

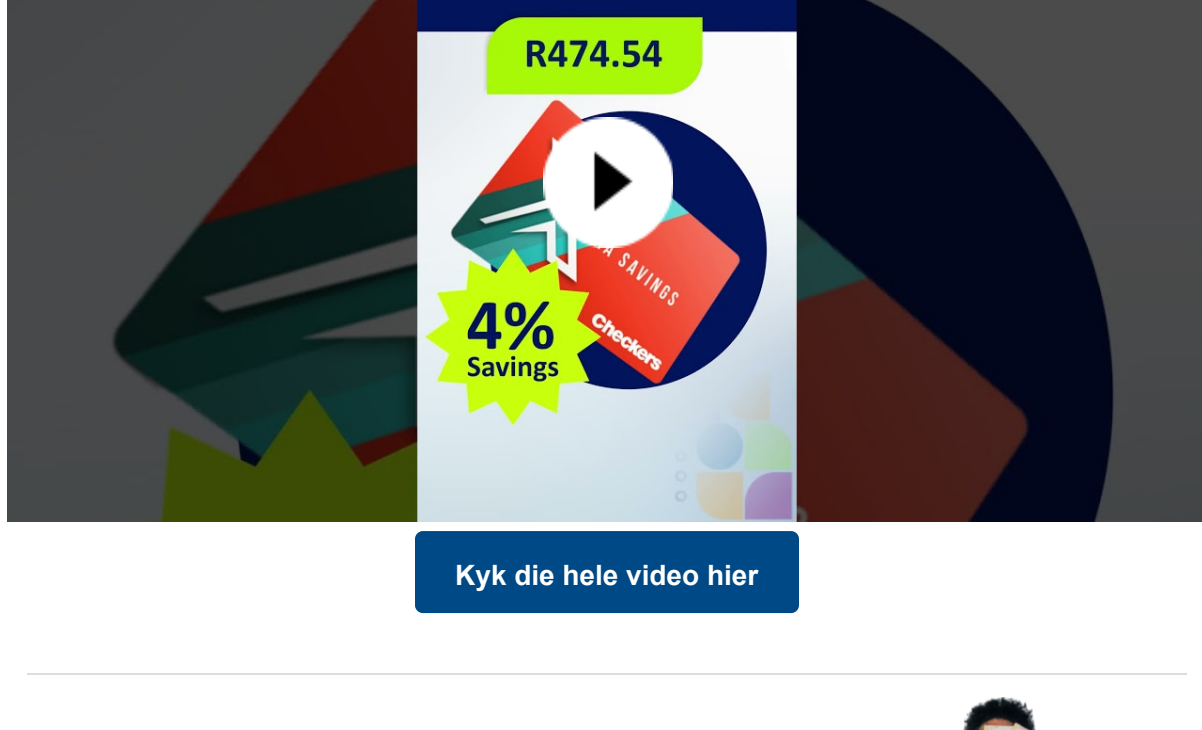
Beste {{contact.contact_title}} {{contact.contact_lastname}},

Met meer as R10 miljoen wat verlede jaar aan lede terugbetaal is, is daar geen twyfel nie: finansiële hulpmiddels soos die bsmart-kaart help om egte waarde te ontsluit uit geld wat reeds spandeer is. Dis een van die eenvoudigste maniere om beheer oor jou maandelikse roetine te neem, selfvertroue te bou en konsekwent te bly.

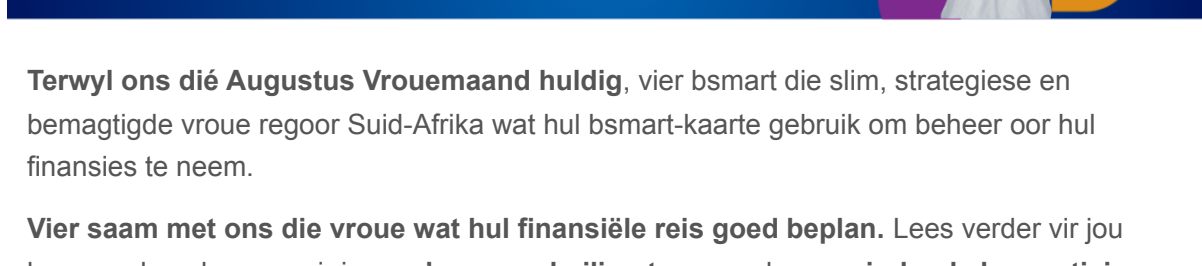
Ons vier dié Vrouemaand die slim, strategiese en bemagtigde vroue wat hul finansiële reis goed beplan.

