



Voorbladnuus Die Oog 20/20 Krieketuitdaging



Die 27ste April het aangebreek en die bosveldson het nog skaars sy eerste strale oor die krieketveld gegooi, toe die spelers en organiseerders reeds in rep en roep was om reg te maak vir die dag se opwinding.

Al die spanne was op tyd vir die aksie wat 11 uur begin het. Beide spanne het 'n oortreflike spel gelewer tot groot vermaak van die skare. Die Inwoners het hierdie jaar die Personeel, "Moppers & Mowers", baie meer opdraand gegee as verlede jaar en hulle baie goed van hulle taak gekwyd. Almal het 'n boul en kolfbeurt gekry beurt Tannie Bella Vermaak het die laaste kolfbeurt die bal 'n paar keer byna uit die park geslaan en die spel so amper-amper vir die Inwoners beklank.

Die "M&M" het die toernooi met 1 lopies gewen, wat die telling op 142 lopies te staan gebring het.

Ons hoop almal het middagete in die buitelig geniet. Dankie aan oom Bert en sy eetsaalpersoneel vir al die moeite om die kos daar te kry. Dit was heerlik!



Gaste – Geen Troeteldiere!

Ons het ongelukkig gaste, beide vakansiegangers en Inwoner-besoekers, wie nie die reël van troeteldiere ernstig opneem nie.

In ontvangs is daar kennisgewings, in die vrywaringsform staan dit duidelik, en in die Gedragsreëls is dit gestipuleer dat geen troeteldiere die perseel ingebring mag word nie!

Ons gaan besoekers die perseel weier indien daar gevind word dat daar 'n troeteldier, van enige tipe, in die voertuig is. Slegs troeteldiere wat vooraf deur die Trusteeraad goedgekeur is, mag hul intrek hier neem.



Permanente viervoet-inwoners word nie op die stoep, admin gebou, mediese sentrum of swembad area toegelaat nie, jammer. Inwoners— ons vra ook u hulp om die boodskap aan u gaste oor te dra..... Laat asb vir Woefie tuis.

In hierdie uitgawe ...

- Voorbladnuus
- Troeteldiere
- Mediesemanewales
- Vra Dr. Pił
- KVV Maandprogram
- Dieremaniere
- Humorhoekie
- Boekwurmbydrae



Mediese Manewales Fokus van die Maand: PANTSER JOUSELF TEEN GRIEP HIERDIE WINTER

Die winter is amper hierso, en saam met die heerlike koue winteraande van kaggelvure en bekers koffie, is daar die realiteit van griep.

Jong kinders, seniors en individue met respiratoriese probleme of verswakte immuunsisteme is meer vatbaar vir griep.

WAT KAN JY DOEN OM JOUSELF TE BESKERM TEEN GRIEP

Kry die griepinspuiting by jou dokter of apteker, of bestel een deur die Mediese Dienssentrum. April of vroeg Mei is die beste tyd, so kry sommer joune vandag of môre. Vermy onnodige kontak met voorwerpe soos roltraprelings, deurknoppe, ligskakelaars en krane in openbare plekke. Was gereeld jou hande en probeer om nie aan jou mond of neus te vat nie. Griepkieme word deur kontak versprei. Was krane en oppervlaktes tuis gereeld met onsmettingsmiddels. Indien jy griep het, gooi sakdoeke en tissues onmiddellik weg na gebruik.

Griepkieme word ook deur die lug versprei en is aansteeklik vir minstens sewe dae of langer. As jy in die hoërisikogroep val, vermy mense met griep vir minstens een week of langer. Hou op rook. Rokers is meer vatbaar vir komplikasies wat respiratoriese infeksies kan meebring.

Volg 'n gebalanseerde dieet wat op 'n daaglikse basis vyf porsies vrugte en groente insluit. Vra ook vir jou dokter oor vitamienaanvullers.

Mediese Manewales — Vra Dr. Pil



Beste Dr. Pil

Kan ek maer word sonder om oefeninge te doen? Ek is baie besig en te lui om dan nog in die aande te oefen. Gevra deur Vettie van Pretoria-Oos

Beste Vettie

Ek het al gehoor van 'n webtuiste waar mens kapsules met lintwurm larwes kan koop. Jy sluk die kapsule, wag vir die lintwurm om volwassenheid te bereik en siedaar! Jy word moeiteloos maer. Afgesien van 'n lewensbedreigende mediese toestand of deelname aan *Survivor* is dit die enigste manier waarvan ek weet om maer te word sonder om 'n vinger te lig.

As jy te besig is om te oefen is jy ook te besig om te eet en dan sou jy in die eerste plek nie 'n gewigsprobleem ondervind het nie. Jy sal ongelukkig jou lywige kwessie by die horings moet pak en begin oefen. En natuurlik minder en gesonder eet. Onthou asseblief dat jou daaglikse stappies na die kafeteria, die bakkery en die yskas nie tel as oefening nie. Dieselfde geld vir jou doodsmagtende duike onder die rusbank in om die Smarties wat jy laat val het uit te haal.

