www.xtrapapers.com
www.PapaCambridge.com

UNIVERSITY OF CAMBRIDGE INTERNATIONAL EXAMINATIONS
International General Certificate of Secondary Education

FIRST LANGUAGE AFRIKAANS **0512/01**

Paper 1 Reading **October/November 2013**

2 hours

Additional Materials: Answer Booklet/Paper

1741744252

READ THESE INSTRUCTIONS FIRST

If you have been given an Answer Booklet, follow the instructions on the front cover of the Booklet.
Write your Centre number, candidate number and name on all the work you hand in.
Write in dark blue or black pen.
Do not use staples, paper clips, highlighters, glue or correction fluid.

Answer **all** questions.
You should pay attention to punctuation, spelling and handwriting.

At the end of the examination, fasten all your work securely together.
The number of marks is given in brackets [ ] at the end of each question or part question.

LEES EERS HIERDIE INSTRUKSIES

Indien jy 'n antwoordboek ontvang het, moet jy die instruksies op die voorblad uitvoer.
Skryf jou sentrumnommer, kandidaatnommer en naam op al die werk wat jy inlewer.
Skryf met 'n donkerblou of swart pen.
Moenie krammetjies, skuifspelde, glanspenne, gom of vloeibare uitwisser gebruik nie.

Beantwoord **al** die vrae.
Gee aandag aan punktuasie, spelling en handskrif.

Maak aan die einde van die eksamen seker dat jy al jou werk stewig vasgemaak het.
Die aantal punte per vraag word tussen hakies [ ] aan die einde van elke vraag of deel van 'n vraag aangedui.

This document consists of **5** printed pages and **3** blank pages.

DC (SJF) 70276/3
© UCLES 2013
UNIVERSITY of CAMBRIDGE International Examinations

[Turn over

www.xtrapapers.com
www.PapaCambridge.com

Lees Teks 1 aandagtig deur en beantwoord dan Vraag 1.

Teks 1

Leef ons om te eet?

Ek lees deesdae kort-kort dat Suid-Afrikaners vetsugtig is en dat oorgewig ’n algemene toestand raak.

Kyk ’n mens na boom-angeliere, dan skyn hulle op lug alleen te leef. Mense moet egter kos hê, maar wanneer hulle lewe om te eet in plaas van eet om te lewe, word hulle vet.

Oorgewig is nie ’n siekte nie, dit is ’n simptoom van ’n wanbalans – dus om meer te eet as wat jou liggaam en aktiwiteite benodig. Wat haper, is die onvermoë om voedselkeuse en kwantiteit op ’n verstandige wyse te beheer. Mense wat nie eet nie, word anoreksies en ongesond. Mense wat meer eet as wat hulle nodig het, word vet en ongesond. Albei hierdie toestande het waarskynlik sielkundige oorsake.

Die uitbeelding van vetsug het ’n hoogsbetalende bedryf op sy eie geword. Daar is televisieprogramme wat vir ’n gehoor wys dat lywige mense minder lywig word as gevolg van die koop en eet van die een of ander pil of poeier. Waar is die gesonde verstand dan? Hoe kan ’n pil of ’n poeier regmaak wat deur die oordadige instop van kos veroorsaak is?

Elimineer die oorsaak en nie die gevolg nie. Oefening is ’n mors van tyd, ’n bietjie verlore sweet word maklik ingehaal met die volgende koppie tee. ’n Oorgewig persoon is ’n normale persoon wat ’n paar emmers vet saampiekel en daardeur baie lewensgehalte inboet. Die regte soort kos en net genoeg daarvan is die antwoord.

Bring ’n uur of wat deur voor die ingang van een van daardie plekke wat wegneem-pizzas verkoop. Kyk na die mense wat daar ingaan en uitkom. Party is so dik hulle kan skaars deur die dubbeldeure gaan en hulle kom daaruit met ’n stapel pizzas. Ek vermoed dit is in elk geval net ’n versnapering voor die werklike aandete. Sommige kan nie wag om by die huis te kom nie en lê daaraan weg terwyl hulle loop. Kyk na die gesinne wat daar ingaan – die man, die vrou en kinders is soms almal dik. Wat beteken dit? Hulle eet die verkeerde soort kos en dan baie waarskynlik nog te veel daarvan ook.

