



## Better than Therapy!



Something special happens when the first notes of a familiar song begin to play. Suddenly, feet start tapping, eyes light up, and people who were sitting quietly in their chairs just five minutes earlier, begin humming along happily. It is almost as if music has a secret key that unlocks memories, joy, and energy. That is why singing therapy is becoming increasingly popular in retirement villages — and for good reason!

Fortunately, nobody needs to sound like an opera star to take part. In fact, the moment someone enthusiastically launches into “Sarie Marais” half a note too high, the whole group usually bursts out laughing – and that alone is already good medicine. Laughter and singing help reduce stress and make people feel lighter and happier.

Singing also helps to keep the brain active. Songs from the past bring back memories of school days, dance parties, and family gatherings. They stimulate memory and concentration in a natural and enjoyable way. Some people may not always remember where they left their glasses, but the lyrics of a song from 1962? They still know them word for word!

Ultimately, singing therapy proves that music truly brings people together. It brings joy, builds self-confidence, and reminds residents that there is always a reason to laugh and sing together – in a retirement village where people sing, there is usually warmth, cheerfulness, and plenty of good stories as well.

Come and join the happy group on a Tuesday at 15h00. Unfortunately no sing-along during July, we will meet up again in August.

Send contributions to / Stuur bydraes aan: Irma Ehlers at: joehlers1@gmail.com

## Lees binne \* Inside

|                       |        |
|-----------------------|--------|
| Redakteursbrief       | p2     |
| Sosiale datums        | p2     |
| Potjie ‘magic’        | p3-4   |
| Suksesstorie          | p5     |
| Our difference-maker  | p5     |
| Vlytige hande         | p6     |
| Verjaarsdae 90+       | p7     |
| Nuwe inwoners         | p8     |
| Ware vriendskap       | p8     |
| Oplettendheid         | p9     |
| WWII                  | p10    |
| Herbie                | p11    |
| Weeklikse aktiwiteite | p12    |
| Speletjies            | p13-14 |
| CSI                   | p16    |

## Telefoonnommers

### Noodnommers/Emergencies

|                    |       |              |
|--------------------|-------|--------------|
| Ambulance          | APA   | 0860 112 911 |
| Fire Brigade       | 10177 | 012 358 2541 |
| Metro Police       |       | 012 358 7095 |
| SAP, Silverton     | 10111 | 012 845 4000 |
| Impact Electricity |       | 082 785 6691 |

### Services / Dienste

|                      |        |              |
|----------------------|--------|--------------|
| Beauty Salon         | 3009   | 079 106 4124 |
| Frail Care           | 3005   | 063 379 8878 |
| Hair Salon           | 3007   | 064 686 6495 |
| Kitchen              | 3006   | 012 880 1943 |
| Laundry              |        | 073 381 5581 |
| Reception            | 3001/2 | 012 000 4400 |
| Security Main        | 3013   | 082 569 7444 |
| South Gate           | 4010   |              |
| Sr Isabel Oosthuizen | 3012   | 066 250 5897 |

After hours medical emergency: Contact Frail Care

## Redaksie

|                 |                  |
|-----------------|------------------|
| Redakteur:      | Irma Ehlers      |
| Taalversorging: | Pieter de Bruyn  |
|                 | Heloïse Combrink |
|                 | Philip Nel       |
| Oordbestuurder  | Niki le Clus     |
| Artikels:       | Rika Hamman      |
|                 | Monika Roode     |
|                 | Urma Jacobs      |

## From the Editor's Chair / Vanuit my Leunstoel

One of the things that is easy to overlook in a village of our size is the amount of planning, research, and careful decision-making that takes place behind the scenes every day.

Many of the services and facilities we enjoy simply seem to function as they should, and that is exactly the goal. Yet ensuring that everything runs smoothly is seldom a simple matter. Even a decision that may appear straightforward, requires extensive investigation, comparisons, scrutiny of fine print, and consideration of countless details to ensure that residents are properly protected and that unpleasant surprises do not arise afterwards.

Managing a retirement village is rather like steering a large ship through ever-changing waters. It requires foresight, attention to detail, sound judgement, and a willingness to navigate challenges that are often unseen by those on board. Financial matters, maintenance, security, compliance, resident concerns, future planning, and risk management all demand ongoing attention.

The Board carries a significant responsibility in balancing the needs and expectations of many different people. It is not always possible to satisfy everyone all the time, but every decision is made with the best interests of the village as a whole in mind – after all, Board members are not merely steering the ship; they are fellow passengers on it, sharing the same hopes and concerns as every other resident for the future of our community. Their meetings are certainly not tea parties; they involve careful deliberation, robust discussion, and a considerable investment of time and effort.

