

## Inspirasie/Inspiration

Só vinnig verloop die tyd nê, ons is alreeds in April 2021 en die Coronavirus wat die hele wêreld op sy kop draai is nog met ons!

Wanneer dinge moeilik is en ons te klein en swak voel om dit te hanteer, het ons iemand sterk aan ons kant nodig, iemand met deernis vir ons lot. Moeilike tye is 'n lewensfeit en ons almal beleef dit tot 'n sekere mate op verskillende tye. Dit is egter hoe ons daarop reageer wat ons kan maak of breek. Daarom vertrou ek dat Jesaja 40 vers 31 weer vir ons moed sal gee om voort te gaan :

*Maar dié wat op die Here vertrou, kry nuwe krag. Hulle vlieg met arendsulerke, hulle hardloop en word nie moeg nie, hulle loop en raak nie afgemat nie. Jesaja 40:31*

It is April 2021 already, and the Coronavirus is still with us, turning the whole world upside down!

When things are difficult and we feel too small and weak to deal with it, we need someone strong on our side, someone with compassion for our circumstances. Difficult times are a fact of life and we all experience it to a certain extent at different times. However, it is how we react to these circumstances that can make or break us.

*My wish to you: May the light of God surround us; the love of God enfolds us, the power of God protects us, and the presence of God watches over us. Wherever we are, God is. And where God is, all will be well.*

# Landgoedsake / Estate Matters

## Biblioteek

Baie van ons inwoners skenk boeke vir die leesgenot van al ons inwoners. Christa Strydom bestee vrywillig baie ure om die boeke te sorteer, hulle met 'n aanwinstnommer te merk en alfabeties volgens skrywer op die rakke te pak. Enige inwoner mag van die boeke uitneem. Daar is ook 'n register waarin elkeen wat 'n boek uitneem, die naam van die boek, datum uitgeneem en adres van die uitnemer aanteken. Dit is nodig sodat 'n boek wat lank uitbly, opgespoor kan word.

Die biblioteek bevat 'n groot verskeidenheid boeke, onder andere van gewilde skrywers soos Deon Meyer, Elsa Joubert, James Patterson, Tony Park ens. Feitlik almal wil graag hierdie boeke lees, maar kan dit nie koop nie, sodat die waglys lank word. Boeke word egter verwyder en nie aangeteken nie...en ook nie terugbesorg nie!

Dis belangrik om te onthou dat die biblioteek vir die gebruik van al ons inwoners is. Kyk in jou huis of daar nie dalk 'n biblioteekboek rondlê nie en bring dit asb terug. Plaas dit op die trollie en nie direk op die rak nie. Teken ook elke boek wat u uitneem in die register aan. Dan is daar ook inwoners wat Christa, wat jare se ondervinding in 'n openbare biblioteek het, probeer "help" deur die rakke te herrangskik. Weerstaan tog asb hierdie versoeking. Ons rig 'n dringende versoek aan al die inwoners om hulle samewerking te gee.



## Library

Many of our residents donate books for the enjoyment of all of us. Christa Strydom voluntarily spends many hours sorting and numbering the books and placing them on the shelves in alphabetical order according to author. The books are available to any resident. Christa also supplied a register in which all residents who take out books are supposed to write the name of each book, date taken out and the address of the reader. This is necessary for finding a book which is not returned in a reasonable time.

Our library contains a wide variety of books, some by popular writers such as James Patterson, Tony Park, Deon Meyer, Elsa Joubert, etc. Almost everyone wants to read these books, but not all can buy them, so that the waiting list grows rather long.

Books are removed, but not signed out. And not returned! It is important to remember that the library is for the benefit of all living here. Please make sure no library book is hiding undetected somewhere in your place and please bring it back. Please put it on the trolley.

Also, there are residents who try to "help" Christa—who has years of experience in a public library—by re-arranging the shelves. Please resist this temptation.

