Hou dan 'n warm yster bo-op sodat die stoom die pool kan laat opstaan. Kan laat op "fluff" met 'n klein borseltjie agterna.
- Om reuke van kat- en hondepiepie uit jou matte te kry - Kook saam 1kg Surf, 750ml Spirits, 2 botteltjies bloekomolie en 5 liter water. Gebruik soos matsjampoe in jou matwasser en verdun voor gebruik.
- Sodawater of wit asyn haal gewoonlik hardnekkig vlekke soos rooiwyn en bloed uit matte uit.
- Stop 'n skoon vloerlap in 'n plastiek groentesakkie en was jou matte daarmee. Verwyder kolle op 'n mat met 1 deel witasyn en 3 dele water.
- Vir 'n Lopende mat – knip 'n badmatjie in stokies en plak vas onder aan die hoeke.
- Vir 'n Lopende mat – plak ingelegde vrugtebottel rubbers onderaan op hoeke van looper.
- Vir 'n Lopende mat – werk ou matblokkies met die pool na onder op die hoeke vas.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Indien jy 'n mat wil koop, vra dat die mat oopgerol word. Kyk na die plat mat voordat jy besluit om te koop. 'n Oopgerolde mat se kleur vertoon anders oopgerol as plat.
- Waar ink op 'n mat gemors is, trek jy dit dadelik op met kladpapier, vryf die kol met 'n lap wat in gekookte melk gedoop is en vryf daarna met 'n droë lap.

Messe

- Messe van vlekvrystaal bly langer skerp.
- Vryf messe met suurlemoensap mooi blink.

Meubels

- Laaie wat sukkel om oop te maak kan bo op die laai met seep of kerswas gesmeer word.
- Plaas 'n paar stukkie wol op die hoeke van jou besem en voorkom so dat jou meubels en vloerlyste beskadig word.

Leersitkamerstelle

- Gebruik een deel asyn met twee dele gekookte lyn-olie. Die mengsel moet goed geskud word. Smeer dan aan soos meubel politoer en poleer na die tyd.
- Was leerbanke met seep en water, vryf droog en smeer vaselien of olyfolie aan. Laat staan 24 uur en vryf blink. Dit laat die leer langer hou.
- Was leerstoel met bietjie melk – jy sal verbaas wees om te sien hoe pragtig en nut dit weer lyk.

Meubel politoer

- Gebruik byewas met terpentyn om jou meubels mee blink te vryf
- Meng asyn en suurlemoenolie om die helfte aan en gooi in 'n spuitbottel vir jou meubels.

Hout

- Gebruik "Zeb" om ou vernis en aangepakte vuilheid van ou houtmeubels af te haal. Spuit aan en die vuilis borrel letterlik af. Vee dan dadelik af met lap en skoon water. Dit beskadig nie die hout nie en dring diep in al die groefies en krakies in.
- Moenie gepoleerde meubels in son laat staan nie. Son verbleik dit permanent. Gooi liever 'n doek bo-oor indien dit in die son moet staan.
- Om meubels te poets - neem byewas, meng met terpentyn, vryf aan die hout en poleer.
- Verniste hout kan met koue tee skoongemaak word.

Ivoor

- Klavier
 - Hou die klavier partykeer oop – ivoor word vinnig geel in donkerte.
 - Moenie boeke en ornamente op 'n klavier pak nie. Dit verdof die klank.
 - Indien die sleutel plat bly as jy hom speel, is dit 'n teken van vogtigheid binne jou klavier.
- Laat lê ivoor in melk spoel af in seepwater.
- Om vuil ivoor mooi wit te maak – Laat lê in die son vir 'n ruk.
- Spierwit ivoor kan in sterk koffie of tee gedoop word totdat kleur vir jou donkerder lyk.

Rotangstoel

- Maak rotangstoel skoon met 'n mengsel van seep, warm water en spiritus.

Muurpapier

- Wanneer muurpapier gestoor word, laat lê horisontaal en nie regop nie omdat dit dan makliker knak.

Plastiekware

- Laat lê tupper-deksels in 'n groot skottel met warm water en 'n goeie hoeveelheid Jik/Domestos. Dit werk baie goed en alles lyk weer splinternuut en skoon..
- 'n Bietjie gliserien in die water verhoed dat 'n plastiektafeldoek verhard wanneer jy dit was.
- Om ou Tupperware/plastiek weer soos nuut te laat lyk meng Omo in koue water en los oornag, spoel dan net goed af.
- Raad teen taai Tupperware, maak vee af met 'n bietjie Brasso en was dan in lekker warm seepwater.
- Spuit jou 'tupperware' gerus met Brillo of Mr Muscle oondskoonmaker en na 'n paar minute, was jy af met lekker warm seep water, dit werk wonderlik en beskadig nie jou 'tupperware' nie.
- Verwyder kreukels uit 'n plastiese tafeldoek, deur 'n dik, klam handdoek daaroor te gooi en met 'n warm yster te stryk.

Rasper

- Hou 'n ou tandeborsel byderhand in die kombuis. Dit is handig om die kos van 'n rasper uit te borsel.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Rekkies

- Draai rekkies op die punte van die hanger om die lussie in posisie te hou.
- Rekkies hou langer as hulle gevries word.

Reuke

- Gooi bleikmiddel in bottel vir ten minste 12 ure vir baie sterk reuke.
- Indien rubber handskoene sleg ruik van sweet – Was die handskoene binne mooi en gooi 'n bietjie poeier in die handskoen en trek dan aan.
- Knoffelasem kan verwyder word deur vars mint, pietersielie of seldery te kou.
- Meng 'n eetlepel versagmiddel met water in 'n spuitbottel en siedaar 'n uitstekende lugverfrisser.
- Om die ou reuk uit bottels te kry, vul met 'n oplossing van water en koeksoda.
- Om die reuk van mottegif te verwyder, kan watte met twee of drie druppels vanilla daarop gebruik word.
- Om die uiereuk uit jou plastiekbakkies te kry. Plaas die houër in die son vir 'n paar uur.
- Om muurweringe reuk in laaie te verwyder, kan 'n suurlemoen in laaie geplaas word.
- Om ruik uit kattsand te kry, meng kattsand met babapoeier.
- Om slegte reuke uit skottelgoedwatter te verwyder – Gooi 4 eetlepels koeksoda onder die onderste rak en sit die watter op spoel en die masjien vers te kry.
- Raak ontslae van sterk en onaangename kosreuke wat aan 'n kerfplank kleef deur dit met 'n halwe pomelo of suurlemoen te vryf en dan af te spoel.
- Sprinkel sout en kaneel oor aanbrandsels op die stoof om die reuk te verwyder.
- Strooi koeksoda in skoene wat sleg ruik – Laat oornag staan.
- Verwyder kosreuke in huis deur 1 teelepel fyn kaneel of fyn naeltjies te kook in 250ml water vir 15 minute.
- Verwyder reuke uit bottels deur vol te maak met 'n mengsel van koue water en 4 telepels droë mosterd. Gooi uit na 'n halwe dag en spoel deeglik uit.
- Verwyder visreuk van eetgerei deur dit in asynof suurlemoenwater af te spoel.
- Vryf jou hande met droë mosterd om van uie-reuk ontslae te raak.

Slegte asem

- As jy in die oggend gorrel met een teelepel heuning en kaneel in warm water, dan bly jou asem deur die dag vars.
- As jy knoffel geëet het, kou kardamom saadjies in hulle omhulsels. Wanneer dit sag is, gooi die doppie weg en sluk die saadjies in, dit verbloem die reuk.
- Kou koffiepitte of pietersielie, dit laat die asem weer vars ruik, selfs al het jy knoffel geëet.
- Nadat jy knoffel geëet het, neem 'n kwart glasie melk 'n halwe teelepel vanielje essens. Verhit so effens in die mikrogolfoond en drink dit.
- Trek pietersielie in kookwater en laat afkoel, gorrel dan hiermee.
- Vir 'n vars asem, gorrel met lewensessens, of gorrel met pietersieliewater of kou rou pietersielie.
- Vir slegte asem kan jy net kruienaetjies kou.

Mikrogolfoond

- 3 dele water en 1 deel suurlemoen sap of asyn in 'n koppie kan gekook word vir tien minute op laag om hardnekkige reuke te verwyder. Vee die mikro uit met klam lap daarna.

Riool & Toilette

- Gooi 1 koppie sout, 1 koppie koeksoda en 1 ketel kookwater in 'n riool wat met vet verstop is. Die vetterigheid los dadelik op.
- Gooi elke aand nadat die finale skottelgoed gewas is, 'n handvol sout in die afvoerpyp af. Die sout sal langamerhand in die pyp afbeweeg en dit vry van vettigheidhou.
- Maak 'n pasta van boraks en suurlemoen sap, spoel die toilet en smeer die pasta aan vlekke in die toilet. Laat dit vir 2 ure so staan en skrop dan.
- Maak altyd die toiletdeksel toe. 'n Toe deksel keer dat kieme versprei en sit 'n stop aan die man/vrou bakleiery oor wie moet wat toemaak.
- Om verstopte afvoerpype weer vry te laat vloei gooi jy 'n kwart koppie koeksoda in die uitloop. Gooi 'n halwe koppie asyn agterna en plaas die prop terug. Wag 15 minute en gooi 4 liter kookwater in. Hierdie metode kan ook gebruik word om verstopte pype skoon te maak.
- Probeer skottelgoedwasmiddel en kookwater om 'n verstopte toilet oop te maak.
- Toiletbakke kan silwerskoon gemaak word deur verslane Coke te gebruik. Laat dit vir 'n ruk staan en spoel uit.
- Toilet papier word so ingesit dat die papier van bo-af rol.

Sigarette

- 'n Paar bakkies vol asyn in die vertrek keer ook dat die rook intrek in meubels.
- Gooi sout of bakpoeier onder in asbakkies om stompie brandvlekke te voorkom en reuke te verminder.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Steek 'n paar kerse op in 'n vertrek waar baie gerook word.

Urinereuke - Honde en katte

- Meng 'n botteltjie vanieljegeursel met dieselfde hoeveelheid Dettol (slegs Dettol), op 750ml water. Gooi in spuitkannetjie en spuit op aangetaste dele, vrylik op mat, banke, gordyne en selfs in die lug as lugverfrisser. Dit werk wonders en ruik heerlijk skoon en vars. En dit neutraliseer die reuk geheel en al.
- Om reuke van kat- en hondepiepie uit jou mat te kry - Kook saam 1kg Surf, 750ml Spirits, 2 botteltjies bloekomolie & 5 liter water. Gebruik soos matsjampoe in jou matwasser en verdun voor gebruik.
- Strooi koeksoda op die urien. Los rukkies en stofsuiers soos gewoonlik. Dit sal ook voorkom dat die dier weer daar urieneer.

Verf

- Ammoniak in water trek ook die reuk uit in die vertrek.
- Gooi 'n botteltjie vanilla geursel in 'n bakkie of in 'n piering en plaas in vertrek waar die verf reuk is. Dit sal sommer gou die reuk verwyder.
- Om die sterk verf reuk uit 'n vertrek te verwyder, plaas 'n skottel met skoon water in die vertrek en die verf trek in die water in.

Vullisblik

- Gooi 'n bietjie kookwater binne-in plastiekbottels sodat bottel sag word. Druk dan plat en gooi in asblik.
- Gooi ys in houer gedoop in skuurpoer en skud dit in die houer rond. Gooi dan 'n paar suurlemoen of lemoenskilie in om reuke te verwyder.
- Hou die vullisblik higiënies deur kalk en amoniak op die bodem te gooi of Spuit 'n mengsel van Jeyes Fluid en water op jou vullisdrom om te sorg dat diere dit uitlos.
- 'n Paar motbolletjies onder in die blik voordat jy die plastieksak daarin plaas. Dit verwyder alle reuke.
- Sit bietjie katsand onder in jou vullisblik as dit ruik. Vervang wanneer klam.

Yskasreuke

- Neem 'n halwe suurlemoen en skep van die binneste deel uit met 'n lepel. Daar moet bietjie suurlemoen agterbly. Vul met sout en plaas in 'n bakkie agter in die vrieshokkie/yskas.
- Om reuke in yskas te verdryf plaas 'n deurgesnyde pynappel daarin.
- Plaas 'n ou spesery botteltjie (oop) gevul met vanilla essence in yskas.
- Sit 'n strukkie steenkool of 'n paar houtskoolblokkies in die yskas.
- Twee snye swart geroosterde brood as jy nie steenkool het nie.
- Was goed met asyn en soutmengsel en plaas 'n paar swembad-chloor-balletjies in 'n oop houer in die kas en maak die deur toe.

Skêre

- Knip fyn skuurpapier of "emery board" met stomp skêr om skerp te maak.

Skroefdoppe

- Trek 'n rubberhandskoen aan om 'n skroefdop makliker oop te draai.

Spieëls

- Maak 'n ou kous klam met 25ml asyn en 20ml lou water en vryf spieëls blink daarmee. Die asyn sal vlieë weg hou.
- Spieëls wat opstoom in die badkamer - smeel gliserien aan en vryf op

Staalwol

- Om te verhoed dat staalwol roes, hou 'n bakkie met water waarin koeksoda opgelos is by die opwasbak en sit die staalwol daarin na gebruik.

Teëls

- Om teëls in die kombuis of badkamer mooi te laat blink, gooi 'n bietjie paraffien by die water waarmee hulle afgewas word.

Tregter

- Sny die boonste gedeelte van 'n plastiek bottel oop en gebruik as 'n tregter.

Vensters

- Gebruik ou T-hemde om ruite mee skoon te maak. Die materiaal vorm nie wolletjies nie.
- Meng een deel paraffien een deel brandspiritus en een deel water. Spuit op die vensters was en laat dit self droog word. As dit egter waterstrepe maak poleer met ou koerantpapier.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Sukkel om motorvensters wat toegewasem het skoon te kry. Koop 'n swartborduitveer vir jou motor. Maak die vensters daarmee skoon wanneer die vensters weer toewasem.
- Voeg twee eetlepels asyn by die water vir silwerskoon vensters.
- Was die voorruit af met water en dan maar 'n bietjie seep, sommer skottelgoedwasmiddel. Spoel af en vryf dit droog met 'n stuk opgevrommelde koerantpapier.
- Was vetterige voorruit met Coke. Coke bevat Fosforsuur. Die suur breek die vet af. Was dan die ruit na die soos gewoonlik.

Vlekke

- Verwyder altyd 'n vlek van die randjie na binne om 'n te voorkom dat dit vloei.

Aanpaksels

- Aanpaksels aan 'n ketel se element kan verwyder word deur te kook met asyn
- As jy aangebrande kos vinnig uit 'n kastrol wil verwyder, kan jy dit vul met kookwater waarby twee eetlepels koeksoda of sout gevoeg is.
- Citrus Soda en suurlemoen of asyn maak 'n aangebrande pot sommer vinnig skoon!
- Om kalk te verwyder, kook ketels met asynwater.
- Plaas ketel in vrieskas totdat kante gevries is, sodra dit ontdooi kom die aanpaksel af.
- Voordat 'n nuwe pan gebruik word, kook 'n bietjie skoon asyn vir 'n paar minute daarin. Sal ook voorkom dat vasbrand.
- Voorkom aanpaksel deur 'n glas albaster permanent in die ketel te gooi.
- Vul met helfte wit asyn en helfte water. Stoom die strykyster tot die tenk skoon is. Hervul met skoon water en stoom weer die tenk leeg.

Baddens

- Gooi skoon swembadchloor pasta bo op en laat staan vir 'n paar minute.
- Om baddens skoon te maak, meng 2 eetlepels kalk, 2 eetlepels sout en 'n halwe bottel parrafien.
- Skuur met ou tandeborsel gedoop in wynsteensuur en peroxide mengsel.
- Vryf skoon met suurlemoensap en sout pasta.

Beet

- As beetvlekke op 'n kledingstuk is, gooi 'n bietjie melk op die vlek en laat week in koue soutwater. Was dan in warm seepwater.
- Op 'n mat kan beetvlekke verwyder word deur gliserien met 'n spons in te vryf en dit dan met warm seepwater te was.

Bier

- Biervlekke kan uit 'n mat verwyder word deur dit met witasyn te vryf.

Bloed

- As die bloed reeds droog is, week in koue soutwater (een eetlepel sout per liter water).
- Mielieblom kan bloedvlekke verwyder. Spoel die vlek in koue water, vryf dan klam mielieblom in. Plaas die item in die son.
- Om bloedvlekke uit te kry – week goed in parrafien en dan weer in koue water.
- Sodawater of wit asyn haal gewoonlik bloed vlekke uit matte uit.
- Week bloedvlek in koue water indien moontlik voordat die bloed droog is - en was daarna met seep in koue water.

Braaipan

- 'n Elektriese braaipan kan met foelie uitgevoer word om dit vlekloos te hou.

Brasso

- Op muurpapier kan dit verwyder word deur witbrood liggies oor die vlek te vryf.
- Op 'n mat moet dit eers droog word en kan daarna afgeborsel word.

Gras

- Indien die wit rugbybroekies groen merke op kry van die gras wanneer daar gespeel word. Spuit "windolene" daarop en vryf die broekie. Was dan soos gewoonlik en die groen merke sal weg wees.
- Vryf groenkoekie Sunlight Seep op vlek en laat in son droog word. Was dan soos gewoonlik.

Handdoeke

- Om vlekke op 'n handdoek te verwyder, vryf vlek met 'n bietjie Dettol.
- Handdoeke wat hard uit die was kom - veral in brak water - word sag gemaak deur die handdoeke in warm water met seep en ongeveer 'n handvol sout by (Los die sout op in die water) gegooi is. Moet nie versagter gebruik nie. Spoel die seep goed uit. Spoel weer maar gooi so 2 eetlepels wit asyn in die laaste uitspoelwater.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Ink

- Gebruik brandspiritus, alkohol of haarspoei om Balpunt pen ink-kol te verwyder. - Sit die gevlekte materiaal op 'n droë stuk watte. Deurweek nog 'n stuk watte met brandspiritus of bensien en dep dit aan die vlek. Herhaal met 'n skoon stukkies watte tot die vlek uit is. Spuit haarspoei aan die vlek en dep met skoon stukkies watte.
- Gebruik naellakverwyderaar om viltpenmerke van jou vel te verwyder.
- Ink uit tapyte te haal. - Neem karringmelk en 'n skoon lap. Gooi karringmelk op die ink en druk op met die lap totdat die ink uit is. Was dan die plek met warm water en ammoniak.
- Merkersink - Ink waarmee goedere gemerk is kan afgehaal word deur dit met 'n papierhandoek wat in alkohol gedoop is te vryf
- Om ink van 'n balpuntpen uit klere te haal: Drup Lennons Witdulsies op die merk en was soos gewoonlik.
- Strooi dadelik sout oor ink wat op wit materiaal gemors is vryf met 'n suurlemoen daaroor. Spoel die materiaal dan dadelik af en was soos gewoonlik.
- Vryf botter op die vlek en was die kledingstuk of vryf dit skoon met 'n lap wat in baie warm water geweek is. Jy kan ook eau-de-cologne of tandepasta gebruik.

Klere

- Bêre al jou wit goed in blou plastiese sakke. Dit keer dat die klere nie geel word nie.
- Blousel - dit kry in meeste supermarkte. Laat dit 'soak' - wees net versigtig want as dit nie mooi opgelos het nie maak dit bou kolletjies op jou klere.
- Kry vir jou 'n koekie Sunlight seep. Maak die klere nat en smeer hulle behoorlik met sunlight seep. Jy moet smeer en smeer totdat die wit skuimbolle verskyn. Laat lê dit so nat vir 2 of drie dae. (Moenie weer water bytap nie - die seep kan maar so droog word in die klere). Was dit dan normaalweg.
- Week dit in Sterri Nappi oornag. Dit was katoene, wolle, ens. en dit het niks skade aan die klere aangebring nie, maar die klere is so wit soos kan kom.
- Week wit sokkies in soutwater voordat jy dit was – dit verwyder alle vlekke.

Kraag

- Maak 'n pasta van asyn en koeksoda en vryf dit aan die kraag.

Kryt

- Krytmerke op mure en klere - borsel met tandepasta op ou tandeborsel.

Koppies

- Week die vlek in in eetlepel sout en een koppie water. Nat sout verwyder die vlekke van koppies en pierings. Vlugsout haal vetvlekke uit.
- Week koffiebekers oornag in 'n bleikmiddel om van vlekke ontslae te raak.

Kougom

- Verwyder kougom uit jou klere om die taai kol met grondboonbotter te smeer. Die olierigheid en so werk te mooi saam om die taaiheid uit te kry. So 'n klein bietjie vryf en alles is uit.
- Vryf 'n ysblokkie daaroor sodat dit kan hard word en trek af. As dit 'n vlek los, druk 'n bietjie bloekomolie of terpentyn op. Dis geskik vir vloere, matte, teels en materiaal.

Linne

- Om linnegoed wit te maak. Sny 'n dik skyf van 'n skoongemaakte suurlemoen. Sit dit saam met die linne in 'n pot as dit gekook word. Die suurlemoen neem al die vlekke uit die linne uit en maak dit mooi wit.
- Warm seepwater is die beste raad vir vlekke op tafellinne.