As residents, we may not always see the work that goes on behind the scenes, but we all benefit from it. A smoothly run village is seldom the result of chance – it is the result of dedication, teamwork, and countless hours of thoughtful planning. Fortunately our 'ship' has been sailing safely and securely for many years.



lets wat maklik oor die hoof gesien kan word in 'n oord van ons grootte, is die hoeveelheid beplanning, navorsing en deeglike besluitneming wat daaglik agter die skerms plaasvind. Baie van die dienste en geriewe wat ons geniet, funksioneer eenvoudig soos dit behoort, en dit is juis die doel. Dit is egter selde 'n eenvoudige taak. Sels 'n besluit wat op die

oog af maklik lyk, verg meestal uitgebreide ondersoek, vergelykings, noukeurige nagaan van die fynskrif en oorweging van talle besonderhede om seker te maak dat inwoners behoorlik beskerm word.

Die bestuur van 'n aftreeoord kan vergelyk word met die stuur van 'n groot skip deur voortdurend veranderende waters. Dit verg vooruitbeplanning, aandag aan detail, goeie oordeel en die vermoë om uitdagings te hanteer wat dikwels onsigbaar is vir diegene aan boord. Finansiële aangeleenthede, instandhouding, sekuriteit, nakoming van regulasies, inwoners se bekommernisse, toekomstige beplanning en risiko-bestuur vereis voortdurend aandag.

Die Direksie dra 'n groot verantwoordelikheid om die behoeftes en verwagtinge van baie verskillende mense te hanteer. Dit is nie altyd moontlik om almal heeltyd gelukkig te hou nie, maar elke besluit word geneem met die beste belange van die oord as geheel voor oë. Per slot van sake stuur die Direksielede nie bloot die skip nie; hulle is ook medepassasiers daarop en deel dieselfde bekommernisse as elke ander inwoner oor die toekoms van ons gemeenskap. Direksievergaderings is beslis nie teepartytjies nie; dit behels deeglike oorweging, indringende besprekings en 'n aansienlike belegging van tyd en energie.

As inwoners sien ons nie altyd die werk wat agter die skerms verrig word nie, maar ons pluk almal die vrugte daarvan. Dit is selde die gevolg van toeval indien dinge glad verloop. Dit is die resultaat van toewyding, spanwerk en ontelbare ure van deurdagte beplanning ... gelukkig vaar ons 'skip' al vir baie jare veilig en doelgerig.



Saterdag 1 Augustus : Markdag

Vrydag 11 September : Bierfees,

Saterdag 10 Oktober : Elegante aandfunksie

Saterdag 7 November : Jaarlikse markoggend

Saterdag 14 November: Conwonnité koor

## Potjie 'Magic'

'n Sonskynryke, amper-wintersdag, windstil en vol beloftes—manne wat dus nie te erg in die sweet van hul aangesig warm, stomende potjies vol heerlike geure en kleure moes optower nie. Die dag was beslis nie net 'n potjie-wenresep nie maar somer 'n algehele wenner.

Ons potjiemanne (*Johann, Koos, Anton, Bruce en Pieter*) elkeen bewaker van twee potjies het nie teleurgestel nie. As 10 potjies leeg geëet word – amper wil ek sê uitgelek word – moet jy weet elkeen was 'n wenner. Van hoenderlasagne, kerrie hoender tot bees-en-groente – iets vir elke fynproewer afgerond met 'n baie lekker potbrood en konfyt. Baie dankie aan Wilmie en haar helpers vir 'n dag van potjie "magic" wat ons almal terdeë geniet het.



**.... en wanneer generasies om 'n potjie ontmoet** gebeur nog iets besonder. By een tafel het 'n groep tiener-kleinkinders saam met inwoners geëet, gelag en gekuier. Ná die tyd het een van die tieners opgemerk dat hier "'n lieflike gemeenskap woon" – 'n kompliment wat waarskynlik nie maklik vergeet sal word nie.

Dit herinner ons daaraan hoe belangrik kontak tussen generasies is. Jongmense kry die geleentheid om

te sien dat ouderdom nie beteken dat vreugde, humor, nuuskierigheid of lewenslus verdwyn nie. Aan die ander kant gee die energie, spontaneïteit en vars perspektiewe van jongmense nuwe kleur aan die dag van ouer mense. Sulke ontmoetings breek stereotipes af en bou brûe van begrip en respek.