## Getting Old !

- ⌚ I changed my car horn to gunshot sounds. People get out of the way much faster now.
- ⌚ Gone are the days when girls used to cook like their mothers. Now they drink like their fathers.
- ⌚ I didn't make it to the gym today. That makes five years in a row.
- ⌚ I decided to stop calling the bathroom the "John" and renamed it the "Jim". I feel so much better saying I went to the Jim this morning.
- ⌚ Old age is coming at a really bad time.
- ⌚ When I was a child I thought "Nap time" was punishment. Now , as a grownup, it feels like a small vacation.
- ⌚ The biggest lie I tell myself is "I don't need to write that down, I'll remember it"
- ⌚ I don't have grey hair; I have "wisdom highlights". I'm just very wise.
- ⌚ If God wanted me to touch my toes, He would've put them on my knees.
- ⌚ Why do I have to press 1 for English when you're just going to transfer me to someone I can't understand anyway?
- ⌚ Of course I talk to myself. Sometimes I need expert advice.
- ⌚ At my age "Getting lucky" means walking into a room and remembering what I came in there for.
- ⌚ Actually I'm not complaining because I am a Senager (Senior teenager). I have everything that I wanted as a teenager, only 60 years later. I don't have to go to school or work. I get an allowance every month. I don't have a curfew. I have a driver's licence and my own car. The people I hang around with are not scared of getting pregnant. And I don't have acne.  
Life is great.

---

## Straattuine 2021

Die middelblad van die Eldie nuus sal gewy word aan die inwoners se tuine. Tydens die Covid-19 inperking, sal egter slegs foto's geneem word van die straattuintjies. Daar sal nie van die fotograaf verwag word om enige van die 413 eenhede se wonings/woonstelle te betree, of direkte kontak met inwoners te hê ten einde foto's te neem nie, ten einde alle partye te beskerm. Die Landgoed beskik oor 22 strate met voëlname en daar is gedurende 2017-2019 elke spesifieke voël bespreek. Dieselfde sal met elke straat se tuine gedoen word: eers die straattuintjies en later binnetuine op afspraak. Die balkontuintjies sal ook later aan die beurt kom.



## In gesprek met [27]: Frieda Tudhope

Diamonds are forever!

Frieda Tudhope, 'n plaasmeisie uit Heidelbergdistrik, maak matriek by die Volksskool Heidelberg in 1966. Die plaas word later deel van die Suikerbosrand Natuurreservaat, en haar pa begin weer in Brits boer. Sy begin daar werk en speel ook pluimbal. Brits speel teen Pretoria en daar ontmoet sy 'n Pretorianer, en die res is geskiedenis! Hy was 'n voormalige beroepsokkerspeler, Bloemfontein City en Berea Park, maar 'n ongeluk op die vooraand van 'n betrekking oorsee bring sy sokker dae tot 'n einde. In 1973 trou hulle en later woon hulle in Centurion vir die volgende drie-en-veertig jaar.

Toe die kinders klein was, soek sy oggendwerk en sien 'n advertensie in die Centurion Rekord geplaas deur de Beers. (die diamant mense). Na haar aanstelling maak sy kennis met geologie en mikroskope en word mettertyd 'n minerale ontleder.

Die werk behels onder andere die mikroskopiese ontleding van kimberliet minerale, diamante, granaatstene en andere. Minerale mengsels, so groot soos sandkorrels wat uit die pype kom, word mikroskopies ontleed om te bepaal of ontginning moet voortgaan of gestaak word. Frieda werk vir de Beers vir vyf-en-twintig jaar, eers twaalf jaar deelyds en toe voltyds. De Beers stuur haar Indië toe (Bangalore) vir drie jaar om hulle fasiliteite daar te vestig, opleiding te gee, en handleidings op te stel. Na aftrede is sy deur verskeie geoloë gekontrakteer en het selfs maande deurgebring in onder andere Liberië, Botswana, Kongo en Zimbabwe met eksplorاسie en identifisering van diamante. Sy doen steeds af en toe ontledings, maar nie meer opleiding nie.

Haar man was sy hele lewe betrokke in die motorbedryf (behalwe vir drie jaar golfspeel en skilder in Bangalore!), hy is na 'n huwelik van sewe-en-veertig jaar in 2019 oorlede aan Alzheimers. Alhoewel die laaste jare baie moeilik was, het sy groot lof vir die Alzheimers Ondersteuners groep waarby sy gebaat het en nog steeds betrokke is as 'n vrywiliger.

Haar seun, Grant woon in Kosmosdal en 'n dogter, Cindy in Amerika. Twee stiefkinders uit Brian se vorige huwelik: 'n seun John in Engeland, en dogter, Ashley in Durban. Sy het ook twee kleinkinders Saskia 14 te Durban en Mathew 18 in Engeland.

Frieda het in September 2020 by ons ingetrek en is gelukkig ingeburger oorkant die kanaal.