Lipstiffie

- Lipstiffie kan verwyder word deur die kledingstuk tien minute in seepwater te week, uit te spoel en weer in seepwater te was.
- Verwyder lipstiffiemerke van jou klere met bloekomolie.

Marmervlekke

- Om vlekke uit marmer te haal strooi jy fyn boraks op. Was na 'n paar minute dit af met warm water.

Matte

- Biervlekke kan uit 'n mat verwyder word deur dit met witasyn te vryf.
- Indien troeteldier op die mat geurineer het, gooi koeksoda daarop. Los rukkies en stofsuiers soos gewoonlik.
- Meng 4 eetlepels brandspiritus, 4 eetlepels wit asyn, 4 eetlepels "Scrub's Cloudy Ammonia" en 1 liter warm water. Spuit met sproeikannetjie op die kol en borsel deeglik

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Om ink uit matte te haal. - Neem karringmelk en 'n skoon lap. Gooi karringmelk op die ink en druk op met die lap totdat die ink uit is. Was dan die plek met warm water en ammoniak.
- Sodawater of wit asyn haal gewoonlik hardnekkig vlekke soos rooiwijn en bloed uit matte uit.
- Stop 'n skoon vloerlap in 'n plastiek groentesakkie en was jou matte daarmee. Verwyder kolle op 'n mat met 1 deel witasyn en 3 dele water.
- Waar ink op 'n mat gemors is - trek jy dit dadelik op met kladpapier, vryf die kol met 'n lap wat in gekookte melk gedoop is en vryf daarna met 'n droë lap.

Olie & Vetkollie

- Gooi babapoeier op vetkollie in kledingstukke voor jy dit was.
- Indien daar olie op die plaveisel of motorhuisvloer gedrup het, kan dit skoongemaak word deur gewone sement op die olie te gooi. Die sement sal die olie absorbeer en kan na 'n dag of wat met 'n besem weggevee word.
- Oliebottels kan maklik skoongemaak word deur 'n bietjie koffiemoer in die bottels te gooi en goed te skud. Was daarna uit met skoon water.
- Om kerswas van materiaal te verwyder, plaas 'n stuk koerantpapier bo-oor die materiaal en stryk met 'n lou yster. Die was sal dan in die papier in trek en die materiaal sal weer skoon wees.
- Om vet kollie van klere te verwyder is om 'n blikkie Coke op die klere te gooi. Was dan die klere soos normaal. Die Coke sal help om die vetkollie op te breek en te verwyder.
- Om vetkollie van klere te verwyder, spuit gewone Doom op die kol en vryf die kol en spoel uit.
- Vryf olie- en vetvlekke op klere met bensien. Was dan soos gewoonlik en hang op om droog te word.

Pampoene

- Om te verhoed dat die hande vlekke wanneer pampoene geskil word, smeer die hande vooraf met bietjie botter of vet.
- Suurlemoensap sal hande wat deur groente gevlek is weer mooi wit.

Plafonne

- Plafonne wat klein merkies of vlekke op het, kan weer nuut lyk as dit met wit skoenpolitoer behandel word.
- Vir kwaai waterlekkie wat die plafonne bruin vlek: Verf wit padverf daarop. Die bruin vlekke sal nie weer deurslaan nie.

Roes

- Vryf 'n bietjie wynsteensuur saam met water op die roesvlek.

Sigarette

- Gooi bakpoeier onder in asbakkies om stompie brandvlekke te voorkom en reuke te verminder.
- Verwyder nikotienvlekke van jou hande met suurlemoensap.

Strykyster

- Verwyder stysel wat vasgebrand het aan 'n yster deur tafelsout op bruinpapier te gooi en die yster daarvoor te vryf.
- Vryf 'n halwe suurlemoen gedoop in sout oor die strykyster se boom.

Sweet

- Dit is nie nodig om moedeloos te raak oor perspirasievlekke op kledingstukke nie. Gebruik sommer die wasbak en week die kledingstuk in vuur warm water en 'n koppie wit asyn. Gebruik 'n houtlepel om dit nou en dan om te roer. Week dit vir 1 uur en was dan soos gewoonlik.
- Hardnekkige sweetvlekke op wit klere kan ook met aspirien verwyder word. Los twee aspirientablette op in warm water en weet die vlek daarin vir 'n paar uur. Was dan soos normaal.
- 'n Alternatief is om bloot 'n koppie asyn by die spoelsiklus van jou wasgoed te gooi. Dit moet egter net by koue water gevoeg word. Asyn is ook 'n goedkoop alternatief vir 'n versagmiddel.
- Nog raad vir vlekke op klere is om 'n pasta met bakpoeier en water te maak en dit op die vlek te los vir 1 uur. Was dan soos gewoonlik.
- Probeer so van hardnekkige sweetvlekke ontslae raak op wit kledingstukke: Meng een deel water met vier dele waspoeier en smeer dit aan die plekke (aan die binnekant van die klere). Laat dit vir een uur staan en borsel dan liggies. Spoel die kledingstuk skoon met koue water. Week dit dan oornag in koue water gemeng met vier eetlepel waspoeier. Was dan soos normaalweg.

Tee

- Om teevlek uit materiaal te kry, maak 'n mengsel van gliserien en die geel van 'n eier. Wend aan en laat droog word. Was in koue water.
- Vryf teevlekke met fyn tafelsout van teekoppies af.
- Verwyder koffie- en teevlekke op plastiekware deur dit met koeksoda te skuur.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Teer

- Haal teer op motors af met paraffien.
- Om teermerke van jou motor af te kry, vryf die merk op met gewone botter of margarien aan 'n lap.
- Teerkolle op klere kan verwyder word deur bloekomolie op die kolle te smeer en dit daarna met warm water te was.

Toilet

- Gooi 'n blikkie Coke in die toilet en laat staan vir 'n uur. Spoel die toilet en jy sit met 'n sprankel skoon toilet.
- Om 'n gevlekte toilet skoon te maak is swembadsuur of chloor in toilet gegooi word en gelaat vir 'n ruk. Skrop en spoel.
- Om hardnekkige water vlekke in bak uit te kry kan 3 koppies asyn ingegooi word en gelaat word vir 'n paar uur. Borsel en spoel.

Vlekvryestaal

- Om messegoed van vlekvryestaal skoon te kry, maak die opwasbak in jou kombuis halfvol water, voeg 'n halwe koppie huishoudelike bleikmiddel daarin en week die messegoed 'n halfuur lank. Spoel deeglik af en vryf droog.

Vrugtevlekke

- Om vrugtevlekke uit materiaal te haal. Sprei die stuk oor 'n bak, gooi kookwater tweemaal daarop, en droog dit in die son. Moenie seep gebruik nie.

Water

- Indien jy hardnekkige watervlekke in 'n beker of houër het – Vul houër met asyn en laat staan 'n paar uur en verwyder dan met 'n skuursponsie. (Asyn kan oor en oor gebruik word vir die doel.)
- Indien warmfles lank gaan staan: Gooi 'n paar suiker klonte in die fles om klammigheid uit te hou.
- Maak 'n gevlekte warmfles skoon met 3 eetlepels koeksoda gevul met kookwater. Laat vir 15 minute, spoel en laat om droog te word.
- Om hardnekkige koffie reuke en vlekke in warmfles te verwyder, gooi een koppie kookwater met een eetlepel rou rys in. Skud die bottel vir 'n paar minute, spoel uit en laat om droog te word.

Wyn

- Gooi dadelik sout op die vlek of gooi witwyn oor die vlek.
- Sodawater of wit asyn haal gewoonlik hardnekkig vlekke soos rooiwyn uit matte uit.

Vuurmaak

- Gebruik leë melkkartonne om vuur te maak – die lagie waarmee hulle buite behandel is maak dat hulle lank brand.
- Gebruik ongebruikte sanitêre doekies om vuur aan te steek.
- Indien jy papier brand moenie gekleurde tydskrifte gebruik nie, dit laat lood gasse agter.
- Rol koerantpapier in 'n dun rolletjie. Knak in die middel en steek vuur dan aan.
- Vuurhoutjies wat nat is kan die punt in naellak gedruk word en onmiddellik aangesteek word terwyl dit nog nat is.

Was

Skottelgoed

- 'n Wenk vir almal wat so lui is om laatnag skottelgoed te was. Spuit 'n oplossing skottelgoedseep en water op die stoof, potte en ander skottelgoed. (Laat die eetgerei in 'n roomysbak met water week). Die volgende oggend vee jy net die stofooppervlak af, en potte en ander skottelgoed is sag en reg vir die was.
- Skottelgoedseep - Gebruik die plastiek tipe tweeliter koeldrankbottels. Gooi twee bottels koue water (dus 4 liter water) in 'n kastrol. (Groot genoeg om sowat 11 liter vloeistof te kan neem) Plaas die kastrol op 'n stoofplaat wat op die hoogste hittegraad aangeskakel is. Terwyl die water stadig warm word gooi die volgende in die kastrol:
2 Bottels Anti Bacterial Dishwashing Liquid (1,5 liter elk) of enige ander tipe vloeibare skottelgoedseep.
1kg Waspoelier. Die goedkoopste wat jy in die hande kan kry. Op die stadium koop ek Daisy High Foam.
Die tipe waspoelier wat jy vir outomatiese wasmasjiene koop is nie so geskik nie omrede dit minder skuim en ook duurder is. Ek gebruik 'n houtlepel om die mengsel stadig deur te roer.
Hierna gooi ek nog twee, tweeliter bottels warm kraanwater by die mengsel (dus nog 4 liter warm water).
Roer die mengsel steeds stadig deur. Hierna kom die laaste twee bestanddele by:
1 Groot opskepel Glycerine en 4 groot opskepel Spirits (Blou pers menthylated spirits)
Roer alles goed deur. Wanneer die water amper kookpunt bereik, haal die mengsel van die stoofplaat af en laat dit heeltemal afkoel. Gooi daarna oor in bottels vir verdere gebruik.
Dit lewer sowat 11 liter skottelgoedseep.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Wasgoed

- As beetvlekke op 'n kledingstuk is, gooi 'n bietjie melk op die vlek en laat week in koue soutwater. Was dan in warm seepwater.
- As die bloed reeds droog is, week in koue soutwater (een eetlepel sout per liter water).
- Bespaar water en krag deur jou lakens teen 60 grade, in plaas van 90 grade te was. Dit sal nog skoon wees!
- Gebruik brandspiritus, alkohol of haarspoei om Balpunt pen ink-kol te verwyder. - Sit die gevlekte materiaal op 'n droë stuk watte. Deurweek nog 'n stuk watte met brandspiritus of bensien en dep dit aan die vlek. Herhaal met 'n skoon stukkie watte tot die vlek uit is. Spuit haarspoei aan die vlek en dep met skoon stukkie watte.
- Gooi babapoeier op vetkollie in kledingstukke voor jy dit was.
- Gooi dadelik sout op die witwynvlek.
- Handdoeke wat hard uit die was kom - veral in brak water. Was jou handdoeke in warm water met seep en gooi ongeveer 'n handvol sout by (Los die sout op in die water). Moet nie versagter gebruik nie. Spoel die seep goed uit. Spoel weer maar gooi so 2 eetlepels ammoniak of wit asyn in die laaste uitspoelwater.
- Hou afroogdoeke sag deur hulle onder koue water, met 'n knippie Engelse sout by, uit te spoel.
- Hou jou wit klere wit deur dit in 5 liter water en 1 koppie asyn te week.
- Hou sokkies in pare deur hulle met hakspelde aan mekaar vas te maak en dan in die wasmasjien te gooi. Dit bespaar baie tyd en veral as die gesin groot is.
- Indien die wit rugbybroekies groen merke op kry van die gras wanneer daar gespeel word. Spuit "windolene" daarop en vryf die broekie. Was dan soos gewoonlik en die groen merke sal weg wees.
- Kry vir jou 'n koekie Sunlight seep. Maak die klere nat en smeer hulle behoorlik met sunlight seep. Jy moet smeer en smeer totdat die wit skuimbolle verskyn. Laat lê dit so nat vir 2 dae. (Moenie weer water bytap nie - die seep kan maar so droog word in die klere). Was dit dan normaalweg.
- Krymerke op klere - borsel met tandepasta op ou tandeborsel.
- Lipstiffie kan verwyder word deur die kledingstuk tien minute in seepwater te week, uit te spoel en weer in seepwater te was.
- Maak 'n pasta van asyn en koeksoda en vryf dit aan die kraag.
- Mielieblom kan bloedvlekke verwyder. Spoel die vlek in koue water, vryf dan klam melieblom in. Plaas die item in die son.
- Om beetvlek te verwyder gebruik gliserien met 'n spons in te vryf en dit dan met warm seepwater te was.
- Om bloedvlekke uit te kry – week goed in parrafien en dan weer in koue water.
- Om ink van 'n balpuntpen uit klere te haal: Drup Lennons Witdulsies op die merk en was soos gewoonlik.
- Om inkvlekke uit te kry, Vryf botter op die vlek en was die kledingstuk of vryf dit skoon met 'n lap wat in baie warm water geweek is. Jy kan ook eau-de-cologne of tandepasta gebruik.
- Om kant wit te hou, was dit gereeld in melk.
- Om kerswas van materiaal te verwyder Plaas 'n stuk koerantpapier bo-oor die materiaal en stryk met 'n lou yster. Die was sal dan in die papier in trek en die materiaal sal weer skoon wees.
- Om linnegoed wit te maak. Sny 'n dik skyf van 'n skoongemaakte suurlemoen. Sit dit saam met die linne in 'n pot as dit gekook word. Die suurlemoen neem al die vlekke uit die linne uit en maak dit mooi wit.
- Om muf uit klere te kry,
 - Neem 'n halwe botteltjie vanilla essence, gooi dit in 'n skottel met water en week die kledingstuk 'n ruk daarin. Hang dit dan in die buitelig om droog te word.
 - Neem verdunde water en vanielje en lê jou klere daarin. Dit het regtig die muf reuk uit die baadjie geneem.
 - Week net jou kledingstuk oornag in asyn of Jeyes Fluid, dit behoort die reuk uit te kry
- Om slegte reuke wasmasjien te verwyder – Gooi 4 eetlepels koeksoda en sit die wasser op spoel.
- Om te voorkom dat ligte wolletjies op donker klere kom, draai die binnekant buite toe en was dan.
- Om te voorkom dat wolklere rek in 'n wasmasjien – gooi dit in 'n kussingsloop en was dan.
- Om teevlek uit materiaal te kry, maak 'n mengsel van gliserien en die geel van 'n eier. Wend aan en laat droog word. Was in koue water.
- Om vet kolle van klere te verwyder is om 'n blikkie Coke op die klere te gooi. Was dan die klere soos normaal. Die Coke sal help om die vetkollie op te breek en te verwyder.
- Om vetkollie van klere te verwyder, spuit gewone Doom op die kol en vryf die kol en spoel uit.
- Om vlekke op 'n handdoek te verwyder, vryf vlek met 'n bietjie Dettol.
- Om vrugtevlekke uit materiaal te haal. Sprei die stuk oor 'n bak, gooi kookwater tweemaal daarop, en droog dit in die son. Moenie seep gebruik nie.
- Sodawater of wit asyn haal rooiwynvlekke uit.
- Strooi dadelik sout oor ink wat op wit materiaal gemors is vryf met 'n suurlemoen daaroor. Spoel die materiaal dan dadelik af en was soos gewoonlik.
- Teerkolle op klere kan verwyder word deur bloekomolie op die kolle te smeer en dit daarna met warm water te was.
- Verminder jou kragrekening deur al jou strykwerk op een slag te doen.
- Verminder jou kragrekening deur die wasmasjien se voor-was siklus oor te slaan as jou klere nie baie vuil is nie. Dit sal tot 20% minder elektrisiteit gebruik.
- Verwyder kougom uit jou klere om die taai kol met grondboonbotter te smeer. Die olierigheid en so werk te mooi saam om die taaiheid uit te kry. So 'n klein bietjie vryf en alles is uit.
- Verwyder lipstiffiemerke van jou klere met bloekomolie.
- Voeg asyn by uitspoelwater van gordyne. Dit sal verhinder dat stof maklik aan gordyne vasleef.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Vryf 'n bietjie wynsteensuur saam met water op die roesvlek.
- Vryf olie- en vetvlekke op klere met bensien. Was dan soos gewoonlik en hang op om droog te word.
- Warm seepwater is die beste raad vir vlekke op tafellinne.
- Was kantgordyne in 'n kussingloop sodat dit nie beskadig raak in die wasmasjien nie.
- Wasmajiene en skottelgoedwassers moet net aangesit word as hulle vol is.
- Week bloedvlek in koue water indien moontlik voordat die bloed droog is - en was daarna met seep in koue water.
- Week gevlekte klere in Sterri Nappi oornag. Dit was katoene, wolle, ens. en dit het niks skade aan die klere aangebring nie, maar die klere is so wit soos kan kom.
- Week jeans in soutwater voor jy dit was om te verhoed dat dit verbleik.
- Week wit sokkies in soutwater voordat jy dit was – dit verwyder alle vlekke.

Klere

- Draai gewone rekkies op die punte van die hanger om die lussie in posisie te hou.
- Gebruik 'n hand skeermes om wolletjies van trui af te skeer.
- Gooi 1 teelepel olyfolie by wit wolgoed laat dit mooi spierwit bly.
- Hou 'n magneet in jou spelde blikkie om alles mooi bymekaar te hou. (Veilig indien dit sou uitval)
- Hou jou wit klere wit deur dit in 5 liter water en 1 koppie witasyn te week.
- Indien jy 'n romp moet ophang op 'n gewone hanger – Knyp dit vas met 2 wasgoedpennetjies aan 'n draadhanger.
- Lipstiffie kan verwyder word deur die kledingstuk tien minute in seepwater te week, uit te spoel en weer in seepwater te was.
- Om 'n rits makliker beweegbaar te maak kan dit met kerswas, seep of potlood bo-oor gevryf word.
- Om inkvlekke uit te kry, Vryf botter op die vlek en was die kledingstuk of vryf dit skoon met 'n lap wat in baie warm water geweek is. Jy kan ook eau-de-cologne of tandepasta gebruik.
- Om kreukels sonder 'n strykyster uit jou klere te kry en hang klere op hangers in toe badkamer wat vol stoom is.
- Om muf uit klere te kry, Neem 'n halwe botteltjie vanilla essence, gooi dit in 'n skottel met water en week die kledingstuk 'n ruk daarin. Hang dit dan in die buitelig om droog te word.
- Om muf uit klere te kry, neem verdunde water en vanielje en lê jou klere daarin. Dit het regtig die muf reuk uit die baadjie geneem.
- Om muf uit klere te kry, plaas suurlemoenskil in laaie om van die muwwerige reuk ontslae te raak.
- Om muf uit klere te kry, week jou kledingstuk oornag in asyn of Jeyes Fluid - dit behoort die reuk uit te kry
- Om statistiteit uit jou klere te kry, steek 'n klein speltjie aan die binnekant van die soom van die rok, romp en selfs langbroek.
- Om te verhoed dat jeans verbleik, week jeans in soutwater voor jy dit was.
- Om te voorkom dat ligte wolletjies op donker klere kom, draai die binnekant buite toe en was dan.
- Om te voorkom dat wolklere rek in 'n wasmasjien – gooi dit in 'n kussingsloop en was dan.
- Om vismotte te beperk in jou klere kaste kan jy moesilien sakkies vol gegeurde kruie of klein sepies daarin sit – dit laat jou klere ook lekker ruik.
- Om wit handsakke of skoene skoon te maak vryf jy hulle met 'n lap gedoop in Dettol.
- Plaas maklike items onder matras vir 'n ruk om glad te druk en stryk/stoom dan.
- Teerkolle op klere kan verwyder word deur bloekomolie op die kolle te smeer en dit daarna met warm water te was.
- Vir blink klere – Stryk met 'press'-lap natgemaak in asyn.
- Vir blink klere – Vryf die blinkkant van klere met 'n halwe koppie swart koffie met 'n halwe koppie water. “Press” dan met 'n lap.
- Vir blink klere – Vryf dit met 'n lap gedruk in terpentyn of wit spiritus. Die reuk gaan later weg.
- Voed Leerbaadjies deur olyfolie op watte (of sagte lap) te sit en dan die leerbaadjie daarmee af te vees.

Handskoene

- Indien rubber handskoene sleg ruik van sweet – Was die handskoene binne mooi en gooi 'n bietjie poeier in die handskoene en trek dan aan.
- Om handskoene skoon te hou: Voor nuwe handskoene gebruik word, smeer die binneste goed met kryt. Dit sal help dat die handskoene nie vuil word van die sweet nie.
- Stoor die handskoene binnekant buite tot volgende keer gebruik word.

Linne

- Nadat jy die lakens en kussingslope gestryk het, sit byde lakens netjies en bypassende kussingslope binne een kussingsloop. (Alles is dan netjies bymekaar.)
- Om paslakens op te vou – vou lakens in helfte, sit hoeke in mekaar, vou weer dubbel en sit dan al hoeke netjies binne in mekaar. Nou kan jy die rante binne toe vou en die lakens verder vou.