'n Potjie is immers meer as net kos in 'n swart pot. Dit bring mense bymekaar, laat stories vloei en herinner ons dat ons, ongeag ons ouderdom, dieselfde behoefte het aan gemeenskap, lag en saamwees.

Op hierdie dag is nie net potjies gedeel nie; daar is ook iets veel meer waardevol gedeel – *die besef dat die gees nie 'n ouderdom het nie.*

Dit is juis hierdie eenvoudige oomblikke van saam eet, stories deel en oor generasies heen vriende maak wat 'n aftreeoord in 'n tuiste verander en wedersydse respek versterk.



# Potjie Magic

(continued)



Potjiekos—dit weet ons mos  
Is die lekkerste lekker wat mens kry!  
Ja, dit het ons harte verbly.  
Heerlik gekuier en geëet aan die kos  
So 'n dag was 30 Mei, wie sal dit stry  
Die potjies kook  
Die manne spook  
Om alles geurig gaar te kry.

Dis opdien tyd – die tou is lank  
Maar ons moet eers wag om te Dank  
Daar gaan ons nou – smul en eet  
More gaan die skaal dit weet.

Dankie Wilmie en die span ...  
Dalk kom hulle môre met nog 'n plan.  
*Die Potjiekos aanhangers*



## Nog 'n Suksesstorie



Na ons heerlike Potjie-ete 'n paar dae vantevore, het die nageregoggend beslis nie in sy skadu gestaan nie. Party van die soettanders het selfs teruggekom vir 'n tweede skeppie.

Die belangstelling het alle verwagtinge oortref en die tafels was vinniger leeg as wat die foto's geneem kon word. Dit lyk dus of daar in ons oord nie net plek vir potjiekos is nie, maar ook vir 'n ordentlike porsie iets soets. Ons sien reeds uit na die volgende geleentheid.

Die entoesiastiese ondersteuning en goeie bywoning het weereens getoon dat 'n eenvoudige idee, goed uitgevoer, groot aftrek geniet. 'n Opregte woord van dank aan elkeen wat gebak, bedien, gekoop en ondersteun het. Hieronder sou die oggend nie dieselfde sukses gewees het nie.

***Groot dankie aan Wilmie en haar span***

Meet our  
difference-maker



Albert receiving his certificate from Wilmie

Congratulations to Albert Mncube, recipient of the Employee of the Month Award with Special Recognition for his outstanding leadership, dedication, creativity, and positive contribution to the continued success and growth of our kitchen and coffee shop.

Albert's love of cooking was inspired by his grandmother, who raised him and worked as a chef, providing catering services to local businesses. From a very young age, she instilled in him a passion for food and cooking. He fondly recalls spending time around the cooking pots, watching

and learning from her. That early passion soon developed into a healthy dose of youthful confidence. Albert laughingly admits that he would often challenge his aunts and friends, insisting that he could cook better than they could. What began as playful family banter eventually revealed a genuine talent and set him on the path to becoming a professional chef.

After completing various courses in specialist culinary fields, Albert joined the Protea Hotels Group, where he further developed and refined his culinary skills. In 2007, he joined Tsebo, a company providing integrated workplace management solutions, including catering services.

Albert joined our community in February this year, and meal attendance has been increasing steadily ever since. Residents have quickly come to appreciate not only his excellent cooking, but also his friendly, accommodating nature and willingness to listen. He says he enjoys working in our community because 'they know what they want'. He especially appreciates their support and encouragement.

We are fortunate to have someone as talented, approachable, and passionate as Albert leading our kitchen. The love of cooking first nurtured by his grandmother all those years ago is still evident today and in the warm relationships he has built with residents and colleagues alike.

Well done, Albert!

# Vlytige Hande bring Warmte vir Baie



Hierdie inisiatief, wat deur Roulé Maritz saam met Solidariteit Helpende Hand ('n nie-winsgewende organisasie wat mense en gemeenskappe bemagtig deur hulp, opleiding en ontwikkelingsprojekte) van stapel gestuur is, bereik elke jaar nuwe hoogtes. So byvoorbeeld het hierdie gewillige hande, benewens al die ander warm kleertjies, amper 100 komberse opgetower. Dit wil gedoen wees!

Hiermee dus 'n groot dankie aan elke inwoner vir die pragtige hekel- en breiwerk wat 'n ware fees vir die oog was. Van piepklein truitjies, skoentjies en wolmusse tot sagte teddies, lappoppies en warm kniekomberse – elke item was 'n bewys van liefde, sorg en besonderse vaardigheid. Julle handewerk gaan nie net liggame warm hou nie, maar ook harte aanraak. Dit is wonderlik om te sien hoe soveel omgee in ons gemeenskap leef. Baie dankie aan elkeen wat met sy of haar tyd, talent en liefde bygedra het om 'n verskil in ander se lewens te maak.



