ek, jy, jou sussie, jou niggie en jou ma

dra elkeen 'n stukkie Nicola in ons rond. Ons wil graag mooi en maer wees en deur ander aanvaar word. Ons droom van 'n maer lyf vir die loopplank, die verhoog, die jongste modes of om iemand spesiaal se aandag te trek. Ons kies ook verskillende maniere om dié ideaal te bereik.

Menige jong meisie het in die najaag van hierdie droom op 'n pad beland wat uiteindelik tot die toestand bekend as anorexia nervosa gelei het. Haar lyf raak dan 'n groot kwessie. Dit is onbekend presies wat die oorsaak van hierdie toestand is, maar dat voeding, of wanvoeding, in die kern daarvan lê, is seker. Daarby kom ook die psigologiese komponente van eiewaarde, selfbewussyn en die individu se besef van haar plek in haar kleiner kring en in die samelewing. Die voortdurende klem wat in die media op die "mooi en maer mense" geplaas word, vergroot ook die druk op "gewone mense" om aan die verglansde standaard te voldoen.

In Nicola word hierdie probleem na die voorgrond gebring aan die hand van die verhaal van twee tienermeisies. Daar word uitgebeeld hoe elkeen op die pad na anoreksie beland het en die steil pad wat hulle moes loop in 'n poging om dit te oorkom. Die belangrike boodskap wat deurgegee wil word, is dat anoreksie oorwin kan word. Met die oog daarop om lesers ook met praktiese raad te bedien, is daar twee bylaes, een met inligting oor die toestand anoreksie en een met 'n voorbeeld van 'n gesonde eetplan, wat vir alle lesers, nie net oorgewig persone nie, nuttig kan wees.

Mag elke leser iets positiefs uit Nicola se verhaal met haar saamneem.

Christa Jonker-Jordaan

een

vet, vetter, vetste, dan kom ek, sê

Nicola vir haarself terwyl sy saam met die ander graad elfs by die skoolsaal instap. Sy is beslis Hartland Hoërskool se vetste leerling. Jammer hulle loof nie pryse dáárvoor uit nie! Haar oë gaan oor die saal en rus 'n oomblik op 'n graad nege meisie 'n paar rye voor haar. Met 'n bietjie geluk gaan daardie Minda-meisie haar weldra onttroon, maar vir nou dra sy die kroon! dink sy sinies.

"Al weer ou Slaptjips op die verhoog vanoggend," sê sy vir Olivia toe sy langs haar neerplons en na die verhoog beduie.

"Ugg," sug Olivia en trek 'n suur gesig, "nou moet ons seker weer na een van sy preke luister. Hy ly mos aan spraak-diarree." Nicola wil iets skerpsinnigs daarop sê, maar Alta, die prefek wat by hulle ry diens doen, gee haar 'n kyk wat die woorde in haar keel laat stol.

Heng, dié Alta het darem 'n kyk aan haar, miskien moet sy by 'n hoenderplaas gaan werk. Sy kan die hoenders dood kyk, dan is hulle sommer halaal ook, dink Nicola en giggel.

Sy skuif op haar stoel rond en kyk eers weer hoe haar en Olivia se bobene in dikte verskil. Hier sit Olivia met haar perfekte dun bene, mooi gekruis en vroulik, en langs haar is sy, die dikke Nicola, wat die eerste prys in 'n 'Bene soos 'n boomstomp'-kompetisie kan losslaan. Dit lyk soos die een of ander 'word brandmaer' advertensie dink sy. Vriende deur dik en dun. Nicola lag sinies vir die komiese prentjie in haar verbeelding.

Toe meneer Swart, die adjunkhoof, met die oggendgodsdiens klaar is,