Warmwatersak

- 'n Warmwatersak kan gevul word met kookwater deurdat dit plat op die tafel lê hou die nek skuins en gooi dan die water in. Gooi 1 teelepel sout by om water langer warm te hou.

Insekte & peste

- Om insekte te beperk in die huis – hang 'n vars bonneltjie brandnetel in die oop ventser.
- Smit insekte met 1 pak tabak goed getrek op 3 liter warm water. Syg deur doek. Voeg by: 1 eetlepel Skottelgoed seep & halwe bottel Brandspiritus

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Veilige spuitmiddel vir die Tuin.: Hierdie spuitmiddel sal insekte verjaag sonder om hulle dood te maak. Neem 20 Liter warm water, voeg een eetlepel koeksoda en 2 eetlepels Jeyes Fluid by. Vlok een vyfde van 'n steen blouseep in mengsel in roer goed tot al die bestanddele opgelos is.
- Vernietig insekte op diere deur te was met water waarin aartappels gekook is. Herhaal 'n paar keer.
- Vir enige ongewenste goggas in die koskaste, beddens of waar ookal, spuit met Fendona, te kry by die gifafdeling in supermarkte. Hierdie spuitstof is besonder mens- en dier-vriendelik - die kaste kan gespuit word en die kastrolle kan dadelik teruggepak word.

Borsluise & vlooië

- Knoffel in die hond se kos help om van vlooië ontslae te raak.
- Maak Chlorphyriphos sterk in 'n spuitkan aan en spuit orals. Dit help om vlooië-eiers wat die honde inbring van ontslae te raak.
- Meng 1 koppie ammoniak en 4 koppies water en spuit dit oral in die huis. Dit hou vlooië weg en vlek of beskadig nie houtvloer nie aangesien die ammoniak baie verdun is.
- Moet nie borsluis atrek nie! Smeer vaseline dik aan buitekant – hy versmoor en trek self koppie uit of smeer terpentyn aan tot hy self afval of steek vuurhoutjie aan, blaas dood en druk branddele teen borsluis se lyf – hy sal kop uittrek. Was na die tyd met warm water en seep af.
- 'n Paar takke kakiebos tussen die hond se komberse sal van vlooië ontslae raak.
- Om vlooië uit matte te hou, strooi Karbadust op die matte en laat dit vir 'n ruk voordat die matte gesuig word. Dit is veilig om ook die troeteldiere daarmee te poeier.
- Om vlooië weg te hou, was honde met Sunlightseep in water waarin 2 proppies Dettol opgelos is. Spoel ook af met Dettolwater. Onthou om hulle goed agterna af te spoel om vel irritasies te voorkom.
- Was jou troeteldiere twee tot drie keer met water waarin aartappels gekook is. Dit hou die borsluis en vlooië weg van hulle.

Kakkerlakke

- Kakkerlakke eet stof, so skaf 'n stofsuiwer aan en gebruik dit gereeld om die stof agter kaste, onder beddens, binne in kaste en al daardie ander donker hoekies uit te suig. Spuit Chlopirifos (gif) binne en buite die huis en jy sien die gedoentes nie weer nie. Gooi gereeld onverdunde jik in al die wateruitlate, dreine ens. en sit die prop in en laat oornag staan. Die ander goed soos die kakkerlak huisies en al die ander geldmaak foefies werk nie.
- Chlopirifos is by hardware- en afdelings winkels beskikbaar. Dit word verdun en aan lyste gesmeer met 'n kwas of aangespuit. Doen dit maar so elke 3 maande.
- Gebruik Baygon Green om hulle aanvanklik kakkerlakke dood te maak. Verwyder die kokkerotte wat jy kan. Maak skoon buite en oral in die kaste en areas waar hulle neig om voor te kom, bo-op jou geiser, ens. Wat 'n mens ook kan doen is om die poeier oral oor die oppervlak van jou kaste en laaie te gooi, papier bo oor le en dan alles terugpak in die kaste. Al nadeel van die poeier is, is dat dit neig om te lyk soos sout wat rond gemors is. Die poeier droog die kokkerot heeltemal uit. Al wat jy daar kry is 'n biltong kokkerot, so klein plat en verskrimpel. Die apteke verkoop nie meer die groot pakke borasic (boor) poeier nie. Dit is die selfde uitwerking wat dit op die kokkerot het. Die vog word uit hulle uit getrek.
- Kakiebos hou kakkerlakke weg. Plant een veral by jou dreine.
- Kry by die saadhandelaar Carba sproei. Dit word met water aangemaak en is nogal duur maar glo my dit werk wonderlik
- Meng Boraks en versiersuiker en sit dit se maar in doppies of proppies op strategiese plekke - veral onder die wasbak of kas onder die wasbak - hulle hou van die klammigheid. As hulle op die boraks loop, klou dit aan hulle pote vas en lek hulle agter die soetigheid aan, en blykbaar maak die boraks hulle dood.
- Meng mieliemeel en gips en sit water langsaan.
- Meng versiersuiker en gips so 50/50. Plaas in houers op die vloer en as alles volgens plan verloop, dan is jy ontslae van die ou oulike gediertejies.
- Sit bakkes met koeksoda orals in die huis (veral agter yskas, stoof, onder wasbak, ens.). Die kokkerotte eet dit (en dra dit na hul nes toe). Die vog binne hul lywe maak die koeksoda bruis en laat die kokkerot vrek. Dit voorkom ook dat 'n volwasse kokkerot eiers le voordat hulle doodgaan.
- Sit naeltjies in al jou kombuiske/ waar hulle ookal voorkom.
- Sit piesangskille in jou kaste. Vervang wanneer droog. Die goedjies hou blykbaar glad nie van die reuk nie.
- Spuit Dyroach oral teen vloerlyste, agter en onder meubels en in gleufies. Pak jou kombuiske uit en spuit teen die onderkante van die rakke. Los so vir 'n uur of twee. Vee die bokante van die rakke met 'n klam lap af en pak die goed weer terug. Moenie die onderkante van die rakke afvee nie. Doen dit vir 'n begin ten minste een maal 'n maand.
- Strooi Engelse sout, salietakkies of laventelolie op rakke om kakkerlakke weg te hou.

Krieke

- Meng wasgoedseep en water (eetlepel in 2 liter water) - gooi dit in die gaatjies in die gras - wag vir so minuut of wat en hulle sal uitklim omrede die seep hulle brand.

Miere

- Gooi bietjie paraffien in 'n miernes.
- Kap 'n ui fyn en sit dit op die spoor van swartmiere.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Kook korente in kasterolie en plaas in die pad van die miere.
- Maak "Die Ant" met water aan en spuit dit al teen die "scurtings" van jou huis.
- Maak Chlorphyriphos sterk in 'n spuitkan aan. Dit help selfs om die swartmiere uit die huis te hou.
- Meng ewe veel koeksoda en engelse sout en strooi oral rond (veral agter yskas, stoof, onder wasbak, ens.).
- Sit bietjie van die mengsel van 100ml water, 200ml suiker, 50ml Borax (kry by apteek) uit waar miertjies voorkom, sodat hulle dit kan nes toe dra. As mens sien hulle staan sulke kringe om die stroop, is dit 'n goeie teken dat hulle dit geniet. Sorg dat stroop altyd beskikbaar is. Mens sien nie onmiddellik resultate nie, maar na 'n drie tot vier weke begin jy agterkom daar is nie meer miere nie. Hulle dra die stroop nes toe, voer die ander miere en koningin daarmee en die hele nes vrek uit.
- Sit 'n stukkie suurlemoen neer waar miere in die huis pla of loop.
- Strooi 411-kunsmis. Dit is glo baie giftig en jy moet veral oppas vir jou honde of diere maar is glo verskriklik effektief. .
- Strooi bakpoeier of Vim of babapoeier of selfs meliemeel waar die miere loop, maar moenie dit afvee as jy skoonmaak nie.
- Strooi borax poeier binne kaste en laaie.
- Strooi Kamakazi krummels (moet nie met die hand strooi nie anders is dit nie effektief nie) ten minste een keer 'n week vir ses weke aanmekeer.
- Vir die klein miertjies in die huis smeer Kryt wat jy by die vlooiemark kry aan.
- Vir hierdie suikermiertjies wat so die kombuis kan oorneem. Strooi net rooipeper op strategiese plekke.

Miet

- Om miet uit droëvrugte of saad te hou, sit 'n paar vyeboomtakies binne-in die houer.
- Plaas 'n wit kers binne in die meel. Dit voorkom dat miete in die meel, poeiemelk, pasta, rys, ens. kom.
- Sit Lourierblare in meel om miet uit te hou.

Motte

- Droog lemoenskil in die oond en plaas dit in laaie en kaste om motte uit te hou.
- Engelse sout in kaste waar linne gebêre word, hou motte weg.
- Om die reuk van mottegif te verwyder, kan watte met twee of drie druppels vanilla daarop gebruik word.
- Om vismotte te beperk in jou klere kaste kan jy moesilien sakkies vol gegeurde kruie of klein sepies daarin sit – dit laat jou klere ook lekker ruik.
- Plaas 'n paar koekies seep in linnekas. Dit sal die motte weghou en gee ook 'n aangename reuk aan die linne.
- Raak onslae van motte deur Sunlight wasgoedseep (die groen blokke) te rasper en in die kas/sak waar jy komberse en linne bêre te strooi.
- Sit lappies geweek in parafien in jou kas om motte uit jou klere te hou.
- Sprinkel terpentyn op stukkie papier en sit dit in jou kas om motte uit jou klere te hou en sit stukkie kamfer in jou kas om motte uit jou klere te hou.

Molle

- Hondebollie die slagysters op die grasperk kan help om molle weg te hou. Gooi hulle oral in die gate/tonnels.

Muise

- Gooi motbolle op jou huis se plafon en geen muis of rot sal dit naby die plafon waag nie. Ons verpes muise en rotte en muise en rotte verpes die reuk van motbolle.
- Gooi pepermentolie by muisgate.
- Meng in gelyke hoeveelhede gipspoeier en versiersuiker. Die sit jy sommer in bakkies orals in jou kaste - alle verskuilde gaatjies neer en los dit daar. Hulle kom eet daaraan en dan versteen hulle magies.
- Sit grondboontjebotter op muisvalletjies om muise of rotte te vang. Muise verkies grondboontjebotter bo kaas.

Muskiete

- Gaan na enige apteek of winkel en gaan koop 'n bottel Lavender olie. Dit sal jou kalm en rustig maak en hou die muskiete weg. Vryf aan bene en ek gooi sommer op die beddegoed bietjie olie. Sit olie in brander met bietjie growwe sout. Gebruik dan die growwe sout om in te bad.
- Gooi 'n paar bloekomblare in die braaivleisvuur die muskiete sal wegbly en jy kan in vrede braai.
- Koop Citronella-olie sepies (so half deurskynend) en stort saans daarmee. Dit sal die muskiete weg hou.
- Kry 'n Citronella kers of een van hierdie branders met citronella olie en brand dit.
- Neem 'n groot ui, van dié wat skerp ruik, sny dit in skywe redelik dik en plaas dit oral rond waar die mense beweeg.
- Neem houertjies en gooi doodgewone asyn daarin, as dit kan hoe sterker die asyn hoe beter [met ander woorde die persentasie asyn wat op die bottle staan] plaas dit nou oral rond, in die somermaande plaas ek 'n bakkie voor die waaier en dit vul die vertrek totaal.
- Om te keer dat muskiete jou nie byt nie: Meng dieselfde hoeveelhede Dettol en baba-olie en smeer aan. Die muskiete sal nie naby jou kom nie.
- Plant pepperment grondbeddekkings en koop vleisvreterplante.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Slakke

- Gooi bier in platterige houers uit. Slakke hou van die ruik en verdrink dan in die bier.
- Hou slakke van plante weg deur eierdoppe rondom die plante te strooi.
- Maak beddings goed nat en sodra slakke te voorskyn kom, besprinkel hulle met tafelsout.
- Om van slakke ontslae te raak - Sit lemoen- suurlemoen- of naartjieskille waar die slakke is, hulle hou nie van die reuk nie
- Vaseline wat rondom potte gesmeer is, hou ook slakke weg van potplante.

Spinnerakke

- Om ontslae te raak van spinnerakke los stukkie seep op die plekke waar dit altyd verskyn.

Termiete

- Meng 100ml water, 200ml suiker, 50ml Borax en gooi in miergatjies.

Vlieë

- Om vlieë in toom te hou, plant basielkruid of vleisvretende plante (Fly-traps) of mint in potte en hou in vensterbanke.
- Plaas watte bolletjies gesprinkel met 'n paar druppels "lavender" olie in pierings in die vertrek.
- Smeer kasterolie aan gloeilamp en vryf blink met 'n sagte lap. Dit verhoed dat vlieë hul merke maak.
- Vir lastige vlieë, gooi gewone asyn wat mens in kos gooi in klein bakkies of deksels en plaas dit op onooglike plekke byvoorbeeld bo-op yskas ens. Die suur reuk jaag die vlieë weg, al nadeel is dat dit vinnig verdamp (na 3 dae) maar bly nog steeds goedkoper as enige gifstowwe.

Vlermuise

- As jy 'n skerp lig in die dak installeer en aanskakel nadat hulle uitgevlieg het, sal die lig hulle pla as hulle wil terug invlieg.
- Naftaleen bolletjies (vismot-gif) verdryf die vlermuise. Die belangrikste is om die gate waar hulle inkom, toe te maak, as hulle uit die dak is.
- Vlermuise niks hou van die reuk van kakiebos nie -, hang dan 'n paar stukke kakiebos net buite die plek waar hulle inkrui. As jy nie kakiebos het nie, kan jy ook afrikaners (die blomsoort) gebruik.

Vrugtevlieë

- Neem 'n las, maak vol met helfte appelasyn, twee druppels skottelgoedseep en meng.

Motorvoertuig

- Gebruik 'n witborduitveër om 'n toegewasemde motorruit skoon te maak. Dit werk baie beter as 'n lap.
- Gebruik ou T-hemde om ruite mee skoon te maak. Die materiaal vorm nie wolletjies nie.
- Indien jou motor uitermatig vuil is: Gebruik 'n mengsel van brandspititus en water. (1 tot 8 mate water). Moenie afspoel nie – sal mooi blink daarna.
- Meng een deel parafien een deel brandspiritus en een deel water. Spuit op die motorvensters was en laat dit self droog word. As dit egter waterstrepe maak poleer met ou koerantpapier.
- Om stampe in motorhuis te voorkom, maak 'n buiteband teen die muur vas.
- Om te weet waar om te stop, hang 'n rubber balletjie met toutjie van die dak totdat jou windskerm daarteen raak.
- Vir 'n pap motorbattery, gooi net 2ml engelse sout by elke gat van die battery in. Dit sal sommer nuwe krag hê.
- Wanneer jy 'n lang motorrit onderneem, eet kort-kort 'n stukkie kaas. Dit sal jou wakker en aan die gang hou. Hou ook 'n pakkie rosyne in die motor, dis ryk aan kalium, yster, vitamien B en tiamien.
- Was die voorruit af met water en dan maar 'n bietjie seep, sommer skottelgoedwasmiddel. Spoel af en vryf dit droog met 'n stuk opgevrommelde koerantpapier.
- Was vetterige voorruit met Coke. Coke bevat Fosforsuur. Die suur breek die vet af. Was dan die ruit na die soos gewoonlik.

Batterye

- Vir 'n pap motorbattery, gooi net 2ml engelse sout by elke gat van die battery in. Dit sal sommer nuwe krag hê.
- Wanneer die flitsbattery pap is, sit oornag in plastiessakkies in die vrieskas. Hulle is dan weer vol sterkte.
- Wanneer jou motorbattery terminale aangepak is neem net Coke en gooi dit oor die terminale. Die Coke sal die terminale skoon vreet.

Brandstofbesparing

- Bring indien moontlik 'n saamryklub op die been.
- Gebruik multigraad olie in jou enjin want dit verminder weerstand.
- Gebruik 'n ritboek om jou brandstofaankope en kilometers afgelê aan te teken sodat jy nuwe ekonomiese doelwitte kan stel en skielike verskille in die werking van jou voertuig weens meganiese foute kan opspoor.
- Laat jou motor gereeld nasien.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Maak die motor se vensters toe wanneer jy ry, want 'n oop venster skep weerstand wat brandstofverbruik met soveel as 20% opjaag. Vir iemand wat R100 per week aan petrol bestee, kan 'n besparing van 20% beteken dat R20 per week bespaar word, wat uitloop op R80 per maand. Dit is geld wat mens op jou verband kan afbetaal of kan spaar vir onvoorsiene omstandighede.
- Moenie jaag nie. Hoe vinniger jy ry, hoe meer brandstof gebruik jy.
- Moenie met bande ry wat te sag gepomp is nie omdat banddruk wat te laag is nie net verbruik verhoog nie, maar ook die lewensduur van die bande aansienlik verlaag.
- Moenie ry met bande wat nie styf genoeg gepomp is nie, want banddruk wat te laag is vermeerder nie net verbruik nie. Dit laat die band ook aansienlik gouer verweer.
- Probeer om nie aanhoudend te stop en weg te trek nie.
- Skakel oor na straallaagbande omdat hulle minder rolweerstand en 'n langer lewensduur as die kruisstraal-soort bied.
- Trek stadig weg en gee stadig vet. Hoe vinniger jy ry, hoe meer petrol gebruik jy.

Noodhulp en Algemene Mediese Raad

- Indien jy sukkel om pleister van jou seer af te trek – Gooi 'n bietjie baba olie op die pleister en trek dan af.
- Om watte te vermeerder, rol die watte af (dit word normaalweg in 'n rol verkoop), en sit stuk vir stuk in 'n 100°C oond vir ongeveer 30 minute. Die watte sal 2 maal sy grootte uitpof, en siedaar, maak baie van min!

Ambeie

- Eet baie rosyntjies, dit is goed vir iemand wat aan ambeie ly.
- Maak 'n salf van 'n koekie blousel en 'n botteltjie vaseline en smeer aan.
- Smeer Samboksalf gereeld binne en buite tot pyn verdwyn. Indien hardlywig, kan dit weer probleme gee. Kan selfs Zamboksalf eet om die derm end-uit te help genees.
- Sorg dat jy nooit hardlywig is nie. Gooi gerus 1 eetlepel 'Linseed' in glas water. Laat staan oornag. Gooi water af en gooi linseed oor jou ontbyt. Met gereelde gebruik sal jy nie weet van hardlywigheid nie.
- Vat 4 pakkies engelse sout, 1 pakkie kremetart, 1 botteltjie rooi, poeier en 2 eetlepels suiker en meng goed deurmekaar. Sit 'n houër met skroefdeksel and maak dig toe. Sit elke oggend op jou nugtermaag 'n mespuntvol op jou tong en sluk weg met water.

Aknee & puisies

- Aartappelskil werk baie goed. Smeer dit aan elke dag. Aknee vertel 'n mens dat jy allergies is vir iets. Hou maar jou dieet dop en kyk wanneer jy iets eet watter kossoorte 'n reaksie gee.
- As jy met aknee gepla is kan jy 'n rooibostee-sakkie baie sterk laat trek en jou gesig soggens en saans daarmee was of gebruik somer stukkies watte om die tee mee op jou gesig te smeer. Die tee sal nie jou gesig vlek nie, maar indien jy daarvoor bekommerd is, spoel maar jou gesig met koel water af. Die tee sal wel die houër waarin jy die tee hou vlek, so gebruik maar 'n houertjie wat jy nie voor jammer is nie om die tee in te hou.
- Meng 1 pakkie kremetart en 2 pakkies engelse sout en gooi dit in 1 groot bottel water. Skud goed sodat dit kan oplos. Drink elke oggend 1 eetlepelvol op die nugtermaag.
- Meng 3 eetlepels heuning en 1 teelepel kaneel tot 'n pasta. Smeer aan puisies net voor slaap tyd, en was volgende oggend met warm (lou) water af. Indien dit vir 2 weke daagliks gedoen word sal puisies verdwyn.
- Sit 'n bietjie apelasyn vir oornag op of rou uie.
- Smeer pasta gemaak van koeksoda en bietjie water aan.
- Smeer tandepaste aan die puisie voor jy gaan slaap. Die puisie droog gedurende die nag uit en sal geel (ryp) wees as jy opstaan. Maak puisie skoon met alkohol - indien jy nie mediese alkohol het nie, gebruik byvoorbeeld whisky. Moenie aan puisie druk nie - dit los merke.
- Smeer vars suurlemoensap aan.
- Spons gesig gereeld met verdunde suurlemoensap.