**Foto bo:** Zane Babinszky van Solidariteit Helpende Hand saam met Roulé Maritz.

Roulé het hierdie inisiatief omtrent 10 jaar gelede begin en is steeds elke jaar die hart en dryfkrag daaragter

Dankie, Roulé, vir jou entoesiasme en toewyding.



en Wilmie, jy mag maar met jou handewerk spog



**Die wol het dalk hier en daar geknoop geraak, maar die gees van omgee het nooit vasgesteek nie**

## Gelukwense aan Inwoners Ouer as 90!



**Jeanette Fourie**  
word 90 op 23 Julie  
(Eenheid 86)



**Friedel Ludeman**  
word 96 op 2 Julie  
(Eenheid 111)



**Paul Hasse**  
word 90 op 7 Julie  
(Eenheid 44)



**Wilna Maartens**  
word 97 op 25 Julie  
(Eenheid 83)



**Lisette Ackerman**  
word 93 op 9 Julie  
(Eenheid 1110)



**Kolie van Wyk**  
word 92 op 21 Julie  
(Eenheid 183)



**Hendrina le Roux**  
word 90 op 13 Julie  
(Eenheid 149)



**Edith Naude**  
word 92 op 18 Julie  
(Eenheid 148)



**Anna Stegman**  
word 90 op 18 Julie  
(Eenheid 103)

**Ons beste verjaarsdagwense aan al ons 90-plussers – baie geluk met hierdie besondere mylpaal.**

**Mag julle dag en jaar gevul wees met liefde, lag en die warmte van familie en vriende**

*Monika Roode*



## DNA HEALTH CENTRE

Shop 15, 570 Rossouw Street, Die Wilgers  
Tel: 012 943 6317

Prof. Dr. AJ Grobler Natural M.D. (Naturopathy)  
Cell: 073 391 7158 (Emergency only)  
Email: profbertg@gmail.com

- Full Body Scan
- Quantum Magnetic Analyzer
- Metatron Hunter
- Frequency Treatment
- Dry Blood Analysis
- Pain and Weight Loss Management
- Needleless Injection
- Wellness Consultations
- Natural Health Products

**IF NATURE DON'T MAKE IT DON'T TAKE IT**

**BUSINESS HOURS:** MONDAY - FRIDAY: 08h00 - 18h00  
SATURDAY: 08h00 - 13h00  
SUNDAY & PUBLIC HOLIDAYS: Closed



## New Residents /Nuwe Inwoners

We are delighted to welcome our newest residents to the village.  
May your time here be filled with friendship, comfort, and many happy memories.



**Colleen Kriste** is the new resident of Unit 1042. She was born and raised in Kimberley. After leaving school, she worked at De Beers Diamond Sorting, while her husband was employed by the Diamond Field Advertiser. After twenty-five years of marriage, they moved to Pretoria, where her husband worked for the Pretoria News. She has three children, seven grandchildren and four great-grandchildren. Her youngest son lives in England with his four children. After being widowed, Colleen worked at a chemist while living in a granny flat on her son's property. She enjoys knitting, gardening and reading.



The new resident of Unit 1008 is **Ivan Esterhuizen**. He was born and raised in Cape Town, where he began training as a telephone exchange technician at the Post Office. Two years later, he was transferred to Johannesburg, then Krugersdorp, and later Pretoria, where he was responsible for the entire eastern Pretoria region, including Bronkhorstspuit. His children, grandchildren and great-grandchildren are scattered across the globe. Stamp and coin collecting was one of Ivan's great passions, but he felt it was time to pass his collections on to his son in Australia, who shares his enthusiasm for the hobby. Ivan also enjoys reading, playing card games and watching sport on television.



Henna Lindeque is ons baie aktiewe nuwe intrekker by woonstel 1144, en is reeds goed ingeburger en op hoogte van oordsake. Sy is 'n oud-onderwyseres wat vir omtrent 40 jaar in Witbank skoolgehou het. Daarna het sy by St Mary's in Pretoria vir bykans 13 jaar skoolgehou. Op 70 was sy half gedwing om af te tree, maar was nog werksaam by die skool se klerebank tot einde Maart. Henna is die ma van drie dogters, twee woon naby haar, met die derde een in Spanje, waar ook haar twee kleinkinders is. Gelukkig kan ouma gereeld gaan kuier. Sy stap graag in die oord en hou van sport op televisie.



sondere vreugde en plesier maar pasop, die doring is altyd daar.