[Lees ons jongste blog hier](#)

Kyk hoe Kathy die Beste Prys met haar bsmart-kaart kry.

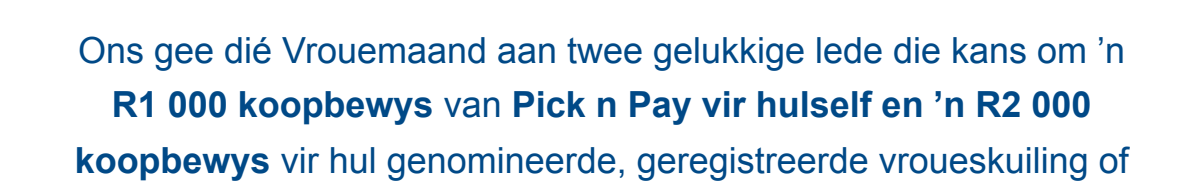


[Kyk die hele video hier](#)



Terwyl ons dié Augustus Vrouemaand huldig, vier bsmart die slim, strategiese en bemagtigde vroue regoor Suid-Afrika wat hul bsmart-kaarte gebruik om beheer oor hul finansies te neem.

Vier saam met ons die vroue wat hul finansiële reis goed beplan. Lees verder vir jou kans om koopbewyse vir jou en 'n vroueskuiling te wen, plus opwindende kompetisies, kleinhandelaars se topwinskope en meer.



Ons gee dié Vrouemaand aan twee gelukkige lede die kans om 'n

R1 000 koopbewys van Pick n Pay vir hulself en 'n R2 000

koopbewys vir hul genomineerde, geregistreerde vroueskuiling of

toevlugsoord te WEN.

Skryf só in:

- ☒ Gee 'n opduim vir die kompetisieplasing op die Facebook-groep se bladsy vir bsmart-lede
- Lewer kommentaar met die naam van 'n geregistreerde vroueskuiling of -toevlugsoord in Suid-Afrika en vertel ons hoekom hulle verdien om te wen
- Jy is welkom om ook 'n kort bemoedigende storie of boodskap te deel!

Inskrywings sluit op 31 Augustus 2025.
Wenners sal voor 15 September 2025 aangekondig word.

Help ons om eer te gee aan die vroue wat agter die skerms ongelooftlike werk doen, en gee terug waar dit tel.

[Skryf nou in op die Facebook-groep vir bsmart-lede](#)

[Bs & Vs geld](#)



Vrouemaand is wanneer ons die krag en positiewe ingesteldheid vier van vroue wat wonderre vermag met hul tallose daaglikse take. Aan al die bsmart-vroue wat werk, gesin, welstand en meer balanseer.

Hier is 10 eenvoudige, maar sterk idees om jou te help om energie, fokus en goeie gesondheid te bou – terwyl jou besige lewe sy gang gaan.

- **Maak tyd om te beweeg** - Is jou tyd beperk? Probeer om 30 minute te oefen of soek 'n vinnige roetine aanlyn.
- **Wees slim met jou kombuisvoorraad** - Totsiens gemorskos, halo goeie goed: heelgraan, maer proteïene, vars vrugte en groente.
- **Skuif jou middagete** - Eet voor of na spitsyd, vir minder stres en meer rustigheid.
- **Detoks van sosiale media** - Stel limiete, skakel kennisgewings af en maak jou tyd weer jou eie.
- **Hidroer soos 'n kenner** - Begin en eindig jou dag met 'n glas water.
- **Staan bietjie vroeër op** - In dié ekstra tyd kan jy lekker strekke doen, in jou dagboek skryf of rustig ontbyt eet.
- **Rek en haal asem** - Vinnige beweging + diep inaseming = beter fokus en minder spanning.
- **Minder take op 'n slag** - Een ding op 'n slag gee jou meer krag.
- **Gaan buitertoe** - Vars lug + sonskyn = energie in 'n kits.
- **Slim peuselkos** - Neute, sade, vrugte: hou dit byderhand.