Artritis & Gewigspyne

- Drink gereeld Omega 3, 6 & 9 olie kapsules sowel as ysterpille.
- Eet geel voedselssorte: Appelkose, Spanspek, pomelo, Lemoene, Suurlemoene, Mangos, Papajas, Perskes, Pynappels, Wortels, Pampoen, rooipepers Botterskorsies, Suikermielies, nartjies en geelpepers. Die oranje pampoen en rooipepers, lemoensap, komkommersap, wortels en waatlemoen kan artritis voorkom.
- Eet gereeld okkerneute, soyabone en vetterige vis.
- Meng 2 koppies Quaker Oats en 1 koppie water in 'n bak en verwarm vir 1 minuut in die mikrogolfoond. Laat effens afkoel en smeer die mengsel op jou hande vir erge artitis pyn. Dit streel en bring verligting.
- Meng 2 liter bottel water met 2 eetlepel heuning en 2 eetlepels kaneel, 1 eetlepel borrie en 1 eetlepel gemmer in en drink 3 maal per dag (Sit in yskas) – kan chroniese rumatiek heeltemal genees as gereeld gebruik word.
- Neem 2 liter bottel water met 6 eetlepels engelse sout met sap van 10 suurlemoene – drink 3 per dag.
- Vir pyne as gevolg van artritis; Meng 1 houër Camphor-room met 10 Grandpa poeiers en smeer gereeld waar dit pyn.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Bedse

- Gooi bietjie brandewyn op kweperpitte en laat 'n rukkie staan tot dit 'n jellie vorm. Smeer die pasient met die jellie.
- Klits die wit van 1 eier en sit brandewyn by en smeer die plekke.
- Laat die persoon op 'n gelooid vel lê.
- Neem Prep en een botteltjie turlington. Meng goed en smeer aan die seerplekke.
- Smeer heuning aan sere.

Belangrike Mediese Tellings om te Onthou

- Bloedtelling - Moet tussen 150 tot 400 wees
- Normale Bloeddruk - 120/80
- Normale Bloedsuiker - 3.3 tot 5.9 mmol/l
- Normale Cholestrol - 5 mmol/L of laer

Blaas

- Drink 'n bietjie koeksoda in gekookte water help vir blaasontsteking.
- Vir blaas infeksies neem jy twee eetlepels kaneel en een teelepel heuning in 'n glas loutwarm water en drink dit. Dit vernietig die kieme in die blaas.

Blaas op hakskeen

- Klits wit van eier en sit op hak.

Bloukol & kneusplekke

- Maak stysel en water aan tot 'n pap en sit op die kneus of stampplek - dit verhoed dat die kneusplek verkleur.
- Om te verhoed dat bloukol vorm waar jy geel het of jou gestamp het, smeer onmiddellik botter aan.
- Smeer samboksalf dik aan die kneusplek en maak toe met 'n lappie.
- Stamp 3 stukkie gemmer en halwe wit ui. Voeg by twee eetlepels growe meel en 2 eetlepels brandewyn om pap te maak en sit die mengsel op die kneusplek.
- Vir kneusplekke kan jy net rou vleis opsit.
- Week 'n wattepluisie in asyn en sit op kneusplek en laat dit daar vir omtrent een uur, die asyn verminder die bloukol en verspoedig die genesingsproses.

Bloed

Bloedarmoede

- Deur gereeld piesangs te eet wat laag is in sout kan dit help om jou bloeddruk te reguleer. Piesangs is 'n tropiese vrug wat baie hoog in potassium maar tog laag in soutinhoud is en dit help baie in gevalle van bloedmoe. Maak melkskommel van piesang met melk en voeg heuning by, die piesang sal die maag kalmeer en reguleer om sodoende die gevaar van beroerte teen te werk, tesame met die heuning bou dit die bloedsuiker weer op terwyl die melk die maag streel en die sisteem re-hidreer van bloedmoe.
- Eet baie lewer.
- Eet gereeld rosyne.
- Eet swart stringe liquorice. Eet soveel daarvan as jy wil, maar dit moet die swart wees, die ander het te veel suiker in en suiker verlaag jou bloeddruk.
- Heuning is die beste bloedverrykker en donker heuning is die beste - hoe donkerder die heuning hoe meer die minerale wat dit bevat.
- Rasper 4 rou bete en sit in konfytfles en gooi 1 bottel wyn oor en roer goed. Voeg een botteltjie Lennon's Versterkdruppels daarby en laat staan oornag om te trek. Gooi deur doek en bêre vloeistof in yskas. Drink 3 keer per dag 'n kwart koppie vol.

Bloedvergiftiging en swere

- Bak 1 middelmatige ui in die kole so heel. Haal die buitenste skille af en sit die binneste so warm moontlik of die sweer om dit oop te trek.
- Doop 'n ou flennielap in brandewyn en druk uit. Sit op die sweer en hou aan natmaak in die brandewyn tot die sweer ryp is.
- Gooi 2 eetlepel engelse sout in 1 bottel kookwater en gooi dan in 'n skotteltjie. Hou die seerplek daarin - so warm as wat jy dit kan verdra. Hou dit ook lank in die water. Jy moet aanhou tot die swelsel sak en die sweer plooiig word en die rooi streep wat na die hart wil loog teruggetrek het. Maak nou 'n linnelappie of flennielappie in rou lynolie of kasterolie nat en sit dan op die wond. Verbind dit met 'n warm lap en laat net so vir 6 uur. Herhaal die proses indien nodig.
- Klits 2 eiergele en 1 eetlepel heuning en 'n bietjie meel saam tot 'n pasta. Smeer op 'n skoon linnelap en sit op die seerplek. Dit sal die sweer ooptrek.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Maak 'n pap van semels. Sit nou 'n mespunt koeksoda by. Smeer dik op die lap en maak dan in die middel 'n holte. Gooi die holte vol brandewyn. Sit so warm as moontlik op die sweer. Sodra dit afgekoel het, dan vervang jy dit met 'n nuwe pleister. Die brandewyn moet altyd in die holte gegooi word. en nie in die pleister ingeroer word nie anders verdamp dit net.
- Maak 3 knoffelhuisies fyn en sit daarby 1 knippie sout en meng. Sit op 'n lappie en sit op die sweer.
- Maak sterk soutwater en hou die sweer daarin. Smeer dan net vaseline aan. Hou so aan tot die vergiftiging uit is.
- Meng engelse sout en vaseline en smeer op.
- Neem 1 sny brood en gooi bietjie kookwater op, net genoeg om dit te laat uitswel. Sit dit op 'n ou linne of flennielap en strooi sout oor. Sit dit so warm moontlik op die sweer en maak toe met nog 'n lap of handdoek.
- Rasper 'n middelmatige aartappel fyn en pak dit op die sweer en maak dan toe met 'n lappie en bind vas.
- Rasper of sny geelwortels en kook dan tot sag. Druk fyn en meng met broodkummels en kook tot 'n pap. Smeer aan 'n lappie en sit op die sweer en bind toe.
- Skraap 1 lepel Sunlight seep af en sit daarby 2ml suiker en die geel van 1 hoendereier. Meng goed en voeg dan 1 groot teelepel heuning by en sit meer heuning in om dit goed te kan meng. Gebruik soos trekpleister op die sweer.
- Vat 1 eiergeel en sit genoeg sout by om 'n ligte geel pasta te maak. Moenie te veel sout opsit nie - dit sal brand. Smeer op die sweer en maak toe met 'n lappie of pleister.

Bloedvint

- Kneus en kook 'n paar knoffelhuisies tot sag in bietjie water. Gooi nou 'n knippie sout en rogmeel by en meng goed totdat dit 'n pap vorm. Smeer daarvan op 'n lappie en sit baie warm op die bloedvint en sit nou 'n lappie bo-oor. Vervang sodra dit koud is.
- Krap Sunlight seep om 1 eetlepel vol te maak, sit nou bietjie suiker by en laat die een wat die bloedvint het bietjie spoeg bysit. Meng goed en sit op die bloedvint en sit pleister oor om dit vas te hou. Laat dit net daar, dit trek taamlik kwaai, maar die bloedvint is gou ryp en oop.
- Maak 1 teelepel suiker fyn en meng met genoeg gliserine om dit smeerbaar te maak. Sit op die bloedvint en maak toe. Herhaal 3 keer en die bloedvint sal ryp getrek wees.
- Maak engelse sout en suiker met klein bietjie water tot 'n pap. Sit op die bloedvint om te trek.
- Maak enige bottel vol kookwater. Gooi die water dadelik weer uit en sit dan die warm bottel op die bloedvint om dit te trek.
- Maak koolblare goed warm en sit op die bloedvint of sweerplek. Dit help ook vir die pyn.
- Meng 1 eetlepel heuning en 1 eiergeel baie goed saam. Sit op die bloedvint en maak goed toe. Die mengsel wat oorbly kan in 'n klam doekie in die yskas gebere word. Sodra die bloedvint ryp is en die pit uitgedruk dan haal jy die mengsel uit die yskas uit en sit op die oopplek waar die pit uitgekrom
- Meng 1 eiergeel 1 eetlepel fyn sout en 1 eetlepel heuning deurmekaar en smeer daarvan op 'n lappie en sit op die bloedvint en maak toe. Die bloedvint sal gou ryp word sodat jy die pit kan uittrek.
- Rasper bietjie blou seep en sit daarby 'n bietjie suiker en 'n paar druppels water. Meng goed tot pasta en sit op die bloedvint en maak toe.
- Sit 1 koekie suurdeeg in 1 glas water en los tot dit mooi opgelos het. Roer goed en drink dit alles uit.
- Smeer staaldruppels op 'n bloedvint.
- Sny 'n boerpampoens stukkend en vat van die sagte geel deel waar die pitte is en maak dit warm in die oond. Sit so warm as die persoon kan uithou op die bloedvint en maak toe. Daar sal sommer gou verligting wees.
- Wanneer 'n bloedvint of pitsweer wat nie wil ryp word nie, neem 1 sny growwe brood en verkrummel. Sit bietjie kastertolie by en so 1 druppel warm water. Meng goed deur sodat die brood goed nat is en pap. Smeer op 'n ou flennielappie en sit nog een oor om dit toe te maak. Dit moet baie warm op die bloedvint of sweer gesit word. Vervang elke 2 uur totdat dit rypgetrek is. Dit werk goed en baie gou. Onthou net om dit warm te hou.

Neusbloei

- As iemand se neus bloei moet jy dat hy plat op sy ruk lê met sy hande bokant die kop reguit gestrek. Dan moet hy 'n stukkie kladpapier kou.
- As iemand se neus bloei, gooi skielike en onverwags koue water teen die rug af. Die bloeding sal dadelik stop.
- As jou neus bloei dan neem jy net 'n halwe glas water en gooi 1 gelyk teelepel kremetart by, roer en drink vinnig en die bloed sal stop.
- As jou neus kwaai bloei, dan druk jy tussen die oë langs die neus styf vas vir 'n paar minute en die bloeding sal stop.
- As jy met borrie snuif wanneer jou neus bloei dan stop dit sommer dadelik en sal ook vir 'n lang tyd nie weer bloei nie.
- Drink 1 teelepel kremetart in een glas water.
- Drink 'n kwart koppie skoon asyn as jou neus bloei en dit sal gou stop.
- Drup 2 druppels bloekomolie op kroontjie.
- Om bloeding laat stop, neem 'n oorstokkie of bietjie watte om vuurhoudjie gedraai and doop dit in Kloostersbalsem en druk in die neusgate in op.
- Rasper blousel (ou mense het dit gebruik vir hulle wasgoed) -blokkie en vat 'n mespunt en snuif dit in die neusgat op wat bloei.
- Vir Bloedneus moet jy 'n watterpropie maak en in suurlemoensap druk en dit dan in die neus wat bloei sit tot dit ophou.
- Vir neusbloei moet jy 'n watterpropie maak en in turlington doop en in die neusgat steek.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Snywonde:

- As jy 'n oop wond het wat baie bloei moet jy turlington opgooi.
- As jy 'n oop wond het wat nie gesond wil word nie, behandel dit met suiwer heuning. Sit heuning op elke keer as die wond oop gemaak word. Die heuning genees die wond vinnig en mooi.
- Gooi jodium op 'n oop wond wat nie wil ophou bloei nie en dit sal die bloeding gou stopsit.
- Gooi sommer baie suiker op die wond en bind toe om die bloeding stop te sit.
- Gooi staaldruppels op die oop wond om die bloeding te stop.
- Sit skoon terpentyn op 'n oop wond om bloeding te stop en genesing te bespoedig.
- Strooi fyn sout of peper op die wond om die bloeding te stop. Dit brand bietjie, maar dit werk goed.
- Vir wonde wat septies is of nie wil genees nie, meng 1 teelepel kooksoda en een teelepvol Zamboksalf. Smeer dik aan en maak toe. Herhaal soggens en saans.

Brandwonde

- As jy by die stoof gebrand het smeer net tandepasta aan daar sal nie 'n merk oorby nie en die seer sal verdwyn.
- As jy jouself gebrand het en jy het nie 'n room/salfie daarvoor nie, gryp sommer 'n buisie tandepaste en smeer dit aan. Dit trek die brand sommer gou uit.
- As jy met seepsoda gebrand het moet jy dadelik met asyn was en dan lappies wat in roulynolie, kasterolie of soetolie gedoop is omdraai.
- Maak 'n groot kastrol rooibostee sommer baie sterk aan en gooi in badwater en laat die persoon wat songebrand het daarin lê om al die brand uit te trek.
- Meng 1 botteltjie klapperolie, 2 eetlepels blomswael, 1 teelepel sinkpoeier en 1 teelepel boorsuurpoeier en smeer 2 maal daaglik aan die brandwonde.
- Neem 1 lepel kalkwater, 1 lepel lynolie, skud deurmekaar en sit op 'n lappie op die brandplek.
- Neem 'n stukkie watte en maak die brandplek effens klam strooi nou suiker dik op die plek om die brand uit te trek. Smeer nou vaselien waarby 'n mespunt aluin gevoeg is op die brandplek en draai toe.
- Selfs as jy 'n brandwond opdoen en jy gooi borasic poeier daaroor, dan trek dit die vog wat die blaas vorm dadelik uit.
- Sit dadelik in ys-yskoue water en hou daar totdat dit nie meer so erg pyn het nie. Hou so aan totdat pyn bedaar. Sit dan skoon doek oor en gaan dokter toe as dit baie erg is.
- Smeer dadelik asyn aan brandwond – dit neem brand weg en keer blase.
- Smeer die sap van aalwynblare aan, dit sal voorkom dat blase vorm.
- Smeer heuning oor die brandwonde, dit verkoel en verlig die pyn en versnel die genesing sonder littekens. Buiten om ook as antibiotika te dien dood die heuning ook kieme, omdat kieme nie in heuning kan leef nie.
- Smeer kondensmelk op 'n lappie en sit op brandwonde en vervang sodra die lappie droog is. Hou aan tot die kondensmelk nie meer droog word nie. Dit trek die brand uit en verhoed ook dat blase vorm.
- Smeer sunlight seep op brandwonde, dit trek die brand uit en help genesing.
- Strooi meel dadelik op die plek wat gebrand - sommer dik - dit verseel die brand en verhoed dat daar lug inkom.

Doring

- As jy in 'n doring getrap het, of vir 'n wond wat septies geraak het: Meng 1 teelepel koeksoda en en teelepel Zamboksalf. Sit 'n lekker homp daarvan op die seer en maak toe. Vervang soggens en saans.
- Om 'n doring uit te trek, smeer 'n mengsel van engelse sout, sunlight seep en vaseline op die plek en plak pleister bo-oor.
- Om truksvyedoringtjies uit hou hand te kry; smeer olie/margarien aan en krap met mes uit.
- Vir 'n doring in die hand kan jy net 'n stukkie volgraan brood kou en die dan op die plek vassit met pleister. Na 'n paar dae kan die doring sommer baie maklik uitgedruk en verwyder word.

Eelte

- Elke aand moet jy jou voete in baie warm water week en goed afdroog. Smeer nou geel waghries aan 'n lappie en sprinkel fyn tafelsout oor. Bind om die voet en slaap so. Herhaal totdat die eelt weg is.
- Gooi 1 koppie growwe sout in 'n halwe koppie lampolie. Skud aanhoudend tot dit opgelos is. Smeer soggens en saans aan die voete. Dit neem 'n hele rukkjie, maar dit sal die moeite werd wees.
- Maak 'n klein botteltjie aspirienpille goed fyn (Grandpa of Disprins kan ook gebruik word) en meng met 1 botteltjie wit vaselien. Smeer elke oggend en aand aan die eelte.
- Maak blousel bietjie klam en smeer aan die eelte.
- Meng saam in 'n botteltjie 1 eetlepel kasterolie, 1 eetlepel, gliserien en 1 eetlepel jodium. Week eers die voete in warm water waarby jy koeksoda sit en maak dan goed droog. Smeer die mengsel elke oggend en aand aan die voete en gou sal die pyn weg wees.
- Smeer 3 maal per dag kanferolie aan.
- Smeer asyn 3 maal per dag net so op die eelte en binne 'n kort rukkjie sal jy die verskil kan sien en voel.
- Smeer elke aand na jy gebad het tandepasta aan.
- Smeer soggens en saans terpentyn aan die eelte en hulle sal uitdroog en uitval.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Vat skil van piesang, sny so groot as eelt, plaas binnedeel op eelt en maak toe met kleefpleister. Maak seker dat skil nie skuif nie. Vervang na 'n paar dae.

Ekseem

- Gebruik salf met zink in.
- Sit elke dag 2 rooibosteessakkies in die badwater.
- Smeer die gesig met Vaselien.
- Smeer jou hele lyf met aqueous cream en bad jouself met die room en was dit dan af.

Gal

- Wanneer jy baie gal het, jou kop so seer is dat jy wil opbring of jou tong vuil en aangepak is en jou oë goudgeel dis baie gal. Neem 'n kwart koppie kookwater met 1 teelepel koeksoda in. Indien nodig dan herhaal jy dit na 'n paar uur. Dit sal die gal afwerk.
- Eet elke oggend op jou nugtermaag 'n hele suurlemoen.
- Eet papaja met pitte en al.
- Meng drie pakkies Engelse sout in een bottle Rose's lemmetjiesap en skud goed. Drink 1 eetlepelvol in glas kookwater elke oggend op nugtermaag.

Galstene

- Drink op jou nugtermaag 1 koppie asyn. Wag 8 dae en drink weer. Herhaal sodat jy 3 koppies gedrink het.
- Neem 1 glas melk en sit daarin 1 teelepel kremetart en 1 teelepel koeksoda. Roer goed en drink dadelik alles. Wag 10 minute en drink dan 'n halwe glas olyfolie. Onthou om dit vroeg in die nag te drink. Drink die volgende oggend 1 pakkie engelse sout, wag bietjie en drink dan 'n lekker koppie koffie of tee. Hou die middagete maar lig. Na 3 dae kan jy die proses herhaal.

Griep & Verkoues

- Die beste manier om jou koue hande warm te maak, is om jou polse vas te hou. Jy sal verbaas wees hoe gou jou hande verwarm.
- Die gereelde gebruik van heuning help om te voorkom dat jy lastig geval word deur verkoues en griep, omdat heuning 'n natuurlike bevegter is van kieme.
- Meng 1 bottel pepermentdruppels, 1 bottel roulyolie, 1 bottel borsdruppels, 1 bottel heuning en drink drie maal per dag.
- Meng 1 koppie kookwater met 2ml gemmer en 1 teelepel kremetart en genoeg suiker om smaaklik te maak. Drink so warm as moontlik en klim in bed en hou jou warm - dan sweet die verkoue uit.
- Meng een teelepel heuning, kelkie asyn en kelkie water, gorrel daarmee soos nodig.
- Neem 1 groot lepel heuning. Die geel van 1 eier en 20 druppels borsdruppels en klits goed deur tot gemeng. Neem elke drie ure 'n teelepelvol.
- Neem een koppie kookwater en voeg die sap van een suurlemoen by. Drink as jy bed toe gaan, kan paar aande gebruik word en dit breek die verkoue.
- Saans as jy bed toe gaan kan jy mespunt koeksoda op twee eetlepels kookwater sit. Laat effens afkoel en drink. Jy kan dieselfde mengsel gebruik om in die neusgate in te spuit, so 20 druppels in elk.
- Smeer bad se rand met Vicks, maak vol warm water, hou badkamer deur toe sodat dit kan stoom. Vryf dan Vicks op bors, rug en onder voete – klim in. Trek warm aan – klim in bed en rus.
- Vir 'n toe neus sit 1 teelepel heuning in 'n skottel kokende water en maak jou kop toe met 'n handdoek en haal diep asem.
- Vir kop verkoues is dit goed om kwart koppie asyn by die water te voeg waarmee jy stoom. Buk oor skottel en gooi handdoek of kombors oor kop en haal diep asem om die stoom in te neem, help baie om kop verkoues te verlig en die toegevoel te laat hasepad kies.
- Wanneer jy saans gaan slaap gooi bietjie bloekomolie op die kussing, jy asem dit heelnag in en dit maak kop en neus oop en breek die verkoue.