Dit moet jou egter nie terughou nie. Niemand wil 'n vriend verloor as gevolg van 'n onnodige onderonsie nie. So 'n pynlike skeur kan maklik uit 'n politieke siening gebore word, of iets anders wat ook fundamenteel is. Iets wat diep in 'n mens se harsings en hart lê.

### Ware vriendskap is kosbaar

Dit moet beskerm en versorg word – soos jou gunsteling roosboom. As jy daardie roos pluk, is dit 'n oomblik van baie be-

Vermynlike konfrontasie rondom sulke dinge - aanvaar daardie vriend se persoonlike siening sonder om die vriendskap in gevaar te stel. Wat maak dit nou eintlik saak as julle nie saamstem nie? Dit is redelik maklik om hierdie situasie te omseil.

Stilte kan gevaarlik wees. Dit is 'n soort konfrontasie. Soms kan woordelose geluide veiliger wees: Mmmm. Uuh. Jy leer naderhand dat die Engelse stelling: *Don't go there*, vir jou werk. Albei partye weet goed dat julle nooit sal saamstem oor sekere dinge nie, dat dit areas is wat liefies vermy moet word.

Die belonings wat ware vriendskap bied, moet omhein en versorg word – soos daardie spesiale roos, met doringe en al.

*Philip Nel*

## Het julle Opgelet ?/ Have you Noticed?



**Foto bo:** Dit lyk gevaarlik om sonder 'n vangnet op die daknok te balanseer - net een misstap ..... Tog is dit 'n noodsaaklike taak, aangesien die versekering vereis dat dakkappe elke drie tot vyf jaar voorkomend geïnspekteer word. Ons fasiliteitsbestuurder, Rudi, het die geleentheid terselfdertyd benut om drie vlieë met een klap te slaan en herstelwerk aan die gewelplanke, latwerk ('brandering') en beskadigde dakteëls te doen. teen 'n beduidende kostebesparing.

**Foto's onder:** Van 'n voortdurende moddergemors gedurende die reënseisoen tot netjiese plaveisel – weereens het Rudi sy uit-die-boks-kreatiwiteit ingespan om die nuwe plaveiselsteentjies so naby as moontlik dieselfde kleur as die bestaandes te kry sonder dat dit gevef of 'gelap' lyk. Hy het 'n kleurtegniek gebruik wat op dieselfde beginsel as rotskuns berus, waar die kleur in die oppervlak opgeneem word eerder as om bloot bo-op gevef te word. (Tydens die neem van die laaste twee foto's was die steentjies nog effens nat) Dankie Rudi, vir jou inisiatief. Dit lyk baie goed.



Voor



... tydens



... en daarna

## IN MEMORIAM

Willie Bezuidenhout (1131) 15/11/1945 – 13/06/2026

Robert Wermuth (123) 20/02/1955 – 11/06/2026

Fritz Spath (322) 20/08/1943 – 16/06/2026

Ons innige simpatie aan familie en vriende / Our deepest sympathy to family and friends

## 5 Mei 1945 Europa se Vredesdag Onthou



Ek het onlangs 'n interessante onderhoud met Dries Brunt (173) gevoer oor sy herinneringe aan die Tweede Wêreldoorlog (TWO). Gereelde lesers sal onthou dat Dries vir baie jare boekresensies vir *Die Posduif* geskryf het – en dit terwyl hy reeds byna blind en amper heeltemal doof was. Hy bly egter 'n merkwaardige voorbeeld van selfstandigheid en selfversorging, ten spyte daarvan dat hy alleen woon. Veral selfbejaming is iets wat vir hom vreemd is. Sy positiewe lewensuitkyk laat my elke keer met die gevoel: “Dit kan gedoen word.”

Op die foto links staan Dries en Hettie Smit op 5 Mei 2026 met ons eie Suid-Afrikaanse vlag ter herdenking van die einde van die Tweede Wêreldoorlog in Europa. Duitsland het op daardie stadium oorgegee, terwyl Japan eers later gekapituleer het. Dit was dus nie die einde van die oorlog wêreldwyd nie, maar wel die einde van die oorlog in Europa. Hoewel Dries destyds slegs 11 jaar oud was, onthou hy daardie dag nog helder. Hy vertel van die groot vreugde en verligting toe mense besef het die oorlog is uiteindelik verby. Die strate het weerklink van bevrydingsliedjies wat gesing is. Tydens ons gesprek het hy selfs een van dié liedjies vir my gesing – met 'n verrassende sterk stem – en die woorde kon hy steeds woord vir woord onthou.