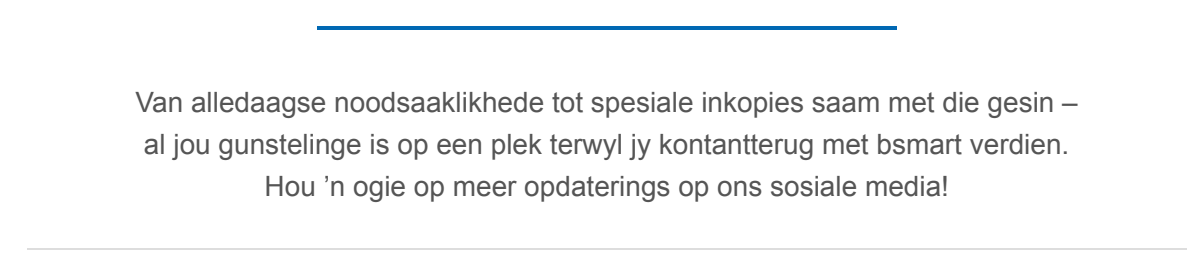


Het jy gehoor? 'n Splinternuwe winkelsentrum het so pas in Durbanville oopgemaak en daar's volop bsmart-kleinhandelvennote!

Groot Phesantekraal View sal beslis 'n moderne middelpunt vir kleinhandel, uiteet en leefstyl wees, en ons laat weet jou graag dat jy jou bsmart-kaart by baie van jou gunstelingwinkels daar kan swiep, insluitend:

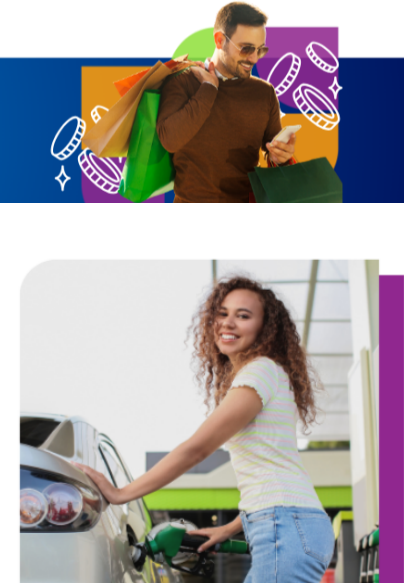
PEP Stores • PEP Home • Dis-Chem • Clicks • Checkers (plus Outdoor, Little Me & Liquor) • Pet Shop Science • UniQ Clothing • Pick n Pay Clothing • Superspar

Van alledaagse noodsaaklikhede tot spesiale inkopies saam met die gesin – al jou gunsteling is op een plek terwyl jy kontantterug met bsmart verdien. Hou 'n oë op meer opdaterings op ons sosiale media!



Vir diegene wat in of naby Kenridge woon, moenie vergeet dat BP Kenridge 'n trotse bsmart-kleinhandelvennoot is nie!

Of jy nou volmaak vir die skoolrit, die daaglikse pendel, of jou volgende naweekwegbreek, onthou jy kan gerieflik volmaak en vir brandstof betaal met jou bsmart-kaart.



Vier die vroue in jou lewe hierdie Augustus met iets besonder van Tafelberg Meubels.

Van koffiemasjien en mengers tot stylvolle breekware, wynbotteverkoelers, gemaklike uitsoekele en die immer gewilde lugbraaier – ons het die perfekte bederf vir elke vrou. Of sy nou 'n fynproewer, 'n gasvrou met styl is, of net lief is vir 'n bietjie luuksheid, jy sal beslis iets spesiaal vind.

Nie seker wat haar gunsteling sal wees nie? 'n Tafelberg Meubels geskenkbewys gee haar die lukse om self te kies.

[KOOP NOU](#)