Borskwale

- As jou bors toe en benoud is smeer Zamboksalf aan die bors of op 'n lappie en sit op bors en hou warm. Dit help om bors oop te maak.
- Hierdie mengsel help vir algemene borskwale soos hoes, kroep, brongitis en so meer. Dit maak slym los maar verlig ook 'n droë hoes. Dit verminder ook die sinus slym en beheer dus die slym wat agter in die keel afloop (Post Nasal Drip) Sinus-lyers vind grootliks verligting met die gereelde gebruik van hierdie mengsel. Voordat jy begin, moet jy bewus wees dat baie mense die smaak van hierdie mengsel onaangenaam vind. As jy dus iemand is wat te kere gaan vir die reuk en smaak van medisyn, moet jy liewer los, want jy sal net jou geld mors. Meng die volgende in 'n groterige glas bottel met 'n digte skroefdeksel: 1 botteltjie Lennon Paragora, 1 botteltjie Lennon Turlington, 1 botteltjie Lennon Ipekakuanawyn, 1 botteltjie Lennon Borsdruppels, 1 botteltjie roulyn olie, halwe bottel heuning. Meng dit deeglik totdat als in die heuning vermeng is. Neem een desertelepel vol soggens en saans. Kinders van so drie tot agt jaar moet net 'n halwe desertelepel op 'n slag neem.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Meng gelyke dele heuning en suurlemoensap en neem wanneer jy hoës.
- Vir toe of benoude bors kan jy met kamferolie oor 'n bak stoom, gebruik so 5 druppels in kokende water - onthou om jou warm toe te hou.

Hoes

- As jy 'n hoësmiddel nodig het, probeer heuning in water met suurlemoensap of appelasyn.
- Meng 1 bottel heuning. Die res is alles Lennons - so die mate vir almal is dieselfde. 1 bottel Peppermendruppels, 1 bottel Borsdruppels, 1 bottel Jamaika Gemmer, 1 bottel Turlington, 1 bottel Paragora, 1 bottel Epejuana Tinktuur, 1 klein botteltjie roulynolie. Gooi alles saam, kook vir 5 minute en gooi in 'n bottel. Vat so twee groot slukke, of 2 groot desertlepelvol op 'n slag.
- Meng 1 Bottel Witdulsies, kwart bottel Borsdruppels, 2 teelepel Paragorie, 1 bottel Roulyn olie, 1 bottel Turlington, 1 eetlepel Asyn, 500g Heuning, Peppermendruppels na smaak.
- Meng 2 botteltjies borsdruppels, 125ml vars suurlemoen sap en half bottel heuning en neem een eetlepel daarvan 3 maal per dag. Moet nie in yskas plaas bêre nie.

Kroep

- Gee die sieke swart soet tee en 2ml mosterd om te drink. Dit sal hom laat opgooi en sodoende die slym uitbring. Meng 1 teelepel aluin en 2 teelepels suiker goed saam en gee elke 2 uur vir die sieke kwart teelepel van die mengsel in.
- Gee vir die kind sterk soutwater om te drink - dan sal hy al die slym opgooi.
- Meng 1 koppie heuning met 1 teelepel bakpoeier by goed saam en gee vir die kind kort-kort 1 teelepelvol in. Dit sal die slym baie gou losmaak. Die mengsel kan in 'n flessie met 'n skroefdeksel gebêre word en gebruik word wanneer nodig.
- Sit 2 eetlepels melk en 2 teelepels gliserine in melk en roer goed. Gee vir die kind om te drink, dit sal laat hy opgooi en die slym sal uitkom.
- Smelt 1 teelepel vaseline en gooi 20 druppels borsdruppels in. Gee so warm moontlik vir die kind in. As die kroep erg is kan jy die kort-kort ingee.
- Sny 'n wit ui in dun skyfies en strooi bruinsuiker daaroor. Laat die staan sodat dit 'n stroop kan trek. Gee dan 1 teelepelvol van die stroop elke uur in. Dit sal die hoës en kroep breek.
- Was die kind se bors en hals met yswater, dit sal vir die asemhaling help. Laat die kind ook soveel koue water drink as wat hy kan. Droog hom goed af en maak warm toe.

Seerkeel

- As jou keel seer is, gooi 'n bietjie sout en suurlemoensap in warm water en gorrel.
- As jou keel seer is, sny rou uie in ringe en sit in 'n flennie lappie en bind om die nek. Dis net die ding vir 'n seer keel.
- Druk die sap van 'n lemoen uit en meng met bietjie warm water, drink elke keer dat jou keel seer is. Dit sal dat die sweer in die keel oopbreek dan is jy weer gesond.
- Gorrel met twee Dispentablette wat in water opgelos word om seer keel te genees.
- Meng kwart koppie asyn met kwart koppie heuning en neem 1 eetlepel gorrel daarmee so ses keer per dag - dit sal die bakterieë doodmaak.
- Neem 'n halwe glas loutwarm water en sit daarin 2 eetlepels asyn en 'n 2ml teelepel sout. Roer goed en gorrel dan daarmee.
- Neem 'n pynappel en sny met skil en al in stukkes en gooi in kastrol. Laat kook vir 'n goeie ruk en syg dan deur en laat afkoel. Neem nou van die water en gorrel kort-kort daarmee.
- Neem een teelepel heuning in die mond en laat stadig in die keel afloop. Dit verlig die rou, seer gevoel in die keel.
- Voeg so twee druppels dettol in bietjie water en gorrel daarmee om verligting van seer keel te bring.

Sinus

- Drup elke aand aptekersparaffien in elke neusgat as jy bed toe gaan. Dit sal gou verligting bring, maar jy moet dit gereeld gebruik.
- Meng 1 teelepel versiersuiker, 1 teelepel koeksoda en 1 teelepel boraks goed saam. Snuif kort-kort daarvan.
- Meng 2 liter water met 1 eetlepel heuning en 1 eetlepel kaneel, sit in yskas en drink gereeld (genees chroniese verkoue, hoës en sinusitus).
- Kos met preserveermiddels (aanmaak koeldranke) vererger sinus. Sny dit uit.
- Sny lemoene, melk, brood, kaas en sjokolade, uit dieet uit.
- Sit warm kompressies 3 keer per daag op gesig.
- Vir 'n toe neus sit 1 eetlepel heuning en kwart koppie asyn in 'n skottel kokende water en maak jou kop met 'n handdoek toe en haal die wasem diep in.

Hik

- Gooi 1 teelepel koeksoda in 'n halwe glas water en roer. Drink dit. Herhaal elke 2 uur solank jy nog hik.
- Gooi asyn oor 1 teelepel suiker sodat dit net nat is...en eet dit..die hik sal dadelik stop.
- Maak die persoon skrik en die hik gaan weg.
- Neem een eetlepel wit asyn en hik sal ophou.
- Sit 'n groot teelepel wonderkroonessens in 'n kwart koppie warm water en roer en drink elke 2 ure.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Sit 1 teelepel heuning in 'n halwe glas water en drink dit sonder om asem te haal.
- Vir 'n lastige hik, trek asem diep in en hou 25 sekondes lank so. Eet dan 1 teelepel suiker.

Hoofpyn

- Drink 1 teelepel heuning in 1 koppie swart koffie.
- Maak 'n lappie nat met asyn en strooi fyn kaneel oor, sit dit dan op die voorkop.
- Maak pluisies en steek in balsemvita en sit in die ore, smeer ook balsemvita op die slape.
- Meng 1 eetlepel kasterolie en 1 eetlepel paraffien en smeer dit bo-op die kop. Gaan lê 'n rukkie.
- Meng 1 pakkie engelse sout, 1 botteltjie rooi poeier of 1 pakkie kremetart en 1 dessertlepel fyngemaakte aluin. Neem 3 maal per dag 1 mespuntvol op die tong gegooi.
- Trek roosmaryn soos 'n sterk tee en versoet met heuning.
- Vir spanningshoofpyn voeg een dessertlepel heuning in 'n halwe glas warm water. Dit is baie effektief aangesien migraine deur spanning veroorsaak word en heuning kalmerend werk.

Insekte

Borsluis- & Vlooibyt

- Meng klapperolie en blomswael goed en smeer aan die insekbyt plekke.
- Smeer pypolie aan die bytplek.
- Vryf rou fyngekerfde wit uie op die plek waar jy deur vlooi gebyt is.

Bysteek

- Krap die by-angel met 'n mes uit. Maak 'n koeksoda of sout en asynpasta en plaas dit op dit steekplek. Dit trek die gif uit.
- As 'n by jou steek moet jy die plek met soutwater was en ook van die soutwater drink tot jy opgooi om al die gif uit te kry.
- As 'n by jou steek terwyl jy heuning uithaal, moet jy die angel afkrap en van die vars heuning aan die plek sit.
- Drink eers 'n sopie brandewyn voor jy gaan bye uithaal en indien hulle jou steek dan drink jy koeksoda en water. Dit sal verhoed dat jy sleg voel van die steke.
- Rasper 'n wit ui en stamp dit dan verder pap en sit dit op die plek waar die by jou gestee het. Heg vas met 'n stukkie pleister. Dit verhoed dat jy eers swel van die steek.
- Rasper blousel in 'n klein bietjie water in en sit sout by en meng. Week 'n lappie of watte daarin and sit aan die steekplek en maak die lappie kortkort weer nat. As die steekplek geswel is sal dit die swelsel afbring en die brand en jeuk sal weggaan.

Kopluis

- Meng 250ml kookolie, 250ml asyn, 250ml paraffien. Skud goed. Wend kwistig aan droë hare. Laat staan vir ± 20 minute. Was daarna met sjampoe in lekker lou water.
- Vryf mayonnaise in die hare en bedek vir 2 uur met storkappie. Spoel kop vir lank af met onverdunde asyn. Was en spoel daarna goed af.

Muskietbyt

- Doop 'n stukkie watte in engelse sout en warm water en plaas op muskietbytplek.
- Vir muskiete kan jy pasta van koeksoda aansmeer om van die ergste swelling en jeuk ontslae te raak.
- Voor jy na rome reik as 'n muskiet jou bygedam het probeer eers om die binnekant van 'n piesangskil aan die bytplek te smeer. Dit help om die swelsel en irritasie te verlig.

Keel

- As 'n visgraat of beentjie in die keel vassit kan jy net watte neem en smeer met botter of margarien en dit net so insluk. Dit sal die beentjie of graatjie saam neem en dan kan dit maklik deur die maag passeer.
- As jy 'n beentjie of visgraatjie het wat in die keel vassit kan jy 'n rou eier klop tot die wit en geel net gemeng is en sluk dit dan in. Dit sal die graatjie of been saamneem maag toe en die gevaar is verby.
- Maak koeksoda en water aan - somer baie koeksoda - gorrel daarmee om die mangels te krimp en die graatjie of beentjie te laat loskom.
- Om die keel te laat krimp en sodoende 'n beentjie of visgraat wat vassit te laat loskom moet jy met skoon suurlemoen of asyn gorrel.
- Vir wanneer jy 'n beentjie of visgraat het wat in die keel vassit, eet droë brood met korsie en al. Die brood sal die beentjie of graatjie wat vassit losmaak en dit sal saam met die brood ingesluk word.

Koors

- Drink wonderkroonessens.
- Gee koue drankies om te drink en komkommersap elke 2 minute.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Gooi in 'n glas 1 eetlepel brandewyn, 2 eetlepels kookwater en 'n mespunt sout. Gee vir 'n kind 5ml elke 15 minute so warm as moontlik en vir 'n volwasse kan jy 20ml ingee. Hou aan tot die koors gebreek het.
- Maak 1 teelepel hoogvol met engelse sout en en dit 'n kelkie warm water en roer sodat dit kan smelt. Gooi nou 5ml lewensessens in en roer en drink.
- Maak handdoek nat met loutwarm water gemeng met asyn en sit op persoon se hele lyf en kop totdat handdoek koud is – herhaal.
- Om koors te breek, gooi twee koppies asyn in baie lout badwater en spons persoon aanhoudend af.
- Sit persoon in bad vol loutwarm water met 2 koppies asyn in en voeg dan koue water stadig by totdat koors verdwyn.
- Vir kouekoors, drink warm suikerwater en sit 'n skottel of emmer koue water onder die bed.

Krampe

- Neem 2 eetlepels brandspiritus, 2 eetlepels terpentyn, 1 eetlepel paraffien, 1 koppie asyn, die geel van 1 eier en 1 koekie kamfer wat baie fyngemaak is en gooi in 'n glasbak en meng goed deurmekaar. Meng vir ten minste 10 minute saam. Smeer aan die bene.
- Vir krampe in bene of voete, vryf met 'n bietjie kanferolie aan.
- Vir krampe in die bene, sit op die vloer sodat die been aan die koue vloer raak.

Lennon se produkte is goed vir:

- Balsem Kopiva - niere en blaas en rugpyne
- Balsem Vita Wit - maagpyn, koliek, winde
- Balsum Sulphuris - hardlywigheid
- Behoedmiddel - diarree, maagpyn, hoes
- Borsdruppels - hoes, kroep, brongitis
- Bruindulsies - nier en blaas
- Entressdruppels - maagpyn, koliek, winde, senuweetoestande en slaaploosheid
- Haarlemensies - niere en blaas
- Lewensessens - ooreet of hardlywigheid
- Paragoriese-Elikser - diarree, maagpyn en hoes
- Peppermintdruppels - maagpyn, koliek, winde
- Rooipoeier - hardlywigheid en mangels
- Staaldruppels - stop van bloeding op snye – bloedarmoede, duiseligheid
- Tandpyndruppels - tandpyn
- Witdulsies - lae bloeddruk, wintersvoete, maagpyn, koliek, winde
- Wonderkroonessens - hardlywigheid, winde en slegte spysvertering

Maag

Diarree

- Drink warm, "flat" lemonade.
- Meng en drink mielieblom (Mezina) met water met of gerasperde appel (bruin word) of oorryp piesang en vars suurlimoensap.
- Meng twee teelepels vlapoeier met 'n kwart koppie water en sluk weg. Herhaal elke 2 ure.
- Rasper 3 geelwortels en kook in 1 liter water en 2ml sout vir so 5 minute. Suig deur en drink kort-kort 'n mondjiefol van die water. Jy kan weer water by die wortels gooi en dit kook en deursuig om te drink.
- Rasper 'n appel, laat effens bruin word en eet dit.

Hardlywigheid

- As jy aan hardlywigheid ly kan jy piesangs eet. Piesangs is hoog aan vesel.
- Drink elke oggend op nugtermaag een eetlepel engelsesout op glas warm water om hardlywigheid teen te werk.
- Drink 'n glas loutwarm water met apelasyn – 30 min voor etes.
- Eet elke oggend vir ontbyt 'n sny growwe bruin brood. Dit moet growwe bruin brood met semels wees.
- Maak 'n prop van blouseep of groenkoekie sunlight seep - dit werk!
- Sorg dat jy nooit hardlywig is nie. Gooi gerus 1 eetlepel 'Linseed' in glas water. Laat staan oornag. Gooi water af en gooi linseed oor jou ontbytpap. Met gereelde gebruik sal jy nie weet van hardlywigheid nie.
- Week 500 gram perskes, 500 gram rosyne en 500 gram pruiemdante in water tot sag en maal alles saam. Meng 1kg stroop of heuning en eet een teelepelvol hiervan saans.

Krampe

- Drink bietjie sterk suikerwater.
- Gebruik pietersielie by geregte (maagkrampe en slegte spysvertering).
- Gewoonlik werk dit as jy toilet toe gaan en sit tot dinge gebeur.
- Meng 1 eetlepel asyn en 1 eetlepel soetolie en drink.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Meng 2 liter water met 2 eetlepel heuning en 1 eetlepel gemmer met 1 eetlepel kaneelpoeier, sit in yskas en drink gereeld - genees maagpyn en maagswere en winde.
- Neem halwe koppie sterk swart koffie en 1 eetlepel soetolie en drink.
- Trek 1 teelepel kruienaaltjies in 1 koppie melk en drink.
- Trek bietjie kaneel in kookwater en drink kort-kort so 'n bietjie.
- Trek gemmer in kookwater wanneer jy maagkrampe het en drink elke vier uur bietjie hiervan.
- Trek net bietjie naeltjies in kookwater en drink so elke drie of vier uur 'n bietjie sal dit verligting bring.
- Week 'n lap in koue water en sit op die maag dit sal gou verliging bring.

Sooibrand

- As jy nou weer sooibrand kry kan jy sommer 'n piesang eet vir vinnige verligting.
- As tamatie- en uiemoes gemaak word vir braaivleis of ander geregte, gooi 'n kwart koppie melk op die end by en roer goed.
- Drink 8 glase water per dag.
- Drink twee eetlepels asyn of suurlemoensap. Die probleem sal vir 'n kort rukkie erger voel, maar dan verdwyn.
- Koeksoda is ideaal om oormaat suur teen te werk. In plaas van sooibrandpilletjie. Drink bietjie koeksoda in gekookte water.
- Meng 'n botteltjie Turlington op 1 blikkie kondensmelk en vat elke oggend op jou nugtermaag 'n teelepel vol.
- Suig een teelepel witsuiker.

Winde

- As jy oopgeblaas voel en gas in die maag het van slegte spysvertering, neem heuning en kaneel om verligting te bring.
- Meng halwe koppie water, 6 eetlepels asyn, 2 teelepels suiker en 'n 2ml koeksoda. Sodra dit begin bruis moet jy dit dadelik drink.
- Trek kruienaaltjies in kookwater en drink daarvan.

Melkkoors & Borsvoeding

- As die borste geswel en pynlik is, pak koue koolblare oor die borste en sit binne jou bra.
- Smeer die bors warm met klapperolie en sit nou 'n kam op die klont en sit dan watte bo-op die kam en maak dan warm toe. Hou aan tot die klont weg is.
- Smeer heuning op 'n stukkie wit flannelap en sit dan die lappie op die bors, met die heuning teen die bors .en maak toe met nog 'n lappie om die onderklere te beskerm en maak dan warm toe.
- Wanneer daar 'n klont in die bors is, moet die bors eers met lou water gewas word. Meng dan 1 eiergeel, 2 dessertlepels kanferolie, 1 teelepel terpentyn en 1 teelepels spiritus baie goed deurmekaar. Smeer op die bors, altyd in 'n afwaartse rigting met die mengsel.

Moegheid

- Deur heuning gereeld te gebruik werk dit teen moegheid en tamheid omdat heuning 'n “voel goed” bestanddeel bevat en ook energie opkikker. Neem halwe eetlepel heuning in a glass water en sprinkel met kaneel.
- Om moegheid teen te werk eet net twee piesangs. Piesangs bevat drie natuurlike suikers; rietsuiker (sucrose), vrugtesuiker (fructose) en druiwesuiker (glucose) en dit gee jou onmiddelik 'n dosis energy.

Mond

Koorsblare

- Gebruik gewone vanilla essens en plaas dit met 'n oorstokkie op die koorsblaar. Herhaal so elke halfuur indien nodig, die vanilla essens droog die koorsblaar op.
- Maak 1 aspirienpil (Disprin) klam en sit op die koorsblaar en hou jou lippe opgekaar sodat die pil nie afval nie.
- Maak pasta van koeksoda en sit op koorsblare.
- Om gebreekte koorsblaar te ontsmeed, tik net 'n paar druppels Listerine daarop. Dis 'n sterk ontsmetmiddel.
- Smeer wit vaseline aan die koorsblaar en hou daarmee aan tot die koorsblaar weg is.
- Vir koorsblare in die mond gebruik suurlemoen, sout en koeksoda. Maak dit in a'n pasta, en doop jou tandeborsel in, en skrop jou tande behoorlik. Jou mond voel sommer lekker skoon, en dit smaak sleg, maar as jy behoorlik spoel sal jy agterkom dit werk beter as tandepasta!!
- Vir witter tande en minder koorsblare in die mond gebruik suurlemoen, sout en koeksoda. Maak dit in 'n pasta, en doop jou tandeborsel in, en skrop jou tande behoorlik. Jou mond voel sommer lekker skoon, en dit smaak sleg, maar as jy behoorlik spoel sal jy agterkom dit werk beter as tandepasta!!
- Zink pilletjies (te koop by apteke) help ook.

Spoei

- Meng 1 dessertlepel gliserien en 2ml boraks goed deurmekaar en smeer die kind se mond 3 maal per dag tot die sere gesond is.
- Krap blousel wat nog nie in water was nie tot jy so 'n klompie het. Maak dan jou vinger nat en sit die nat vinger in die skraapte blousel en smeer die kind se mond binner so 2 of 3 maal per dag.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Maak 'n paar aspro pille (Disprin) fyn en smeer op die tandvleis.
- Meng die geel van 1 eier, 1 teelepel borrie, 1 teelepel wit teesuiker, 1 teelepel soetolie en 1 teelepel heuning goed saam. Gee dikwels op 'n dag 1 teelepelvol.

Naarheid

- Drink 'n mondjievol 'flat' cola drankie sodra jy daardie naargevoel op die krop van jou maag voel.
- Drink 1 teelepel suurlermoensap met 'n bietjie sterk warm water.
- Gooi 1 eetlepel appelasyn op een koppie water. Neem kort-kort twee of 3 slukkies.

Neus

- As jou kind iets soos 'n voorwerp in die neusgat ingedruk het en dit sit vas, moet jy die oop neusgat toedruk en sommer hard in die kind se mond inblaas en die voorwerp hoort uit te spring.

Oë

- 'n Goeie raad vir wanneer jou oë seer of rooi of geirriteerd is, is om heuning in gelyke dele met warm water te meng. Dit te laat afkoel en dan die oë daarin was of om direk in die oë te sit.
- As jy in iemand se vuis vasgeloop het en jou oë is blou dan neem jy warm engelse sout water - mengsel van 1 teelepel engelse sout in 1 koppie warm water en gebruik 'n stukkie watte om die oog te was met die engelse sout water en week dan skoon watte in die water en gaan le en sit dit op die oog.
- Gooi 'n knippie koeksoda in koue gekookte water en vryf oor oë om swelling en jeuk te behandel.
- Was die seer oë met flou louwarm tee of soutwater en drup dan 2 druppels kasterolie in elke oog. Bind toe sodat daar nie lig inkom nie.
- Was die seer oë met suikerwater.