'n Interessante feit oor Dries se tuisdorp in Nederland, Oudewater, is dat dit vandag nog 'n gewilde toeristebestemming is vanweë die beroemde “Heksenwaag”. Vroue wat van hekserij beskuldig is, is daar geweeg om vas te stel of hulle hekse was aldan nie. Volgens die bygeloof van die tyd kon 'n heks nie te swaar wees nie, anders sou sy nie op haar besem kon wegvlieg nie!

Die winter van 1944 het bekend gestaan as die “Hongerwinter”, waartydens duisende Nederlanders van honger gesterf het. In 1948 het Dries se pa besluit om na Suid-Afrika te emigreer, waarna die gesin hulle in Pretoria gevestig het. Dries sê dat hy tevrede is met hoe sy lewe hier uitgedraai het – steeds die positiewe Dries **Red**

### 2026 Julle Plaaslike Oogkundige



#### Tyd vir 'n oogtoets

Moenie alleen voortsukkel nie en moenie julle geliefde aktiwiteite soos lees of rekenaarwerk vaarwel toeroep nie. Kom kuier gerus vir ons! Julle plaaslike oogkundige, **Elzette le Roux**, is net om die draai.

Ons is opgewonde om vervoeropsies binnekort deel te maak van ons pakket. Wees op die uitkyk vir begin-datum.

Ons is reg langs **Woolworths** in Equestriawinkelsentrum. Daar is 'n gemaklike oprit vir rolstoele en geen parkeerkoste nie.



Kontak gerus Ontvangs:

☎ | 012 807 6919  
☎ | 066 156 0312  
✉ | [equestria@eyec.co.za](mailto:equestria@eyec.co.za)

## Herbie

Almal sê dit is een van die moeilikste dinge om op te gee wanneer jy ouer word: **jou motor** en die onafhanklikheid wat daarmee saamgaan.

Ons kan nie die onvermydelike ontduik nie. Met die jare neem ons bestuursvermoë af en raak ons minder seker van onself, meer angstig in die verkeer en stadiger met ons reaksies.

Dan kom daar 'n tyd wanneer jy eerlik met jouself moet wees en besef dis tyd, vir jou eie en ander se veiligheid!

Dikwels is dit ons kinders wat die moeilike gesprek voer en uiteindelik die sleutels moet wegneem. Met Jackie was dit egter anders. "Ek het dit self besef," vertel sy. "Niemand hoef dit vir my te gesê het nie."

Het sy nie gevoel haar onafhanklikheid is daarmee heen nie, maar haar antwoord was verrassend. "Inteendeel," sê sy. "Ek het rustiger geword. Ek beplan my inkopies beter en



wag totdat my lysie lank genoeg is." Sy voeg by: "Ek gebruik Uber. Ja, dit kos soms 'n bietjie meer vir 'n rit, maar ek spaar steeds geld. Daar is geen petrolkoste meer nie, geen slytasie aan 'n voertuig, geen derdeparty- of korttermyn-versekering en geen nuwe bande om voor te betaal nie. As 'n Uber-rit dan effens duurder lyk, is dit steeds goedkoper as al daardie uitgawes saam."

As bonus het haar susterskind vir haar 'n "Herbie" gekry – 'n driewiel elektriese bromponie. Ná 'n ernstige motorongeluk 'n paar jaar gelede sukkel Jackie soms om ver te stap. "Dan begin ek soos 'n krap loop," lag sy.

Aanvanklik was sy effens skrikkerig vir die rooi gevaarte, maar deesdae sien 'n mens vir Herbie oral in die oord. Sy kan selfs 'n passasier saamneem! Hoe oulik is dit.





Helping clients  
find and sell  
homes for  
**5 years now**

# KOOS VAN DER WALT

**NOW WITH ALL ABOUT HOMES**



If you are looking to  
**BUY, RENT or SELL,**  
*contact Koos today.*

Koos van der Walt is proud to be with All About Homes  
and is ready to assist you with trusted, professional  
service whether you are buying, renting or selling property.