Frieda Tudhope



Plooië beteken, jy het gelag.  
Gryshare beteken, jy het omgee.  
Littekens beteken, jy het geleef.

**SO LAG. GEE OM EN  
LEEF JOU LEWE VOLUIT!**

Behoort hierdie dalk aan julle kleinkind?  
Dit het in 'n parkie agtergebly.



Nood herlaaibare flitse met USB poort  
om selfoon te laai, en werk ook met sonkrag.



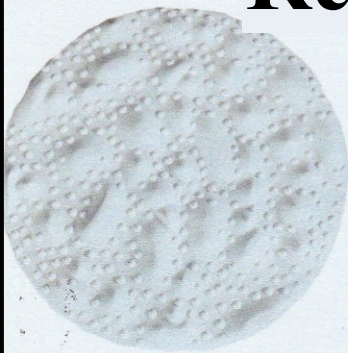
Nood waterkanne

## Uilstraat Straattuintjies





# Reflex-O-Board



*My lungs were so congested. For the first time I have had a good night's sleep ... did not cough at all and my breathing is much easier. I put this down to using the Board regularly.*

*I want to share with you my experience from using the Board. Both my husband and I (senior citizens) suffered from high Blood pressure and have been able to reduce our medication. My constant headaches have almost disappeared. Everyone that I know who uses it benefits.*



- 1. HEAD
- 2. BREASTS FRONT
- 3. EYES
- 4. EARS
- 5. SHOULDER
- 6. LUNGS-BRONCHI
- 7. THYROID
- 8. HEART
- 9. STOMACH
- 10. DUODENUM-PANCREAS
- 11. KIDNEY
- 12. TRANSVERSE COLON
- 13. KNEE
- 14. BLADDER
- 15. OVARIES-TESTICLES
- 16. NERVO SCIATIC
- 17. ASCENDING COLON
- 18. APPENDIX-ILEO
- 19. DESCENDING COLON
- 20. INTESTINE RETTO
- 21. SPLEEN
- 22. LIVER
- 23. GALLBLADDER
- 24. DUODENUM
- 25. SPINE



**The Amazing German Engineered Reflex-O-Board achieves its amazing results by harnessing the ancient and proven modalities of Reflexology, Acupressure & Meridian Therapy, and it does this all in 10-15 minutes daily in the privacy & convenience of your own home. Health is Wealth - Invest in YOURSELF!!!**

**Want to know more ??**

**Call/Whatsapp: +27 (82) 790-8965**

**Email: [info@healthyalternatives.co.za](mailto:info@healthyalternatives.co.za)**

**Website: [www.healthyalternatives.co.za](http://www.healthyalternatives.co.za)**

**ONLY R399. FREE DELIVERY**



## HAPPY WOENSDAG...HAPPY HARE

Kom ontmoet die span van Silver Violet Studios. Ons staatsmaker **Colleen** is elke dag in die salon. Ons is baie opgewonde om nou ook ons nuwe haarkapster **Abilene** voor te stel aan ons kliënte.

Abilene is gewerf van Carlton Hair, met spesialis-opleiding en wye ervaring van kliëntediens. Abilene wil jou graag beter leer ken, en met jou eerste afspraak met haar, sal sy jou **R50** afslag aanbied.

## Waterkrisis

Die 24-uur watertekort wat die Landgoed ervaar het op Vrydag 19 Februarie tot Saterdag 20 Februarie 2021, het menige inwoner dwars in die krop gestek. Veral vir die woonstelinwoners wat nie ruimte het om enige watertenk, hoe klein ookal, te installeer nie. Teen Saterdag het woonstelinwoners wat nie eie vervoer het om water te gaan koop nie, paniekerig begin word.

Die waterkrisis word gelê voor die deur van die regering se onvermoë om die land se waterinfrastruktuur te beskerm, uit te brei, te onderhou, te bestuur en te finansier. Ernstige waterprobleme wat reeds weke duur, kom voor in Polokwane, Johannesburg, Noordwes en Emfuleni-munisipaliteit.

Volgens Leon Basson, DA-woordvoerder oor water en sanitasie, is ons waterinfrastruktuur grootliks op die rand van totale ineenstorting. Miljoene liters onbehandelde rioolvuil beland daaglik onwettig in die land se riviere en spruite en daar word beraam dat sowat 82% van die land se riviere besoedel is. Munisipaliteite beskik nie oor die vermoë om watersuiweringsaanlegte instand te hou nie.