Omlope

- Maak 'n 2ml fitterjoel so fyn soos poeier en maak aan met vars room en smeer rondom die omlope 3 maal per dag. Dit sal die omlope heeltemal wegvat.
- Maak 'n pasta van heuning en kaneel wat bestaande is uit gelyke dele en smeer aan die omlope saans en soggens. Gebruik vir so twee weke en alle tekens van die omlope sal weg wees.
- Maak 'n pleister van klapperolie en blomswael en smeer aan.

Ore

- As daar 'n voorwerp in die oor is, draai oor na onder en trek oorlel in verskeie rigtings – dalk van item uit. Indien nie – sit gom op vuurhoutjie – trek oorlel op en agtertoe – steek versigtig in tot op item – wag tot gom bietjie droog – trek versigtig uit.
- As jy 'n insek in die oor het, gooi bietjie kookolie in oor – insek sal versmoor.
- As jy 'n insek in die oor het, hou lig voor oor – insek kan dalk uitkruip.
- As jy 'n insek in die oor het, moet jy pyprook in die oor inblaas, dit sal dat hy loskom en uitkom. Jy kan ook tabak in water week en dan van die water in die oor inspuit, dit sal ook dat hy gou uitkom.
- As jy 'n insek in die oor het, spoel oor met louwater uit – gebruik spuitnaald
- As 'n kind steek in die ore het, dan smeer jy voor en agter die oor met samboksalf en sit ook 'n watte pluisie met Zamboksalf in die oor.
- Vir oorpyn, druk kwart knoffelhuisie fyn, sit in stukkie watte en druk in oor.
- Vir oorpyn, druppels van louwarm knoffelsap of uiesap kan ook in die oor gegooi word – fyn stukkes moet nie saam in oor in nie.
- Vir oorpyn, gooi skoon gliserien of warm soetolie in die oor en sit pluisie in. Sit sal die oor gou genees al sweer dit.
- Vir oorpyn, gooi so 'n paar druppels brandewyn in 2ml gliserien en maak louwarm oor 'n kers. Gooi in die oor en sit stukkie watte in. Herhaal indien dit nodig is.
- Vir oorpyn, neem een groot ui, warm dit op in die mikrogolf oond, draai dit toe in 'n kombuislappie en hou dit vir 'n half uur so naby aan jou oor as moontlik. Maak seker as jy gaan slaap om 'n lappie oor jou kussing te gooi, want as daar opgeboude was in jou oor is sal dit uitloop! Die 'aroma' van die ui is ook 'n antibakterial, en die hitte werk wonders vir die pyn!
- Vir oorpyn, sit heuning op watte pluisies en steek dan in die seer oor dit werk vinnig en die pyn is gou weg.
- Vir oorwas, gooi 1 teelepel warmgemaakte amandelolie in oor – lê oor op kussing met beskermingslappie op. Daarna drup knoffelolie in oor en slaap met wattetjie in oor – herhaal tot oor reg is.

Skok

- Drink suikerwater of 'n bietjie rooipeper in louwarm water of 'n vars uitgedrukte suurlermoen in louwarm water.

Slaaploosheid

- As jy aan slaaploosheid ly drink gerus net voor jy in die bed klim a beker warm melk waarby een desertlepel heuning gevoeg is. Dit sal help om jou kalmer te maak en sodoende makliker en rustiger te slaap.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- As jy sukkel om te slaap: Drup net so 'n paar druppels laventelolie (lavender olie) op jou kussing. Dit maak 'n mens so rustig en kalmeer jou sodat jy beter kan slaap.
- Drink 'n koppie warm camomile tee net voor bedtyd.
- Gooi lekker reukwater in 'n warm bad en lê bietjie daarin voor jy saans gaan slaap, dan is jy lekker ontspanne en sal dan somer aan die slaap raak.
- Mint in slaaie of in kookwater laat trek en drink voor slapenstyd.

Sooibrand

- Lê snags meer op jou linkersy – moeiliker vir maagsuur om na slukderm te gly
- Drink 2 eetlepel skoon suurlemoensap of versapte rou aartappel
- Drink kamilletee nadat jy geëet het.
- Drink gemmerpoeier in loutwarm water.
- Eet 'n piesang of 'n appel.
- Drink halwe koppie water met sap van 1 suurlemoen en 1 teelepel koeksoda na etes.
- Drink 2ml engelse sout in glas water.
- Drink elke dag apelasyn in loutwarm water 'n 30 minute voor ete.

Sonbrand

- As jy oor jou hele liggaam deur die son gebrand is kan jy 'n lekker koel bad neem waarby jy een koppie asyn gevoeg het. Dit verlig die brandgevoel deeglik.
- Bad in koue water (so koud moontlik) met bietjie koeksoda in badwater.
- Gebruik 'n ligte pasta van koeksoda om sonbrand te behandel.
- Jy kan Aloe-Vera Jel gebruik as jy deur die son gebrand is. Dit help om die seer vel af te koel, smeer somer dik aan.
- Jy kan somer melk of yoghurt aansmeer waar die son jou gebrand het. Smeer somer kort-kort aan tot die brand weg is.
- Maak groot kastrolvol sterk rooibostee, gooi dan in die badwater en bad daarin.
- Smeer komkommersap aan of smeer somer versigtig met die komkommer.

Spiere

- As jy 'n kramp in die been het, vat die tone en druk dit boontoe en staan op koue vloer totdat kramp verdwyn.
- Vir krampe of spierpyne, week koolblare in warm water en sit 2 keer per dag op aangetaste deel.
- Vir krampe, meng Deep Heat met 'n pakkie Grandpa poeier en vryf in op seer plek.
- Vir spier krampe, neem magnesium pille (groen blaargroentes, advokado, pampoen, sonneblomsade, melk, all bran, pasta, piesangs, ens.)
- Vir spier styfheid, gooi 'n handvol sout in warm water en doop nou 'n flennielappie daarin en draai uit en sit om die nek en sit nog 'n lap of handdoek daaroor om te verhoed dat trekke die nek erger styf maak.
- Vir spier styfheid, gooi 'n halwe koppie apelasyn in badwater.
- Vir spier styfheid, smeer goed met kamferolie en maak warm toe.
- Vir spier styfheid, smeer met klapperolie soggend en saans en doen dan buig en beweeg oefening liggies.
- Vir spierpyne, sit 'n warm of koue kompressie op.

Verstuiting

- Gooi 'n groot handvol growwe sout in 'n groot emmer koue water en hou die verstuite enkel of arm daarin vir so 'n halfuur. Week dan 'n ou flennie lap en bind om die verstuite deel. Vervang kort-kort soos die lap droog word. Week die ledemaat 3 maal per dag in die pekel water.
- Meng 3 eetlepels terpentyn, 3 eetlepels asyn en die geel van 1 eier in 'n bottel en skud baie goed tot die mengsel wit is. Smeer aan die verstuite deel.
- Vat gewone asyn en smeer die verstuite ledemaat goed.

Swelling

- Rol 'n gholfbal onder jou voete op lang vlugte om swelling te voorkom.
- As jy gepla is van bene wat swel kan die volgende dalk van hulp wees. Neem 10ml kanferbrandewyn, 10ml asyn, 10ml terpentyn, 10ml soetolie, 10ml sout. Skud goed en smeer aan pynlike plekke.

Tande

- As die tand 'n gat in het moet jy 'n stukkie watte vat en skoonter aansit en dit dan mooi rond maak. Druk dit dan in die gat in die tand.
- As jy tand getrek het en dit wil nie ophou bloei nie, neem dan 'n rosyntjie en sny oop en sit dit op die gat waar die tand getrek is.
- Byt 'n heel kruienaeltjie van op die seer tand op verligting te kry - die naeltjie verdoof die pyn.
- Maak 'n pasta van een teelepel kaneel en vyf teelepels heuning en sit op die seer tand. Doen dit minstens drie keer per dag tot die tand ophou pyn.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Maak asyn warm tot kookpunt en steek dan 'n watte pluisie daarin en vryf die tandvleis daarmee. Die asyn moet so warm moontlik wees. Steek dan die pluisie met warm asyn in die tand.
- Maak knoffelhuisie fyn, sit in 'n wattetjie, maak klam met warm water en sit op tand.
- Meng 1 teelepel kaneel met 5 teelepel heuning – sit op tand tot pyn verdwyn.
- Sit 2ml koeksoda in 'n halwe glas lou water en neem daarvan in die mond en hou dit daar. Herhaal tot die tandpyn ophou.
- Spoel jou mond kort-kort uit met 1 koppie water en 2 eetlepels appelasyn en smeer Icy-Hot op jou wang aan die kant waar die tand pyn.
- Vryf ys agter op jou hand en op vel tussen duim en wysvinger.

Vergiftiging

- As iemand gif ingekry het dan meng jy 1 koppie melk, halwe koppie asyn en 1 teelepel koeksoda en meng goed. Skud sommer die bottel waarin die mengsel is baie deeglik en gee dan vir die persoon om te drink dat hulle kan opgooi. Herhaal die dosis net om seker te maak dat hulle als opgebring het en dan sal hulle reg wees.
- As iemand kosvergiftiging het .soos mossels of vis dan moet hy gou 'n sterk mengsel van suurlemoensap en asyn drink en dan getrekte kruisement water.
- As iemand seepsoda ingekry het moet jy dadelik 3 eetlepels asyn en 2 eetlepels klapperolie meng en vir hom ingee. Hou aan tot alles uit is.
- Neem 'n glas vol water so warm as moontlik, voeg een teelepel vol mostert daarby en drink so warm as moontlik. Dit sal uitkom, herhaal tot alles uit is.
- Vir wanneer een persoon vergiftig is neem dan een glas warm water so warm as moontlik. Gooi een teelepevol mostert daarin. Drink so warm as moontlik. Die gif sal uitkom. Herhaal totdat al die gif uit is.

Vratjies

- Krap die vratjies stukkend en strooi fyn tafelsout daarin.
- Maak 'n stukkie houtskool fyn en meng met vars room tot a pap. Smeer aan die vratjie 2 maal per dag.
- Meng bietjie sout en asyn en smeer aan die vratjies voor jy gaan slaap.
- Smeer die melksap van die melkbos of vyeboom aan die vratjie. Dit jeuk nogal, maar hou daarmee aan totdat die vratjie afval.
- Smeer kort-kort pepermentdruppels of jamaikagemmer of Teetree-olie aan.
- Sny 'n ui/aartappel in die helfte en vryf dit oor die vrat.
- Vat 'n stukkie watte en doop dit in asyn en tik dit aan die vratjies 3 maal per dag.
- Verf die vratjies met kleurlose naellak, dit versmoor die vratjie.
- Vat dun suurlemoenskyfie – doop in asyn en sit pleister op – oornag – vervang elke 5 dae.
- Sit Krokasalf (by apteek te kry) op – gebruik pleister met gatjie in met gewone een bo-oor – los oornag aan – indien vratjie heeltmaal dood is – krap dit af met 'n messie – wees versigtig – Indien nog seer – herhaal.

Wintershande en Atleetsvoete

- As dit wit geryp is in die oggend moet jou kaalvoet in die ryp gaan loop en ook jou hande op die gras vee waar dit geryp is help vir daardie pynlike wintershande en -voete.
- Gooi 'n halwe koppie melk, die sap van 1 suurlemoen, 1 eetlepel spiritus en 1 teelepel gliserien in 'n botteltjie en skud goed om te meng. Smeer aan.
- Koop Circulation Formula van dr Vogel (dis homopatiiese druppeltjies wat mens in water drink) of Emulsifying Ointment BP (ruik soos kar olie en is vetterig) of Miracle Comfrey of Traxa.
- Koop leë kapsules by 'n apteek en vul hulle met Cayenne Pepper, drink een daaglik.
- Laat jou dokter vir jou "paroven" pille voorskryf. .
- Maak wattetjie nat met Lennon se Witdulsies en smeer aan. Wanneer jy dit aansmeer, jeuk dit vreeslik vir die eerste rukkies, maar dan kalmeer dit.
- Meng 1 botteltjie turlington, 1 blik boorsalf, 1 blik zinksalf, Vaseline (dieselfde hoeveelheid as boorsalf) goed en smeer aan voete.
- Meng een klein Campher Cream blikkie (die wit een) met 5 Grandpa poeiers. Smeer dit 3 keer 'n dag aan jou hande en voete.
- Meng kerswas met parafin 50/50 en smeer soggens en saans aan. Dit help ook vir gebarste voete in warm weer wanneer sandale gedra word
- Probeer melksalf of meng olyfolie en suiker en vryf goed in en spoel suiker af en droog liggies af en vryf die hande tot al die olie geabsorbeer is
- Smeer 'n paar keer per dag turlington aan. Dit brand maar dit werk goed.
- Smeer 'Dubbin' skoenpolitoer of lampolie of terpentyn aan.
- Smeer spiritus aan (pasop dit brand) dan friars balsam (brand ook erg) dan babapoeier vir die taatheid. Dit werk baie vinniger as enigets wat jy in die winkels of apteke kan koop. Belangrik: Nie geskik vir mense wat allergies is vir seekosse (jodium) nie!
- Vir wintershande, voete, gebarste hakskene, en selfs vir ekseem: Meng 2 x 500 gram potjies Aqueousroom, 50ml Gliserien, 1 klein potjie wit Vaseline (reukloos), 100g Johnson's babapoeier saam en smeer mildelik aan die aangetaste dele.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Onderhoud In en Om die Huis

Boor

- Plafon: Plaas 'n plastiek plaatjie/bottelboom waar geboor moet word. Dit hou al die stof uit jou oë.
- Teëls: Indien jy sukkel om 'n gat te boor in keramiek teëls (wat gly) kan jy kleefband op die teël plak en dan bo-oor boor.

Klammigheid

- Hoe bepaal jy klammigheid binne 'n vertrek?
 - Plaas foelie binne teen die muur – Indien foelie klam is aan die voorkant is dit as gevolg van kondensasie.
 - Maak meer vensters in vertrek oop. Indien foelie agter nat word kom die klammigheid van buite af. Kry professionele hulp.
- Gooi 'n paar ryskorrels in die soutpotjie om te verhoed dat die sout klontereg raak in klam weer.
- Gooi 'n droë ertjie in 'n peperpot om te voorkom dat die peper saamkleef.
- Indien vog voorkom op horlosieglass, draai glas na arm toe vir 'n ruk en die vog sal verdwyn.
- Indien warmfles lank gaan staan: Gooi 'n paar suiker klonte in die fles om klammigheid uit te hou.
- Plaas 'n stukkie bordkryt in jou gereedskapskis om die ergste vog op te neem.
- Plaas foelie agter prente wat geraam word. Dit sal voorkom dat vogtigheid op die prent voorkom.

Muf

- Draai kaas in aliniumfolie toe. Dit sal voorkom dat die kaas muf.
- Koeksoda kan ook aan muf dele gevryf word om af te haal.
- Om muf uit klere te kry, Neem 'n halwe botteltjie vanilla essence, gooi dit in 'n skottel met water en week die kledingstuk 'n ruk daarin. Hang dit dan in die buitelig om droog te word.
- Om muf uit klere te kry, Neem verdunde water en vanielje en lê jou klere daarin. Dit het regtig die muf reuk uit die baadjie geneem.
- Om muf uit klere te kry, Week net jou kledingstuk oornag in asyn of Jeyes Fluid, dit behoort die reuk uit te kry
- Om muwwerige reuk in laaie te verwyder, kan 'n suurlemoenskil in laaie geplaas word.
- Om te voorkom dat stortgordyne muf – Spoel dit in sterk soutwater en hang dan op.
- Skrop muwwerige panne wat roes skoon met asyn en laat droog word in die son.

Leer ("Ladder")

- Sit die pote van 'n leer in twee skoene met rubbersole, dit sal verhoed dat die leer gly.

Roes

- Bakpanne wat geroes het - smeer met 'n halwe aartappel wat in Vim gedruk is. Spoel af en plaas weer in matige oond om goed te droog.
- Druk 'n suurlemoen met skil en al pap op die roesmerke in 'n bad en laat dit so lank as moontlik aan.
- Gebruik gelyke dele kremetart en sout om roesvlekke of kolle uit te haal.
- Gebruik 'n mengsel van peroksied en engelse sout vir roes aan 'n emaljebad.
- Indien jy sukkel om jou sleutel in 'n slot te draai – smeer 'n bietjie petroleum jellie "vaseline" aan en draai die sleutel dan weer.
- Klein geroeste artikels kan 'n paar dae in asyn gelê word om die roes te verwyder.
- Laat lê jou geroeste items in Coke vir 'n paar minute en was dan af.
- Maak die spykers rooiwarm en gooi hulle dan in lynolie. Dit maak die spykers roesbestand en voorkom dat die pleister uitruk as jy die spyker wil uittrek.
- 'n Geroeste skroef kan uitgedraai wors deur 'n stuk yster rooiwarm te maak en dit op die kop van die skroef te hou net voor jy dit probeer uitdraai.
- Om te verhoed dat staalwol roes, hou 'n bakkie met water waarin koeksoda opgelos is by die opwasbak en sit die staalwol daarin na gebruik.
- Plaas 'n stukkie bordkryt in jou gereedskapskis om die ergste vog op te neem.
- Skrop muwwerige panne wat roes skoon met asyn en laat droog word in die son.
- Skuur 'n halwe rou ui oor die geroeste deel.
- Skuur driepootpotjie mooi skoon – sit in son of baie warm plek om droog te word en plaas koerantpapier binne-in om roes te voorkom.
- Skuur metaal met 'n kurkprop gedoop in olyfolie.
- Skuur tuingereedskap met staalwol gedoop in terpentyn.
- Wanneer jy sukkel om 'n geroeste skroef los te draai, gooi Coke op 'n lappie en hou die lappie teen die skroef vir 'n paar minute.
- Wynsteensuur of 'n mengsel van lemoensap en sout sal roes uit linne haal.

Slotte

- Indien jy sukkel om jou sleutel in 'n slot te draai – smeer 'n bietjie petroleum jellie "vaseline" aan en draai die sleutel dan weer.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Skaniere

- Smeer seep aan skaniere wat kraak.
- Smit insekdoder aan krakerige skaniere as jy nie olie het nie.
- Deure wat kraak – gebruik 'n bietjie sjampoe pleks van olie. Dit werk net so goed.

Spykers

- Indien jy kort klein spykertjies moet inslaan teen 'n muur – plak met “press stick” vas en slaan dan in.
- Maak die spykers rooiwarm en gooi hulle dan in lynolie. Dit maak die spykers roesbestand en voorkom dat die pleister uitruk as jy die spyker wil uittrek.
- Om te voorkom dat die pleister breek terwyl spykers ingeslaan word – plak kleefpapier op oppervlakte waar spyker ingeslaan moet word en slaan dan in.
- Spykers wat jy in 'n muur wil inslaan moet liefsvan gegote yster wees.

Teëls

- As jy teëls wil lê (of wil weet of jou teëllêr weet wat hy doen) – begin in die middel van die oppervlak en werk dan uit waar om te begin teëls lê. Dit is om gelyke dele bo en onder sowel as langs die kante te hê, anders het een gedeelte van die vertrek groot teëls en ander klein.
- Indien jy sukkel om 'n gat te boor in keramiek teëls (wat gly) kan jy kleefband op die teël plak en dan bo-oor boor.
- Muurteëls wat die 'grout' lelik geword het. Verf die 'grout' met gekose kleur Akrielse verf. Jy mag maar die teël ook raak verf. Laat staan vir 20 minute en was die verf van die teëls af met warm water. Nuwe muur- of vloerteëls kan so gevef word en dit sal vir jare mooi bly.

Verf

- Ammoniak in water trek ook die reuk uit in die vertrek.
- Borsels en rollers: As 'n mens 'n paar dae se gevef het om te doen, en wil nie elke dag die verf borsels of rollers was nie, draai dit in Gladwrap toe en bere in die vrieskas.. Ontvries so 30 minute voor jy weer begin verf en alles is as of jy nou net opgehou verf het
- Gooi 'n botteltjie vanilla geursel in 'n bakkie of in 'n piering en plaas in vertrek waar die verf reuk is. Dit sal sommer gou die reuk verwyder.
- Indien jy sukkel om kunstenaars verf in die buisie oop te kry – Hou 'n vuurhoutjie vir 'n rukkie onder die prop.
- Kies altyd 'n kleur skakering ligter as die kleur wat jy graag wil hê. Verf is altyd donkerder sodra muur gevef is.
- 'n Verfkwas met harde hare kan 30 minute lank geprut word in kokende asyn en agterna gewas word met skottelgoedwasmiddel.
- Nat verfkwaste kan in 'n plastiek sakkie gebêre word in 'n vrieskas tot jy weer wil verf. Skoongemaakte kwaste kan in warm asyn gespoel word voordat jy begin verf.
- Om die sterk verf reuk uit 'n vertrek te verwyder, plaas 'n skottel met skoon water in die vertrek en die verf trek in die water in.
- Om te voorkom dat jy handvatsels raak verf. Draai die handvatsels in aliminumfoelie toe.
- Om vars gegalvaniseerde sink of geute te verf, was dit eers met blouviterjoel of kopersulfaatoplossing (verkrygbaar by apteke). Dit maak die sink swart. Was goed af met water en verf wanneer baie warm en baie droog (die kwas moet amper vaskleef so warm moet die sink wees). Jy het dan geen onderlaag nodig nie en dit dop nie af nie.
- Sny 'n papierbord se binneste deel uit en plaas bord randjie op blik om te verhoed dat verf op die blik drup.
- Verf 'n geriffelde dak met 'n besem; dit help dat jou rug nie moeg word nie!
- Verfkolle op vensters kan verwyder word met asyn.
- Voer jou verfpan vooraf uit met kleefplastiek. As jy die plastiek uithaal is jou bak skoon.
- Voorkom verfspatsels teen vensterruite wanneer jy verf deur nat koerantpapier teen die ruite vas te druk. Die koerant kleef lank genoeg en word maklik verwyder.