Kyk ’n mens na die bevolking van lande wat styselkosse eet, is dit nogal insiggewend. Dit tref my dat ’n mens min werklik vet Indiërs sien. Hoekom? Omdat die Indiërs se stapelvoedsel rys is en rys bevat net ongeveer 2% proteïen. Hulle eet maar min wat nie op rys gegrond is nie. Daardie 2% proteïen is voldoende vir al die liggaamsvernuwing wat nodig is. Dit is wanneer ’n oormaat koolhidrate sowel as proteïene verorber word dat die onverbruikte gebêre word in die vorm van vet. Vergeet die bogstorie van “ooraktiewe kliere” – dit is ’n ooraktiewe aptyt wat die probleem is.

Wanneer ’n persoon begeesterd raak en wil verslank, kom dié te staan teen ’n gewigsverlies-grens. Die lewer en spiere van mense wat voldoende voedsel beskikbaar het, is gelaai met die koolhidraat glikogeen. Dit is die mens se energie-noodbattery wat daar is vir ’n tyd van ’n voedselskaarste, vir wanneer die bloedsuiker te laag daal. Hierdie bron van koolhidraat moet eers tot ’n mate uitgeput raak voordat ’n verstandige dieet resultate sal wys en ’n merkbare gewigsverlies begin intree. Dit is wat verslankers se moed kan breek, want dit kan selfs ’n paar weke duur. Dit is dus ’n geval van begin, uithou en aanhou.

Om soos ’n bok aan slaaiblare te wei, is myns insiens onnodig. Die doel van kos is om die liggaamsvervangende boustowwe te voorsien asook energiebehoeftes. As een hiervan vir ’n aansienlike tyd ontbreek, sterf die individu.

© UCLES 2013

www.xtrapapers.com
www.PapaCambridge.com

Die uitdrukking "gemorskos" word ook soms baie onregverdig aan frikkadelbroodjies toege
Ek dink dit is onbillik. Die soort wat ek Woensdae teen halfprys vir my en my vrou koop, is na my beskeie mening uitstekend saamgestel – die proteïen-en-koolhidraat-verhouding is gesond. Om egter vier of vyf weg te sit as 'n versnapering terwyl die eter se hoofaktiwiteit is om televisie te kyk, sal wel probleme meebring.

Enigiemand wat vetsugtig is, moet besef dit is nooit te laat om iets aan die saak te doen nie – vet kán verloor word.

1 Beantwoord die volgende vrae in jou eie woorde.

(a) Watter verskil tussen boom-angeliere en mense word in die teks uitgelig? [2]

(b) Verklaar die verskil tussen "lewe om te eet" en "eet om te lewe". [2]

(c) Watter toestand kan as die teenoorgestelde van vetsugtig beskou word? [1]

(d) Verduidelik die skrywer se houding teenoor die gebruik van pille of poeiers om gewig te verloor. [2]

(e) Watter doel dien die beskrywing in die teks van die mense wat wegneem-pizzas koop? [2]

(f) Omskryf die volgende woorde of sinsdele wat van toepassing op die teks is:

(i) haper (reël 6)

(ii) 'n oormaat (reël 29)

(iii) verorber (reël 29)

(iv) myns insiens (reël 39). [4]

(g) Verklaar waarom die koolhidraat glikogeen 'n "noodbattery" genoem word. [1]

(h) Hoekom is die vergelyking in reël 39 gepas? [1]

(i) Waarom is dit volgens die skrywer onbillik om frikkadelbroodjies "gemorskos" te noem? [1]

(j) Bespreek watter ingesteldheid, volgens die teks, oorgewig mense kan help om gewig te verloor. [4]

[Totaal: 20 punte vir inhoud en 5 punte vir taalgebruik = 25]

© UCLES 2013

www.xtrapapers.com

www.PapaCambridge.com

Lees nou Teks 2 aandagtig deur en beantwoord dan Vraag 2.

Teks 2

Meer potjierolle as mense wat honger ly in die wêreld

Het julle al ooit gewonder waar sit Suid-Afrika op die internasionale vetsug-indeks?

Ek het al 'n paar keer daaraan gedink, moet ek bieg. En elke keer wat my gedagtes na die vetsug-indeks gedwaal het, het 'n beeld van wat ek as die gemiddelde Amerikaner beskou, onwillekeurig voor my geestesoog verskyn – iemand wat 'n wolkekrabber van pannekoeke met esdoringstroop as 'n voorgereg vir ontbyt nuttig, en dan gereed is om aan 'n bord vol spek, eier, tamatie, sampioene en aartappelskyfies weg te lê – natuurlik gepaardgaande met 'n koppie koffie wat herhaaldelik volgemaak word deur 'n kelner wat geruisloos verskyn en verdwyn.