 Excellent Service

 **082 818 1274**

 **koos@aahomes.co.za**

*Local Expertise. • Trusted Advice. • Great Results.*

## Weeklikse aktiwiteite / Weekly activities

| Aktiwiteit/Activity             | Wanneer/When                                       | Venue                | Kontak/Contact             |
|---------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------|----------------------------|
| Kerkbyeenkoms                   | Dinsdae: 09h30                                     | Saal                 | Meisie : 1108              |
| Christelike byeenkoms           | Donderdae: 15h00                                   | Saal                 | Wessel : 2057              |
| Biokinetika groepklas           | Dinsdae: 11h00 - 12h00<br>Vrydae: 09h00 - 10h00    | Saal                 | Ontvangs: 3001/2           |
| Care Vita Biokinetika groepklas | Maandae: 08h15 - 09h00<br>Donderdae: 08h00 - 08h45 | Saal                 | 060 960 8695               |
| Brug                            | Woensdae: 14h00                                    | Eetsaal              | Marie : 2056               |
| Canasta                         | Maandae : 14h00                                    | Eetsaal              | Roulé : 4128               |
| Rummikub                        | Maandae: 14h00                                     | Eetsaal              | Jeanette: 2181             |
| Scrabble                        | Dinsdae: 14h00                                     | Eetsaal              | Elna : 4158                |
| Skaak                           | Woensdae: 15h00                                    | Saal                 | Freddie: 2006              |
| Skrywerskring                   | 1ste Dond vd maand: 10h00                          | Huis 173             | Hettie : 4170              |
| Sing along                      | <b>No sing along during July</b>                   | <b>Geen saamsing</b> | <b>gedurende Julie nie</b> |
| Pilates                         | Maandae: 16h00 - 17h00<br>Woensdae: 16h00 - 17h00  | Saal                 | Sarel : 1165               |


**healthy hearing**

# FREE

## HEARING SCREEN TEST

*Struggling to hear conversations?*

**Why come?**



**FREE HEARING SCREENING TESTS**



**SERVICE TO ALL HEARING AID TYPES**



**TUBE & DOME CHANGES**



**HEARING AID BATTERIES AVAILABLE**



**FREE HEARING AID CLEANING**

**EARLY DETECTION**

**QUICK AND PAINLESS TESTING**

**Date**  
**16 July**

**Time**  
**9:00 - 12:00**

**Place**  
**Wilgers Retirement Village**

**Tel**  
**012 807 0499**

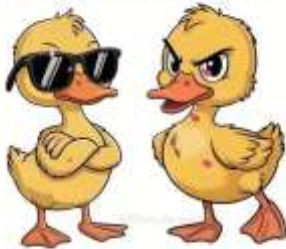
*Indien bogemelde iets is wat jy al 'n ruk lank oorweeg het maar nog net nooit by uitgekom het nie, kom dan gerus vir jou gratis gehoortoets op Donderdag 16 Julie vanaf 09:00—12:00*

# Speeltyd / Playtime

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   |   | 4 |   |   | 1 | 5 |   |
|   |   | 5 |   |   |   |   | 9 | 6 |
|   |   |   | 7 |   | 3 |   | 8 |   |
|   | 6 |   | 3 | 7 | 4 | 9 |   |   |
| 4 |   |   |   | 8 | 5 | 7 | 6 |   |
|   |   |   |   |   | 2 |   |   |   |
|   |   | 3 | 8 |   |   |   |   |   |
|   |   | 4 |   |   |   | 6 | 7 |   |
| 2 | 5 |   |   |   | 9 | 8 | 3 |   |

Oplossing van Sudoku op bl 14

I TOLD MY DAUGHTER  
TO WATCH HER ATTITUDE



SHE LOOKED AT ME AND SAID  
"FOR COMPLAINTS ABOUT MY ATTITUDE,  
PLEASE CONTACT THE MANUFACTURER!"



Spot the 7 differences!



www.timvandevall.com

© Tim's Printables

Find 12 Hidden Objects

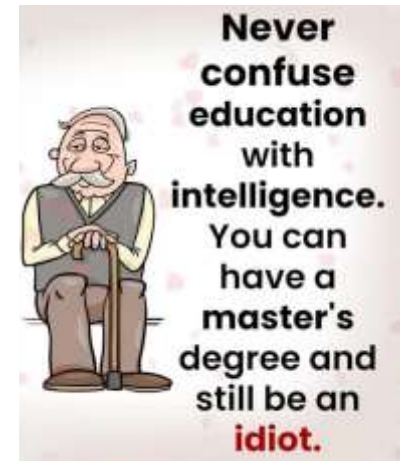


The Oldest Computer  
Was Owned By Adam  
And Eve. It Was An  
Apple With Very Limited  
Memory. Just 1 Byte  
And Everything  
Crashed!