Wat kan ek doen om myself te help indien 'n soortgelyke noodsituasie weer ontstaan?

- As ek in 'n huis woon, kan ek 'n 1000-liter watertenk ( of selfs 500 liter) in my binnehof installeer, nadat ek skriftelik toestemming verkry het.
- As ek in 'n woonstel woon, kan ek ten minste 4 x 5-liter waterkanne met gemak agter my stortdeur berg.
- Ek kan persoonlik 'n watersuiweringseenheid onder my kombuiswasbak laat aanbring.

## Elzette Minnaar Toere 2021 Jaarprogram [April–Mei]

Met sorg gereël vir mooi herinneringe wat 'n leeftyd hou!!

### 13 – 15 APRIL KORT TOER

Pilanesberg/Buffelspoort 3-Dae  
Besoek Pilanesberg wildreservaat,  
2 Nagte by ATKV Buffelspoort met  
heerlike kuier en ontspan by oord met  
swembaddens, warm spa en jacuzzis  
asook besoeke aan Van Gaalen  
kaasplaas, Aloe farm en die Jasmyn  
windmeulwinkel en restaurant. **R2995**

### 19 - 24 APR DRAKENSBERG

**NOORD, SENTRAAL, SUID EN  
SANI PAS** Verken die Noordelike-  
Sentrale en Suidelike Berg! Kort  
staproete by die Royal Natal Nasionale  
Park, die weggesteekte Kragstasie,  
Scrumpy Jack's Bees, roofvoël ver-  
toning, KZN Matwewers en kerse, uit-  
voering deur Drakensberg Seunskoor,  
4x4 rit na Sani Pas! Hoogste kroeg!  
**R8950**

### 22 – 29 APR MARGATE SEE

**VAKANSIE** Goeie akkommodasie 2  
Etes daaglik, Besoek koffieplaas, Port  
Edward kleinste woestyn In wêreld!  
Wildekus Casino, vlooiemark, Uvongo,  
Butterfly World. Cowboy Museum,  
Ramsgate se skulpwinkel, Gaze Gallery.  
Bellevue Park en meer **R6995**

### 3 – 7 MEI KRUGER WILDTUIN

**(6 dae)** Gaan tuis op die walle van  
Sabierivier en besoek verskeie kampe,  
Skukuza, Onder-Sabie, Tshokwane,  
Satara Pretoriuskop, ry verskillende  
roetes op soek na die groot Vyf! Keer  
terug via Graskop, Sabie, Lydenburg,  
Long Tom Pas, Dullstroom! **R6995**

### 10 – 18 MEI WILDEKUS TOER (9

**DAE)** Oornag Port Edward, Mboyti  
en sien die beeste op die strand, Magwa  
waterval en teeplantasie. Besoek Port St  
Johns, Koffiebaai, geniet die strand,  
besoek Hole in the Wall, Wavecrest.  
Bootvaart op die lagoon! Voëlbesig-  
tiging! Terug deur Elliott en Barkly Oos,  
oornag Aliwal Noord. **Prys op aanvraag.**

### 17 – 30 MEI NAMIBIË BUSTOER

Upington, Ai Ais, Visrivier Canyon,  
Keetmanshoop, Reuse se speelplek,  
Kokerboomwoud, voer Jagluiperds!  
Begeleide toer deur Kolmanskop Spook-  
dorp, Luderitz, Diaz kruis, Hammer-  
stein, Sossusvlei 4x4 rit na duine,  
Sesriem. Walvisbaai bootrit, Duin 7,  
Welwitchia-roete, Etosha, Okakeujo,  
verligte waterrat. Tsumeb, Otjikoto-  
meer, Grootfontein, Hoba Meteoriet,  
Windhoek, Christuskkerk en ander. Kang  
na Pretoria. Opsionele vlug vanaf  
Windhoek. **R21995**

### 25 – 31 MEI SERENGETI MIGRASIE

Beleef die migrasie van die wildebeeste  
en sebras! Raak deel van hierdie uittog  
opsoek na weiding! Vlug vanaf JHB  
na Kilimanjaro, Oornag Arusha,  
Manyarameer met sy flaminke, Oornag  
2 nagte Serengeti, Oornag 2 nagte by die  
Ngorongoro Krater, Geniet die  
SERENGETI met sy uitgestrekte vlak-  
tes! **R36824**

Moenie wag nie, kontak ons  
en bespreek:

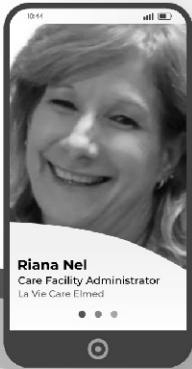
[info@minnaartoere.co.za](mailto:info@minnaartoere.co.za)

**012 546 0770 of**

**082 761 7115**

INTRODUCING  
OUR  
ELMED  
TEAM

You might have seen her around. Riana Nel is our bright and bubbly La Vie Care Elmed Care Facility Administrator.