Persoonlike Versorging

- Vir slegte liggaamsreuke, vee witasyn, alkohol, apelasyn of koeksoda op areas wat gewoonlik sweet.
- Om van klouende strandsand ontslae te raak – strooi babapoeier oor jou lyf. Die sand sal nou makliker afskud.

Bad

- Boraks kan gebruik word om brakwater sag te maak.
- Maak jou eie badolie deur 250ml amandel olie of ligte olyf olie, 125ml heuning, 125ml badolie en 5ml vanilla ekstrak te meng en in bottel te gooi. Skud die bottel voor gebruik.
- Om badwater sag te maak, gooi handvol growwe sout in die bad terwyl die water inloop. Dit help ook vir klein seertjies of snytjies.
- Pluk die blomme van laventalplant en gooi in bad terwyl water inloop. Dis baie kalmerend. Jy kan ook katoenlap neem en laventalblare en blomme daarin toemaak en die lap goed seep smeer en daarmee bad. Jy sal lekker ruik en dit is ook kalmerend.
- Vir slegte liggaamsreuke, bad in water waarin 'n paar koppies tamatiesous gegooi is vir 15 min lank.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Elmboë

- Skurwe elmboë kan in 'n halwe suurlemoen met 1 teelepel suiker daarin gevryf word.

Haarversorging

- Die sap van 1 suurlemoen geklits met die geel van 1 eier is 'n goeie haarwasmiddel vir ligte hare.
- Gebruik oorryp avokadoperie wat jy fyngemaak het om jou hare te masseer, los in vir 'n uur of 2, en was dan jou hare. Dit maak jou hare baie sag en blink.
- In plaas van skeerroom, skeer jou beenhare met 'Conditioner'. Dit is goedkoper en maak ook jou bene lekker sag.
- Klits 1 eiergeel goed en sit dan 2 eetlepels brandewyn by en klits weer. Maak jou hare goed nat en smeer dan die mengsel in en masseer goed. Spoel die hare dan af met water waarby of asyn of suurlemoensap gevoeg is.
- Koeksoda of babapoeier is 'n wonderlike droë sjampoe, borsel deur olierige hare en jy sal verbaas wees met die resultate.
- Kook roosmarynblare vir ten minste 30 minute en suig dan deur 'n skoon wit lappie. Gooi die water in 'n skottel loutwarm water en was dan die kop daarin. Dit sal die hare versterk en ook 'n pragtige glans gee.
- Meng heuning gelyke dele met olyfolie en smeer in hare in, maak kop met warm handdoek toe en wag so halfuur na 'n uur toe en sjampoe dan af. Dit voed die hare en kopvel en laat die hare pragtig blink en sag.
- Om uitval van hare te keer, braai roosmaryn in olie uit en smeer aan die kop.
- Om uitval van hare te keer, meng 'n botteltjie Bergamond-essens van Lennons met shampoo. Was hare soos gewoonlik. Onthou om bottel goed te skud voor gebruik.
- Om uitval van hare te keer, meng 1 eetlepel paraffien, 2 eetlepels kasterolie, 2 eetlepels brandewyn en 'n bietjie gliserien goed in 'n bottel. Smeer die kopvel met die mengsel 1 of 2 keer per week.
- Om uitval van hare te keer, meng 1 klein botteltjie eau-de-cologne, 1 pakkie koeksoda, 3 eetlepels gedistilleerde water, 2 teelepels kienasulfaat en olyfolie goed saam. Smeer 1 maal per dag aan die kopvel en masseer dit baie goed in.
- Om uitval van hare te keer, meng 100ml Bayrum (2 x glasbuisies) met Placenta in 'n spuitbottel. Spuit aan na elke was en los dit aan.
- Om uitval van hare te keer, vryf 'n pasta warm olyfolie, 1 eetlepel heuning en 1 teelepel kaneelpoeier – vryf op bles voor badtyd – los aan vir 15min en was af – herhaal 1 keer per week.
- Om uitval van hare te keer, vryf soggens en saans growwe sout in die kaalplekke en na 'n paar weke sal die hare begin groei.
- Skep natuurlike ligstrepe in blonde hare: vul 'n sproeibottel met twee derde koppie Vodka en een derde koppie suurlemoensap. Sproei aan klam hare, gaan uit en spoel eers die aand af.
- Verpulp 10 arbeie en meng met mayonaise – masser in klam hare en los 10 minute voor jy dit shampoo.
- Vir blink donker hare - spoel af met asynwater
- Vir droë hare meng die volgende halwe ryp piesang, halwe avokadopeer, 1 teelepel joghurt, 1 eetlepel olyfolie asook "cling wrap" om hare mee te bedek. Maak piesang en avokado fyn en meng met olie en joghurt. Smeer aan hare en los aan vir 30 minute. Spoel met loutwater af. Gebruik dan sjampoe om die hare mee te was.
- Vir 'n "sonstreep" in die hare. In plaas van die gebruik van jel en haarsprei, gebruik op 'n warm dag suurlemoensap op nat hare, en laat dit droog. Na 'n paar gebruike en buite in die son sal jy "natuurlike" sonstrepe hê!
- Vir skilfers, was die hare en spoel af met 1 eetlepel engelse sout of koeksoda opgelos in 500ml water.
- Wanneer jy jou hare laat sny, gebruik 'n swart sak en sny 'n gat in net groot genoeg vir die persoon se kop om deur te gaan. Soedoende sal die hare nie aan al die klere vassit nie.

Skilfers

- Smeer klapperolie aan die hare voor die hare gewas word.
- Was hare in 2 teelepels koeksoda in 'n liter water en spoel goed af, in 'n week sal jy die verandering opmerk.

Kamme & Borsels

- Gebruik 'n plastiekvurk om hare uit jou haarborsel te verwyder.
- Kamme sal gou skoon kom as dit 'n rukkie geweek word in warm water waarin 2 teelepels koeksoda opgelos is..

Skeer

- Gooi koeksoda in 'n bakkie met kookwater en hou dit teen die vel, so warm as jy kan.
- Jy moet nie dat water aan jou gesig raak tot die uitslag weg is nie. Sny maar jou baard met 'n skêr. Jy kan ook alkohol of spiritus onverdund aansmeer en dan babapoeier bo-oor.
- Om jou beenhare te skeer, gebruik 'conditioner' in plaas van skeerroom. Dit is goedkoper en sal boonop jou bene bevochtig.

Hande

- As jou hande skurf is; meng olyfolie en suiker en vryf goed in en spoel dan die suiker af en droog liggies en vryf die hande tot al die olie geabsorbeer is.
- Handerom met 'n bietjie suiker in verrig wondere – bedek hande as jy in die son kom.
- Hou handerom by die wasbak, kombuis, sitkamer, kamer ens. en vryf gereeld in.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Maak jou eie handerom deur 1 klein blikkie babapoëier, 1 bottel wit vaselien, 2 klein botteltjies gliserien, 1 klein amandelolie goed te meng.
- Sit room aan en dan handskoene voor skottelgoed was.
- Vir hande wat bars of skurf word neem melksalf en vryf dit goed in die hande in.
- Vir sagte hande kan hulle so 3 eetlepels olyfolie warm maak in die mikrogolfoond en dit aan die hande smeer.

Naels

- Fyl naels en moet nooit jou naels met 'n skêr sny nie. Dit veroorsaak dat jou naels "split".
- Gooi 'n paar druppels Amiel Asetaat by naellak wat taai geword het en skud goed. Dit beskadig nie jou naels nie.
- Naellak word ook gouer droog indien jy goeie ou Spray'nCook daaroor spuit.
- Om geel naels wit te kry, vryf naels met suurlemoensap.
- Om naellak gou te laat verhard kan jy dit in yswater dompel.
- Om naellak uit duvet oortrekstel te verwyder gebruik witdulsies of acetone (naellakverwyderaar).
- Om naels sterk te maak:
 - 'Slow Mag' maak naels baie sterk.
 - AVON se Strong Results. Dit is soos 'n kleurlose naellak, maar dit trek in die nael in en laat glad nie 'n blink lagie op die nael nie.
 - Drink elke dag gelatien (tussen 1/4 - 1 t).
 - Kry Vital se Calmac of Dolomite pille - beide kalsium aanvullers
 - Maak nie saak hoe kort jou naels is nie, dra altyd Cutex, al is dit kleurloos, gooi 3-4 druppels (nie meer nie) Formalien (te koop by apteke - koop net so 5ml) in die Cutex, jy sal verbaas wees hoe sterk jou naels sal word.
 - Om naels sterk te maak koop jy 'n klein botteltjie "formalinen" by die apteek. Haal dan alle naellak af, en gebruik sommer 'n "earbud" wat in die formalien indip en dan smeer jy dit oor die nael. Dit maak wel die nael geel, maar dit maak dit ook baie sterk.
 - Suig drie Natura se "tissue salts no. 7" die oggend wanneer wakker word en weer drie in die aand voor slaapyd.
 - Vat 'n pakkie gelatien, meng elke oggend 'n teelepel vol met warm sap (enige LiquiFruit of so, want die goed is nie vreeslik lekker nie). Maak 'n bietjie sap vir 30 sekondes in mikrogolf warm, los dan 5ml gelatien daarin op. Drink dit.
 - Voed naels met bio-oil.
 - Week naels elke aand vir 10 min in melk.
 - Week vir 4 minute in loutwarm spiritus en daarna vir nog 4 minute in loutwarm olyfolie, herhaal twee keer per week.
 - Zinplex bevat zink en selenium en is ook goed vir die vel en hare en immuniteit.
- Om te verhinder dat jou naels breek, gooi 1 eetlepel koeksoda in 'n koppie warm water en week jou naels vir 15 minute daarin, droog af en vryf olyfolie in.
- Om vingernaels te beskerm wanneer jy tuinmaak, druk jou naels vooraf in 'n koekie seep.
- Smeer 'n bietjie petroleum jellie aan die naellak proppe om te voorkom dat naellak die proppe taai maak.
- Stoor naellak in yskas om te voorkom dat dit taai word.
- Vir naels wat maklik breek (brittle) en split moet jy magnesium inkry. Eet groenblaargroentes, sonneblom en pampoensaad, melk, all bran, bakbone, pasta en lentils.
- Vir papiersnye in naels, sit onderlaag op.
- Wanneer jy in die tuin gaan werk, druk eers jou naels in 'n koekie seep sodat dit onder die naels vul – dan kom daar geen vullis onder jou naels in nie.

Mond

- As jy in die oggend gorrel met een teelepel heuning en kaneel in warm water, dan bly jou asem deur die dag vars.
- As jy knoffel geëet het, kou kardamom saadjies in hulle omhulsels.
Wanneer dit sag is, gooi die doppe weg en sluk die saadjies in, dit verbloem die reuk.
- Kou koffiepitte of pietersielie, dit laat die asem weer vars ruik, selfs al het jy knoffel geëet.
- Kou teeblare of pietersielie om van 'n ui- of visreuk in die mond ontslae te raak.
- Nadat jy knoffel geëet het, neem 'n kwart glasie melk 'n halwe teelepel vanielje essens.
Verhit so effens in die mikrogolfoond en drink dit.
- Suurlemoen gemeng met koeksoda maak gevlekte tande mooi wit.
- Trek pietersielie in kookwater en laat afkoel, gorrel dan hiermee.
- Vir 'n vars asem, gorrel met lewensessens, of gorrel met pietersieliewater of kou rou pietersielie.
- Vir slegte asem kan jy net kruienaetjies of seldery kou.
- Vir slegte asem, borsel en flos jou tande gereeld en borsel jou tong ook, Laat vrot tande regmaak,
Gorrel met heuning gemeng met bietjie kaneel.

Kunstande

- Borsel kunstande met Sunlight opwasseepe. Dit is baie beter as tandepasta. Sunlight los die vetterigheid op.
- Los jou kunstande oornag in water en koeksoda, dit word pragtig wit.
- Moenie met jou kunstande slaap nie. Spoeg is baie belangrik vir 'n gesonde mond.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Om kunstande mooi wit te hou, los kunstande oornag in asyn.

Tande

- Maak jou eie tandepasta van 'n mengsel sout en bakpoer.
- Om tande wit te hou, sit bietjie lemoensap in koppie en spoel mond vir 'n hele minuut daarmee uit.
- Vir witter tande gebruik suurlemoen, sout en koeksoda. Maak dit in a'n pasta, en doop jou tandeborsel in, en skrop jou tande behoorlik. Jou mond voel sommer lekker skoon, en dit smaak sleg, maar as jy behoorlik spoel sal jy agterkom dit werk beter as tandepasta!!

Slegte asem

- As jy in die oggend gorrel met een teelepel heuning en kaneel in warm water, dan bly jou asem deur die dag vars.
- As jy knoffel geëet het, kou kardamom saadjies in hulle omhulsels. Wanneer dit sag is, gooi die doppie weg en sluk die saadjies in, dit verbloem die reuk.
- Kou koffiepitte of pietersielie, dit laat die asem weer vars ruik, selfs al het jy knoffel geëet.
- Nadat jy knoffel geëet het, neem 'n kwart glasie melk 'n halwe teelepel vanielje essens. Verhit so effens in die mikrogolfoond en drink dit.
- Trek pietersielie in kookwater en laat afkoel, gorrel dan hiermee.
- Vir 'n vars asem, gorrel met lewensessens, of gorrel met pietersieliewater of kou rou pietersielie.
- Vir slegte asem kan jy net kruienaetjies kou.

Oë

- As jou oë moeg is, moet jy minder op rekenaar werk of TV kyk en eet groenblaargroente, soja, knoffel, uie, bloubessies, druiwe en Neute (Vit A, B2, C en E).
- Gebruik altyd 'n sonbril in die buitlug – veral teen UV strale en weerkaatsing wat 80% UV strale bevat – vensters, beton en water.
- 'n Druppel gliserien help om jou brilglase skoon te hou. Dit help ook teen wasigheid.

Vel

- Maak vir jou 'n gesigmasker met 1 goedgeklopte eiergeel en 1 eetlepel asyn. Smeer aan die gesig en los aan vir so 10 minute en spoel dan met loutwarm water af. Gebruik die masker 1 maal per week om plooi weg te hou en die vel mooi glad te maak.
- Maak vir jou 'n gesigmasker met 10ml heuning, twee eetlepels olyfolie, 5 druppels vitamieene E olie en 5ml meliemeel. Meng alles goed en smeer aan jou gesig en nek. Gaan lê en ontspan vir 15 minute. Was dan die mengsel af van jou gesig met lout water. Jou vel sal gou jonger lyk en baie verfrissend voel.
- Nadat jy jou gesig soggens en saans gewas het neem 1 teelepel melk en vryf dit in jou gesig in. Na 'n maand sal jy besluit om nooit weer iets anders te gebruik nie.
- Vir enige velaandoenings kan jy heuning en kaneel gelyke dele meng and aan die ge-afgekteerde dele smeer elke aand voor jy gaan slaap.
- Wanneer jy seer het na jy geskeer het, neem 1 eetlepel brandspiritus op 3 eetlepels melk. Skud goed en gebruik as naskeermiddel.

Voete

- As jou hakskene of voete seer is moet jy 'n halwe bottel spiritus vat en 1 koekie kamfer wat jy baie fyn gemaak het daarin gooi en goed skud sodat die kamfer kan oplos. Smeer die voete en hakskene daarmee.
- As jou hakskene of voete seer is, wend olyf - of kookolie aan skurwe hakskene die aand voor jy hulle skuur.
- As jou voete seer en geswel is moet jy warm water met 'n handvol engelse sout & halwe koppie asyn daarin in 'n skottel of emmer gooi en die voete daarin hou tot die water begin koud word. Droog goed af en smeer spiritus goed in.
- Vir brandvoete moet jy hulle saans goed was en afdroog, dan smeer jy 'n koekie Sunlight seep net so droog aan die sole. Doen dit elke oggend en aand en na so 3 maande sal die voete nie meer brand nie.
- Vir gebarste hakskene, week jou voete vir 'n hele rukkie in warm water met 'n handvol growwe sout in. Doen dit net voor jy gaan slaap. Droog liggies af met 'n handdoek. Smeer 'n dik laag vaseline oor jou voete. Trek 'n plastieksakkie bo-oor. Trek 'n paar sokkies bo-oor die sakkies. Klim in die bed en slaap..
- Vir ingroei toonnaels, gooi lekker warm water in 'n skottel en sit met die voet daarin. Droog die voet af en krap die nael skoon aan die kant wat ingroei. Sit staaldruppels op en maak toe met 'n stukkie watte. Herhaal as dit nodig is.
- Vir ingroei toonnaels, neem 'n plat vyltjie en vyl die nael so dun moontlik sonder om dwarsdeur te vyl. Laat die nael groei en moenie so kort knip nie.
- Vir skurwe of gebarste hakskene, smeer Dubbin gereeld aan.
- Vir skurwe voete of hande, gooi 'n handvol hawermeel in kokende water en laat afkoel. Gooi bietjie asyn by. Was die hande of voete in die water en droog goed af. Smeer nou met soetolie.
- Vir skurwe voete of hande, meng gelyke hoeveelhede gliserien en brandspiritus. Smeer die hande of voete.
- Vir skurwe voete of hande, was jou voete of hande in dikmelk, hoe suurder die melk hoe beter. Na 'n paar dae sal die voete of hande mooi wit en glad wees.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Vir skurwe voete, meng 1 medium botteltjie petroleumjellie (vaseline) 1 klein botteltjie gliserien 1 klein botteltjie kloosterbalsem (Friars balm) Babapoeier. Meng alles saam. Hoe meer poeier, hoe minder vetterig sal die salf wees. Wend slaapyd aan en trek 'n paar gewone sokkies aan. Dit werk ook goed vir skurwe elmboë.
- Vir skurwe voete, meng gelyke dele 50ml Glyserine en 50ml Scrubbs Amoniak in 'n botteltjie en skud goed. Smeer elke aand aan nadat voete gewas en geskuur is.
- Vir skurwe voete, smeer jou voete elke aand met spiritus.
- Vir skurwe voete, smeer speensalf (te kry by enige ko-operasie) of melksalf aan.
- Vir wintershande, voete, gebarste hakskeene, en selfs vir ekseem: Meng 2 x 500 gram potjies Aqueousroom, 50ml Gliserien, 1 klein potjie wit Vaseline (reukloos), 100g Johnson's babapoeier saam en smeer mildelik aan die aangetaste dele.
- Wanneer jou voete baie sweet, week jou voete in loutewarm water met koeksoda. Droog baie goed af en smeer dan droë koeksoda aan. As jy dit gereeld doen sal die sweetreuk verdwyn.

Liddorings

- Draai 'n lappie om die toon wat die liddoring het. Gooi nou asyn - so warm as moontlik op die lappie. Doen dit elke aand vir 8 dae. Die liddoring sal na 8 dae heeltemal los wees en jy kan dit dan uittrek.
- Druk aspirienpil stukkend en maak 'n salf met bietjie Vaseline. Sit dit op die liddoring en plak toe. Herhaal as die liddoring oud en hard is.
- Krap die liddoring goed en smeer dan balsemsulfuris aan. Laat dit droog word. Trek nou kouse en skoene aan. Doen dit elke oggend en aand en die liddoring sal droog word en jy kan dit met wortel en tak uitpluk.
- 'n Teelepel sout op 'n kelkie asyn. Meng goed en smeer elke more en aand aan.
- Sny 'n stukkie suurlemoenskil en sit in 'n koppie. Gooi nou 'n halwe koppie asyn by en laat dit trek vir 2 dae. Sit dan die skil op die liddoring en bind styf vas. Herhaal elke dag met 'n ander stukkie skil.