# Sudoku Solution

|   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | 2 | 4 | 9 | 6 | 1 | 5 | 7 |
| 7 | 4 | 5 | 2 | 1 | 8 | 3 | 9 |
| 1 | 9 | 6 | 7 | 5 | 3 | 2 | 8 |
| 5 | 6 | 1 | 3 | 7 | 4 | 9 | 2 |
| 4 | 2 | 9 | 1 | 8 | 5 | 7 | 6 |
| 3 | 7 |   | 9 | 6 | 2 | 4 | 1 |
| 6 | 1 | 3 | 8 | 2 | 7 | 5 | 4 |
| 9 | 8 | 4 | 5 | 3 | 1 | 6 | 7 |
| 2 | 5 | 7 | 6 | 4 | 9 | 8 | 3 |



Most folks are as happy as they make up their minds to be



## MILLER SERVICES

**For all your Electrical Services and Solar Installations.**

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

**Contact us:**

**Cell: 087 809 0334**

**Email : [alan@millerservices.co.za](mailto:alan@millerservices.co.za)**



## THE LOCAL CHOICE LA MONTAGNE PHARMACY

231 Albertus Street, La Montagne

Phone: 012-803-4351 | Email: [pharmacy@thelocalchoice.co.za](mailto:pharmacy@thelocalchoice.co.za)

### OUR SERVICES

- We are contracted with ALL medical aids.
- We provide all chronic medications, including professional blister packing.
- We deliver medication directly to your doorstep.
- We accept all credit cards, including Koop Krag and Pretorium Trust

### CLINIC SERVICES AVAILABLE

- Wound dressing
- Blood pressure monitoring
- Blood sugar testing
- Cholesterol screening
- And more...



My friendly staff and I look forward to assisting you with your specific needs for better health

# Seeff

Expertise Built Through Generations of Trust

## Jou Aftree-oord spesialis



"Die rede dat my ouers nou gelukkig kan woon in Wilgers Aftree-oord, is in 'n baie groot mate aan **Pieter** te danke.

Van die eerste oproep af, was ek beïndruk met sy professionaliteit en flink diens."

-Nico Smit

**PIETER VD MERWE**

BSc (QS) + MBA (UP)

083 273 5407

[pieter.vdmerwe@seeff.com](mailto:pieter.vdmerwe@seeff.com)

50+  
Welcome

**CSi**  
Sales  
Branch  
Property Management  
Trustworthy Property Solutions

Are you looking to  
**BUY OR RENT**

**AT WILGERS RETIREMENT VILLAGE?**

Hi there, we're Walbert & Estelle! We're property practitioners specialising in helping people find their ideal retirement homes at **Wilgers Retirement Village**.



**RENTALS:**  
WALBERT DUVENHAGE



**SALES:**  
ESTELLE ERASMUS



**3 BED, 2 BATH  
HOUSE FOR SALE**

**R3900 000**

Lovely home featuring 3 bedrooms, 2 bathrooms, modern kitchen, lounge and dining area, study, inverter system, water tank, double garage, and covered patio overlooking a private garden.

**Features**

- ✓ 3 Bedrooms
- ✓ 2 Bathroom
- ✓ Double Garage
- ✓ Study/Home Office
- ✓ Inverter System
- ✓ Renovated Kitchen

SCAN TO VIEW  
PROPERTY



**1 BED, 1 BATH  
APARTMENT FOR SALE**

**R800 000**

Lovely 1-bedroom ground-floor apartment with open-plan living area, modern kitchen, spacious bathroom, and covered parking—designed for comfortable, convenient everyday living.

**Features**

- ✓ 1 Bedroom
- ✓ 1 Bathroom
- ✓ Single Carport
- ✓ Cozy Living Area
- ✓ Ground-Floor
- ✓ Excellent Investment

SCAN TO VIEW  
PROPERTY



**2 BED, 1 BATH  
APARTMENT TO LET**

**R9800PM**

Lovely 2-bedroom ground-floor apartment with open-plan living area, modern kitchen, spacious bathroom, and covered parking—designed for comfortable, convenient everyday living.

**Features**

- ✓ 2 Bedrooms
- ✓ 1 Bathroom
- ✓ Single Carport
- ✓ Ground-Floor
- ✓ Open-Plan Living
- ✓ Modern Kitchen

SCAN TO VIEW  
PROPERTY



*Contact us today!* **060 016 0007**

*Die Posduif and Management of Wilgers Retirement Village do not endorse any article, letter or any other publication or advertisement of a product or service advertised. The opinion and view of contributions are not necessarily that of the Directors or Management of the Village.*