Working Hours

Monday - Friday: 07h00 - 16h00

Office Number | Cell Number  
(012) 007-1608/09 | 082 561 8219

Email Address  
rianan@lavielcare.co.za

Hobbies

Bird watching  
Reading  
Meditating  
Cooking

PEEP-IN SERVICE  
HOME BASED CARE

Available Now

Our ready-to-go, always there for you caring team, cannot wait to be of service! Our vast range of services and products are at your disposal. 24/7.

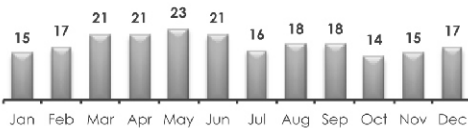


What does Peep-in include?

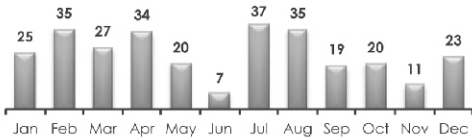
- ◆ Resident is showered (on request) and assistance is available when getting dressed
- ◆ Bathroom is cleaned
- ◆ Dishes are washed
- ◆ Bed is made up
- ◆ Floor is cleaned
- ◆ Breakfast is made (if needed)
- ◆ Visiting the resident regularly to make sure everything is going well
- ◆ Make sure the resident drinks enough water
- ◆ Make sure the panic button is around the resident's neck
- ◆ Obtain meals from the kitchen (on request); cut the meat (if needed); feed (if needed)
- ◆ Assist with dressing in sleepwear (on request)

2020 Eldoraigne Retirement Estate Statistics - by LVC

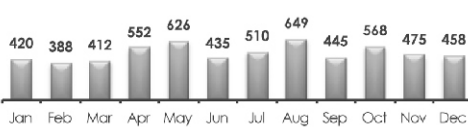
Estate: Residents receiving Home Care



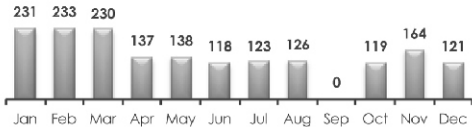
Estate: Panic Buttons Answered



Estate: Residents visited by Sister



Estate: Residents attend weekly BP Clinic



For these and other services, get in touch with La Vie Care!

☎ 012 007 1608    ✉ elmed@lavielcare.co.za    🌐 www.lavielcare.co.za





|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <b>Sales<br/>Rentals<br/>Property Management</b><br><b>Trustworthy Property Solutions</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <p style="text-align: center;"><b>RIVERBEND ESTATE</b></p>  <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">      </div> <p style="text-align: center;"><b>R2 260 500 - DUPLEX</b></p>         | <p style="text-align: center;"><b>ELDORAIGNE RETIREMENT ESTATE</b></p>  <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">      </div> <p style="text-align: center;"><b>R900 000</b></p>               |
| <p style="text-align: center;"><b>NINTH ON LEVER<br/>SECURITY COMPLEX</b></p>  <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">      </div> <p style="text-align: center;"><b>R780 000</b></p> | <p style="text-align: center;"><b>ELDORAIGNE RETIREMENT ESTATE</b></p>  <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">      </div> <p style="text-align: center;"><b>R2,650,000</b></p> |
| <p style="text-align: center;"><b>PARKLANDS ESTATE</b></p>  <p style="text-align: center;"><b>STAND FOR SALE FOR<br/>R650 000</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 10px;"> <p><b>RUAN ERASMUS</b></p> <p><b>071 481 6199</b></p> <p><a href="mailto:RUAN@CSISALES.CO.ZA">RUAN@CSISALES.CO.ZA</a></p> </div> </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <div style="display: flex; align-items: center;"> <div style="margin-right: 10px;"> <p><b>DINEO RABOPE</b></p> <p><b>084 079 7104</b></p> <p><a href="mailto:DINEO@CSISALES.CO.ZA">DINEO@CSISALES.CO.ZA</a></p> </div>  </div>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