Skoene

- Deur tennisskoene se witsel met melk in plaas van water aan te smeer, verhoed dat die witsel sal afgee.
- Hou sokkies in pare deur hulle met hakspelde aan mekaar vas te maak en dan in die wasmasjien te gooi. Dit bespaar baie tyd en veral as die gesin groot is.
- Indien jou skoen druk week jy 'n spons in warm water en hou dit vir 'n paar minute op die plek. Trek dan die skoen uit en vryf dit aan die binnekant op die plek met 'n ou tandeborsel of iets anders met 'n stomp punt.
- Koop altyd jou skoene in die middag. Jou voete is dan normale grote (klaar geswel). Indien jy skoene in die oggende koop kan dit jou in die middag knyp.
- Leerskoene kan met baie warm kraanwater natgemaak word. Trek dun sokkies aan om voete te beskerm. Trek dan die warm nat skoene aan en loop met dit tot dit droog is. Die skoene het dan na jou voete gevorm.
- Maak skoene en handsakke met Dettol skoon.
- 'n Paar druppels asyn by skoenpolitoer wat hard geword het maak dit weer sag.
- Nat leer skoene moet nie drooggemaak word voor 'n te warm vuur nie. Dit word te vinnig droog en kan dan kraak. Stop nat skoene altyd op met koerant om vorm te behou.
- Neem bywas, sny dit fyn en maak dit warm om te smelt. Haal dit dan van die vuur af en roer terpentyn in. Roer dit goed en bêre dit in 'n blik. Vryf die skoene daarmee en vryf weer af met 'n skoon flennielap.
- Strooi koeksoda in skoene wat sleg ruik – Laat oornag staan.

Troeteldiere

- Gebruik sellotape om troeteldier hare van klere af te haal.
- Hou ongewenste katte uit die tuin deur peper te sprinkel op die plekke waar jy hulle spore vind.
- Leer honde om net een deel van die tuin te bemors - Tel die honde bolle met 'n graaf op en (in plaas van dit in die vullis gooi), gooi dit in die verste hoek van die tuin. Die hond leer naderhand om sy ding net in die hoek van die tuin te doen, waarna jy dan net 1 kol in die tuin het om skoon te maak.
- Maak Chlorphyriphos sterk in 'n spuitkan aan en spuit orals. Dit help om vlooi-eiers wat die honde inbring van ontslae te raak.
- Meng 'n botteltjie vanieljegeursel met dieselfde hoeveelheid Dettol (slegs Dettol), op 750ml water. Gooi in spuitkannetjie en spuit op aangetaste dele, vrylik op matte, banke, gordyne en selfs in die lug as lugverfrisser. Dit werk wonders en ruik heerlik skoon en vars. En dit neutraliseer die reuk geheel en al.
- Meng 1 koppie ammoniak en 4 koppies water en spuit dit oral in die huis. Dit hou vlooi weg en vlek of beskadig nie houtvloer nie aangesien die ammoniak baie verdun is.
- Om reuke van kat- en hondepiepie uit jou matte te kry - Kook saam 1kg Surf, 750ml Spirits, 2 botteltjies bloekomolie en 5 liter water. Gebruik soos matsjampoe in jou matwasser en verdun voor gebruik.
- Om vir 'n dier 'n pil te gee, maak die pil fyn tussen twee teelepels sodat dit poeier is. Dwing die bek(kie) oop en gooi die poeier op die tong. Daar is nie 'n manier dat hy nie die pil inkry nie! Hy mag vir jou baie vies wees, maar sy medisyne is in!
- Om vlooi uit matte te hou, strooi Karbadust op die matte en laat dit vir 'n ruk voordat die matte gesuig word. Dit is veilig om ook die troeteldiere daarmee te poeier.
- Om vlooi weg te hou, was honde met Sunlightseep in water waarin 2 proppies Dettol opgelos is. Spoel ook af met Dettolwater.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Strooi koeksoda op die urien. Los rukkies en stofsuiers soos gewoonlik. Dit sal ook voorkom dat die diere weer daar urieneer.
- Was jou troeteldiere twee tot drie keer met water waarin aartappels gekook is. Dit hou die bosluise en vlooië weg van hulle.

Veiligheid - Algemeen

- 'n Groot persentasie vroue word aangerand terwyl hulle probeer help! "Hulpelose" misdadigers maak daarop staat en lok hul prooi op dié manier! Moenie gevang word nie!
- 'n Mens se knieë is baie sensitief. Skop jou aanvaller op sy knieë.
- As jy in die bank was en jy moes heelwat geld trek – bêre dit op so manier dat die mense wat in die toue staan jou nie sien nie.
- Die elmboog is die sterkste punt in die liggaam. Indien jy aangeval word – gebruik dit!
- Die nek is kwesbaar mits jy die krag het om dit so toe te druk dat jy 'n aanvaller se asemhaling kan afsny.
- Die oë is die kwesbaarste deel van die liggaam. Steek jou vinger daar in – ongenadiglik!
- Hou 'n lysie met noodnommers altyd naby die foon sodat jy dit kan gebruik in 'n noodgeval.
- Moet nooit ophou weerstand bied teen 'n aanvaller nie! Byt skop skree en hardloop!
Sorg net dat jy nie by die plek uitkom wat hy gekies het nie!
- Vra hulp as jy in gevaar verkeer en wag dat hulp opdaag.
- Wanneer 'n aanvaller 'n wapen het en jy is nog nie onder sy beheer nie – hardloop! Die polisie skiet slegs 40% raak as 'n teiken 2 meter van hulle af is as gevolg van stres. Die kans dat 'n misdadiger jou gaan raakskiet terwyl jy hardloop is maar 4%!
- Wees altyd op die uitkyk vir gevaar – daar is misdadigers om elke hoek en draai.

Hysbakveiligheid

- As jy alleen in die hysbak is en iemand verdags klim in – gaan liewers uit en wag vir die volgende hysbak.
- Gebruik liewers 'n hysbak as trappe indien jy alleen is!
- Staar naby die deur van 'n hysbak – vermy die agterste hoeke.
- Wanneer jy 'n hysbak gebruik kyk altyd eers wie is binne en of hulle dalk verdag lyk.
Staar naby die knoppies sodat jy alarm kan maak as jy 'n probleem kry.

Kinderveiligheid

- Hou altyd 'n oë oor jou kind wanneer julle in openbare plekke is soos winkelsentrums, ensovoorts.
- Jy moet altyd jou kinders se vriende ken en weet waar hulle is.
- Leer jou kind die "Pêllie"-stelsel - om altyd saam met vriende te loop en te speel.
- Leer jou kind om altyd dieselfde en die veiligste pad van en na die skool te volg.
- Leer jou kind om om hulp te skree as iemand hulle probeer gryp.
- Leer jou kinders hoe om die telefoon te gebruik as hulle hulp nodig het.
- Leer jou kinders om altyd enigiets ongewoon aan te meld by volwassenes wat hulle vertrou.
- Leer jou kinders om nie enige persoonlike inligting oor hulleself en hulle familie met vreemdes te deel nie.
- Leer jou kinders om niemand toe te laat om onvanpas aan hulle te vat nie.
- Leer jou kinders om nooit saamrygeleenthede, persente en geld te aanvaar van iemand wat hulle nie ken nie.
- Moenie jou kind alleen in 'n geparkeerde motor los nie.
- Moet nooit jou kind, dag of nag, alleen iewers heen stuur nie.

Supermarkveiligheid

- Hou jou handsak stewig vas teen jou lyf.
- Moet nooit jou beursie op 'n sigbare plek dra soos in jou agtersak of kantsak nie.
- Moet nooit jou handsak of ander items in die trollie los nie al is dit onder ander goed.
- Moet nooit jou handsak of beursie op die toonbank plaas en wegbeweeg nie – nie eers rondkyk nie.
Dit neem misdadigers net 1 sekond om jou beursie te neem.

Straatveiligheid:

- As jy op straat beroof word – gee jou samewerking en bly kalm. Deur terug te veg kan jy dalk beseer word.
Wees oplettend sodat jy vir die polisie soveel as moontlik inligting kan gee.
- Hou jou handsak naby jou liggaam.
- Hou jou kleingeld en jou kredietkaarte op twee verskillende plekke.
- Indien jy agtervolg word skree "Brand" en nie "Help" nie. Mense wil nie betrokke raak nie maar almal is nuuskierig!
- Indien moontlik moenie alleen loop nie.
- Moenie mislei word deur vreemdeling wat jy die geleentheid gee om ekstra geld te wen nie.
- Moet nooit in 'n verlate plek of donker gebied loop nie.
- Sorg dat jy nooit nodig het om laat in die aand rond te loop of huis toe te loop nie.
- Wanneer jy uitgaan los jou kosbare besittings by die huis.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Vervoerveiligheid:

- As die bus of trein leeg is sit so naby as moontlik aan die bestuurder.
- As jy agterdochtig raak oor enige mens of voertuig in 'n hoë-risikogebied, hanteer dit as 'n gevaarlike situasie en tree dienooreenkomstig op (ignoreer met ander woorde 'n rooi verkeerslig as dit veilig is om die kruising oor te steek; draai af of jaag weg van wat jy beskou as 'n gevaarlike gebied) en ontbied bystand waar nodig.
- As jy agtervolg word – ry tot by jou naaste polisieostasie.
- As jy langs 'n paneelwa of kombi geparkeer is, klim van die passasierskant af in.
- As jy ooit in die katebak van 'n kar gedwing word – skop of pluk die agterlig uit en steek jou arm daardeur. Die passasiers sal jou nie sien nie maar ander mense wel!
- As 'n vreemdeling jou nader terwyl jy in jou motor is, ry weg indien moontlik en/of gebruik jou toeter om aandag te trek.
- By stasies en bushaltes, staan naby ander mense wat ook wag vir dieselfde vervoer.
- Dames is geneig om nadat hulle in die kar geklim het eers allerhande goed te doen soos om na strokies te kyk of handsakke reg te pak. Moenie dit doen nie! Sluit die deure en ry!
- Hou altyd jou identiteitsdokument en rybewys by jou; en 'n pen en notaboek om aantekeninge te maak.
- Hou jou oë oop vir enigiets buitengewoon.
- Hou jou selfoon of ander waardevolle artikels styf vas en op jou skoot.
- Hou jou sleutels gereed, maar nie sigbaar nie.
- Indien 'n kaper met jou in die motor wegjaag, wag vir die regte tyd en steek jou vingers in sy oë. Spring uit en hardloop!
- Indien jy bedreig voel deur 'n motor wat jou nader, skree en hardloop in die teenoorgestelde rigting as wat die motor beweeg.
- Indien jy buite aangeval word kry 'n hindernis soos 'n geparkeerde motor en hardloop al om dit terwyl jy skree!
- Indien jy deur enige persoon bedreig word druk jou hoeter aanhoudend.
- Kyk wat gaan binne jou kar aan voor jy inklim, agter die sitplek en op die vloer aan die passasierskant.
- Maak seker dat al jou spieëls so gestel is dat jy die beste moontlike uitsig het op die omgewing om jou voertuig. Maak in jou truspieël seker dat jy nie agtervolg word nie.
- Maak seker dat jou motor meganies in goeie orde is en dat die kanse om te gaan staan nie so goed is nie. Indien dit breek, sluit onmiddellik die deure en skakel vir hulp.
- Moenie alleen in die nag op afgeleë plekke ry nie.
- Moenie pakkies of jou handsak op enige sitplek laat lê nie – sluit dit in die katebak toe.
- Moenie vensters meer as 5cm ooplaat nie.
- Moet nooit jou voertuig se venster of deur vir enige vreemdeling oopmaak nie. As 'n verdagte persoon naby jou lê motor is, moenie dit nader nie. Hou aan loop na die naaste openbare gebied en vra hulp.
- Moet nooit rylopers oplaai nie.
- Moet nooit stop by iemand wat lyk of hul 'n beseerde troeteldier langs die pad behandel nie – dis 'n slenter wat kapers gebruik om jou te kry om te stop!
- Onthou kapers is ook professionele mense, hulle beplan hulle aanvalle fyn. Wees dus altyd bedag op moontlike gevaar, en wees op die uitkyk vir moontlike wegkomroetes en veilige skuilings op pad.
- Parkeer jou motor altyd in 'n verligte area as jy nie 'n motorhuis het nie.
- Probeer jou roete afwissel na die werk, die gimnasium – al die plekke waarheen jy gereeld gaan.
- Probeer sowat 5m agter die motor voor jou stilhou by 'n stopstraat of verkeerslig – dit maak dit makliker om weg te kom as daar moeilikheid is.
- Ry in die middelbaan, weg van voetgangers waar dit moontlik is.
- Sluit al die deure en maak die vensters toe voordat jy ry.
- Vermy dit om op verlate terminale te wag – wag eerder in 'n goed verligte plek tot jou bus of trein opdaag.
- Vermy indien moontlik reise wanneer dit donker is. Kapers kan 'n klein ongeluk naboots, byvoorbeeld, as jou motor van agter gestamp word en jy voel nie gerus oor die situasie nie, ry na die naaste Polisiekantoor vir hulp.
- Wanneer jy jou bestemming bereik let op wie saam met jou afklim en loop gou huistoe.
- Wees altyd op die uitkyk vir karakters of voertuie wat verdag lyk en moenie huiwer om iets by die polisie aan te meld nie.
- Wees op jou hoede vir vreemdelinge wat jou motor by verkeersligte nader.
- Wees vertrouwd met jou omgewing. Leer wie in die omgewing van jou huis of werkplek hoort en wie nie.

Verbruikers- en Finansiëlewenke

- Gebruik laer rentekoerse om jou skuld af te betaal.
- Lees die fun druk. U handtekening is u kosbaarste besitting! Enigiets wat u besit, kan weggeteken word. Dit is dus noodsaaklik om goed na te dink voordat u enige dokument onderteken. Daar is 'n regsuitdrukking 'Caveat Sub Scripton' wat beteken – Laat hy wat onderteken, op sy hoede wees. Wanneer 'n dokument eers onderteken is, ontstaan daar 'n kontrak en dit sal oor die algemeen deur die hof afgedwing word, selfs al sou u agterna uself bedink oor die transaksie.
- Luister gerus na die verduideliking wat deur die verkoops persoon gegee word, maar moenie op sy beloftes staatmaak nie. Dit is die geskrwe ooreenkoms wat tel, nie die mondelinge ondernemings van die verkoops persoon nie.
- Praat met jou bank of finansiële raadgewer indien jou begroting nie meer klop nie. Daar is paar oplossings, soos skuldkonsolidasie of aanpassings op premiepaaielemente.
- Probeer om nie nuwe skuld aan te gaan nie.
- Vind uit of jy kan oortyd werk en hoe die vergoeding werk, indien moontlik.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

- Werk volgens 'n begroting – as jy neerskryf wat jy elke dag uitgee, wat jou vaste koste is en waar jy kan spaar (en dan daarby hou!), kan jy aan die einde van die maand jouself op die skouer klop.

Aankopersreg

- Indien die winkel nie terugbetalings doen nie, koop u op eie risiko. Indien die verkoops persoon sê dat die winkel terugbetalings doen, maar u nie so 'n kennisgewing sien nie, moet u vra dat die bestuurder die beleid op u kwitansie neerskryf.
- Lees die waarborg en dink goed na oor duur bykomende waarborge. Pos die waarborgregistrasie so gou as moontlik en bewaar 'n afskrif op 'n veilige plek.
- Nuttige verbruikerswenk. Kyk altyd rond voordat u koop. Pryse wissel. Onthou dat daardie winskope wat u by straatmouse kan koop, altyd finaal is. Let veral op na handelsmerke en handelsname van handelsware van amptelike organisasies wat vervalsings kan wees.
- Soek vir handelsmerke van gehalte en winkels se eie handelsmerke wat 'n goeie naam het. Sommige winkelhandelsmerke is net so goed soos bekende handelsmerke en kos minder.
- U het die reg om 'n kwitansie te ontvang. U moet 'n kwitansie vir alle aankope ontvang en dit moet die prys, handelsmerk en 'n beskrywing van die winkel insluit.
- U het die reg om presies te weet wat u koop. Wees versigtig vir 'gebruikte' of 'opgeknapte' artikels wat as nuwes verkoop word.
- U het die reg om te weet wat die prys van enige artikel is. Dit moet duidelik op elke artikel of op 'n kennisgewing naby die vertoonde artikels aangedui word.

Uitverkopingsbedrog

- As 'n advertensie van 'n uitverkoop te goed klink om waar te wees, is dit waarskynlik te goed om waar te wees.
- As u na 'n winkel vir 'n spesiale aanbod wat geadverteer is gaan, maar die verkoops persoon probeer iets anders wat meer kos, aan u verkoop, word u om die bos gelei.
- Sommige winkels adverteer goedere teen 'n groot afslag, maar sluit nie die oorspronklike prys daarby in nie. 90% van 'n baie hoë prys mag dalk nog steeds 'n swak kopie wees. Gaan die prys na waarvan die afslag gegee word en vergelyk winkels om vas te stel watter winkel die laagste prys en die beste gehalte het.

Banke

- Beperk die aantal ontrekkings wat jy doen – jy betaal vir elke ontrekking.
- Doen ontrekkings by jou eie bank se otomatiese banktellers (OTM) – jy betaal ekstra wanneer jy by 'n ander bank se OTM 'n ontrekking doen.
- Gaan jou bankstate gereëld na vir enige ongerymdhede en foute – dit kan jou duur te staan kom as jy nalatig is.
- Ontrekkings binne die bank kos jou meer as wanneer jy die OTM gebruik.
- Reël dat gereëld (maandelikse) betalings deur middel van debietorders of stoporders direk van jou rekening afgaan. Dit is goedkoper en veilig. Die onveilige alternatief is om met kontant in jou sak rond te loop!
- Teken in vir SMS kennisgewing sodat jy onmiddellik weet van transaksies op jou bankrekening.
- Vergelyk die verskillende tipes rekening beskikbaar en maak dan seker jy kies die een wat aan jou spesifieke behoeftes voldoen.

Waterbesparing

- Dink voordat jy glase en messegoed onder lopende water afspoel.
- Draai die kraan toe terwyl jy jou tande borsel (dit bespaar tot 20 liter water), of wanneer jy skeer (dit bespaar tot 45 liter!).
- Gebruik jy 'n tuinslang om jou motor te was? Oorweeg dit om twee emmers water daarvoor te gebruik. Dit kan jou elke keer tot 300 liter water bespaar.
- Maak seker dat jou wasmasjien of skottelgoedwasser heeltemal vol is voordat jy dit gebruik.
- Maak seker dat water nie in jou toilet uitlek nie deur 'n paar druppels voedselkleursel in die waterbak te drup - as die kleur in die bak uitlek, is daar 'n lekplek. 'n Toilet wat lek kan tot 30 liter water per uur mors!
- 'n Bad gebruik gemiddeld 160 liter water - 'n stort wat vyf minute duur gebruik 60 liter. Stort eerder as om te bad, gebruik 'n kleiner bad of bad saam.
- 'n Druppelende kraan (een druppel per sekonde) kan tot 30 liter water per uur mors - wat 10 000 liter per jaar se vermorsing kan beteken!
- Verminder die hoeveelheid water wat in die toilet afspoel. Deur 'n "Hippo-sak" te installeer of 'n 2 liter plastiek bottel vol water in die waterbak van jou toilet te sit kan jy elke jaar tot 7 300 liter water bespaar.
- Wees op die uitkyk vir lekkende toilette en krane in jou huis, skool of werkplek en huur 'n loodgieter as daar enige probleme is. In die meeste gevalle kan die geld wat op herstelwerk bestee word, oor 'n tydperk (gewoonlik minder as 'n jaar) herwin word deur laer waterrekeninge.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

Wys my hoe om ...

... rokkies met streppies bo te hou.



Sit rekkies om hangers.

... skoene saam met klere in tas te pak.



Sit skoene binne-in stortkeps.

... kamera in te pak en ook spasie te bespaar.



Plaas kamera in seephouer.

... skoene te bêre.



Gebruik ou wynkarton.

... hangende rekeninge in te bêre.



Gebruik 'n servet-houer.

... goedkoop pleknaamkaartjies te maak.



Gebruik twee verskillende kleur verfmonsterkaartjies.

... pannekoekdeeg, sonder gemors, in pan te gooi.



Gooi deeg in spuitbottel.

... los drade netjies te hou.



Druk die drade in leë toilet papierrol.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

... deure te verf sonder om deurknoppe ook raak te verf.



Draai deurknop met foelie toe

... kwas klam te hou totdat jy klaar gevef is.



Bind plastieksak om kwas

... klere skoon te hou terwyl jy in die tuin rondkruip.



Bind plastieksakke om jou knieë.

... minder grond te gebruik



Plaas opgevrommelde plastieksak onder in houer.

... blomme wat kort is, te verleng.



Druk stingels in strooitjies.

... glasse te merk.



Plak etikette (stickers) op.

BOERERATE & VERBRUIKERS-WENKE

Gebruik rate op eie risiko. Daar is geen waarborg dat enige van die rate werk nie!

... tangetjie (tweezer) en naelknipper in badkamerkas op te hang.



Plaas 'n magneet in die kassie.

... eiendom te herken.



Merk alles.

... te voorkom dat kasdeure hard toeklap.



Plak 'n stukkie kurk vas.

Waar kom die wenke vandaan?

- <http://funkymunky.co.za/tuis.html>
- <http://www.agieinfo.co.za/wenke.htm>
- <http://www.capegateway.gov.za/afr/pubs/guides/>
- <http://www.egafrikaans.co.za/wenkeblad/>
- <http://www.peterjasie.co.za/boererate.html>
- <http://www.roekeloos.co.za/wenke/wenke-b/>