As jy egter byvoorbeeld kyk na ons eie vroue-rugbyspan, en Saterdag in die winkelsentrums, sal jy nie dink dat ons ver weg is van die gholfkarretjies van Amerika se Disneyworld nie. Karretjies wat spesifiek vir die genot van die publiek geplaas is sodat die vetsugtige mense hulle nie hoef te ooreis nie, maar wel soveel as moontlik geld kan bestee sonder om in 'n sweet uit te bars.

In Suid-Afrika eet ons rys, vleis en aartappels, pap en McDonald's. Hier is geen kultuur of generasie veilig van die gevreesde "magie" of "boepie" nie. Wel, ek het goeie nuus en ek het slegte nuus. Aangesien julle nie kan kies nie, gaan ek vir julle die goeie nuus eerste gee.

Daar is wel toe so 'n vergelykende gewigstudie hier in Suid-Afrika onderneem. Om eerlik te wees, dink ek die uitkoms is taamlik skokkend. Al het ek my bedenkinge gehad, het ek ons altyd so sewe-en-veertigste op die lys geskat, maar Suid-Afrika is om die waarheid te sê die derde vetste land ter wêreld!

Brons, mense.

'n Bronsmedalje vir botter smokkel. Amerika is natuurlik voor in die koor vir vet. Die Britte is in die konserwatiewe tweede posisie en dan, totaal en al onverwags, is dit ons klomp, derde!

Kan jy dit glo? Uit almal in die wêreld! Volgens dié studie is 61% van Suid-Afrikaanse mense wat in stede bly, oorgewig. Van hier af is dit net slegte nuus.

As ek nou moes raai watter stad die vetste is, sou ek sonder enige twyfel dadelik die vinger na Pretoria gewys het. Dis welbekend dat hul porsies, in dieselfde kettingrestaurant, twee keer groter as op enige ander plek is. Aangesien Pretoria die administratiewe setel van ons land se staatsdepartemente is, assosieer ek die stad ook altyd met derduisende staatsamptenare wat heeldag agter hul lessenaars vasgekluister sit en nie genoeg tyd aan liggaamlike fiksheid bestee nie. Nog 'n rede waarom die Jakarandastad na my mening 'n voorloper in hierdie gewigtige saak sou wees.

Ek sou natuurlik heeltemal verkeerd wees met daardie stellings en aannames, want – bo blink onder stink – die mense in Kaapstad is die vetste in Suid-Afrika.

Die studie wys dat 72% van die inwoners van Kaapstad en 68% van Pretorianers oorgewig is. Kenners skryf die hoë syfer van oorgewig mense toe aan die grootskaalse verwestering van ons kulture. Mense eet meer styselkos as in die verlede. Volgens die studie word 40% van mense se eetgewoontes deur die prys van kos bepaal. En soos almal weet, is die ongesondste kos die goedkoopste.

© UCLES 2013

www.xtrapapers.com

www.PapaCambridge.com

Klaarblyklik hoef ’n mens nie meer ryk te wees om dik te wees nie: inteendeel, dit is duurder om maer te wees.

En so, saam met die aarde se pole, verskuif die pole van hongersnood en vetsug ook. Daar is nou volgens Andrea Ellens, wat by hierdie navorsing betrokke was, amptelik meer vetsug as hongersnood in die wêreld.

Wie sou dit kon raai?

2 Lees Teks 1 en Teks 2 en skryf ’n opsomming van die ooreenkomste en verskille tussen die twee tekste. Konsentreer op die oorsake en gevolge van vetsug en die maniere waarop dit gehanteer kan word. Vergelyk ook die tekste se styl en doel.

Jou opsomming moet 200 tot 250 woorde lank wees.

[Totaal: 15 punte vir inhoud en 10 punte vir taalgebruik = 25]

© UCLES 2013

www.xtrapapers.com

www.PapaCambridge.com

BLANK PAGE

© UCLES 2013

www.xtrapapers.com

www.PapaCambridge.com

BLANK PAGE

© UCLES 2013

www.xtrapapers.com
www.PapaCambridge.com

BLANK PAGE

Permission to reproduce items where third-party owned material protected by copyright is included has been sought and cleared where possible. Every reasonable effort has been made by the publisher (UCLES) to trace copyright holders, but if any items requiring clearance have unwittingly been included, the publisher will be pleased to make amends at the earliest possible opportunity.

University of Cambridge International Examinations is part of the Cambridge Assessment Group. Cambridge Assessment is the brand name of University of Cambridge Local Examinations Syndicate (UCLES), which is itself a department of the University of Cambridge.

© UCLES 2013