Ek stel voor dat jy so gou as moontlik by 'n dieetkundige of plaaslike gimnasium aanklop waar die vriendelike personeel jou sal help met 'n gesonde oefen- en eetprogram. En nee, dit tel nie as jou kardiovaskulêre oefening vir die dag as jou hart vinnig klop van vrees ten aanskoue van die oefenapparate nie.

Groete Dr Pil

Dr Pil se advies is tong-in-die-kies en is nie 'n poging om ernstige mediese raad te verskaf nie. Skryf gerus vir Dr. Pil. Plaas u b riefie in ons Knipoog boksie in die admin kantoor...



Klub Vlytige Voete



Aprilmaand was 'n baie besige maand, maar al die projekte was besonder suksesvol.

Die Meimaandprogram is as volg:

2 Mei: KVV-vergadering om 14:00 Oliehoutsaal. Ons nooi AL die dames van Die Oog uit. Kom help ons beplan aan die aktiwiteite.

6 Mei: Manne-uur om 08:30 - 09:30 in die teetuin.

6 Mei: Fliëk om 18:00 in Tentkamplapa

8 Mei: Damesuur om 11:00 in die Saal

9 Mei: Hemelvaardiens om 11:00 in die Saal

11 Mei: Pannekoekaand saam met gaskunstenaar, Coenie Naudé, in Oliehoutsaal . Kaartjies teen R40.00 p/p by KVV-lede beskikbaar tot en met 8 Mei.

12 Mei: Kerkdiens om 11:00 in die Saal

13 en 20 Mei: Geen fliëk nie

19 en 26 Mei: Kerkdienste om 11:00 in die Saal

27 Mei: Fliëk in die Tentkamplapa.

Lyndanse se tye het verander na Woensdae vanaf 16:30 tot 18:00 en Donderdae vanaf 17:30 tot 19:00.

Juksiek begin nou om 15:00 en Wateroefeninge vanaf 15:30

Geniet die laaste "warm" dae, voordat die "koue" ons pak!

Brandbestryding



Brandbestryding is ons almal se verantwoordelikheid, veral in 'n gemeenskap soos ons s'n.

Let asseblief dat alle inwoners versoek (maar eintlik verplig) word om 'n brandblusser vir die woning aan te skaf. Brandblussers—4.5kg DCP is by Jackie teen R350, installasie ingesluit, beskikbaar. Bestellings vir blussers sal geplaas word en 'n klompie op 'n slag bestel word.

Hierdie is 'n baie mededingende prys. Indien u u eie blusser wil aanskaf, verwittig asb die administratiewe kantoor van u intensie, maar voer asseblief die aksie uit! Eie blussers sal nie deur die Landgoedpersoneel ge-installeer kan word nie.

Onthou ook dat u self verantwoordelik is vir die instandhouding van die blusser. Die koste beloop minder as R200, afhangende van die toestand van die blusser, en moet jaarliks gedoen word. Hou kennisgewingborde dop vir die datum waarop die Tegnikuste sal uitkom om u blusser te diens.

Ons bring weer onder u aandag dat vuurkomberse ook op aanvraag bestel kan word teen R230.00 stuk.

Dankie aan al die inwoners wie reeds 'n blusser het!

Ons bedank byvoorbaat almal vir die samewerking!





**Baie Geluk aan
Inwoners wat gedurende
April verjaar het !**

Pos

Ons vra steeds hulp
met die pos.

Groot dankie aan die
paar wat nog hand
bysit.

Bystandnommers

Aftreelandgoed (algemene noodbystand)
078 803 1479

Mediese Noodnommer - 079 217 5323

Sekuriteit - 083 260 1524

**Ontvangs — Kantoor 014 743 4600 (Verwitting
ontvangs van besoekers by hierdie nommer)**

Dieremaniere

Diegene wat stap geniet, het waarskynlik al in ons eie Wildskamp gaan stap en beleef wat alles daar groei en rondhardloop.



Met aankoms is een reël baie duidelik—Ons diere, goggas en plante kry voorkeur hier!

Kallie en Marie is ons grootste inwoners. Kallie die Kameelperd het gedurende 2006 hier sy intrek gekry en Marie 2010. Tot op hede het ons nog nie klein kameelperdoggies nie maar ons is seker die twee werk aan die saak.

Ons prag-Koedoe's is voorwaar iets om te aanskou. Drie-draai horings word mee gepronk en ons kudde staan nou op bykans agtien. Blesbokke en rooibokke maak u uitstappie 'n visuele plesier met hulle aanwesigheid.

Vroeg in die oggend kan die eggo's van die sebra's se geblaf van vêr gehoor word soos wat hulle die nuwe dag groet.

Ons Wildskomitee werk hard om na ons kamp om te sien. Gedurende die begin van Mei word ongeveer 300 bale eerstegraadse lusern vir ons diere, binne en buite die kamp afgelewer om te sorg vir die winter maande wat voorlê. Baie dankie Western Breeze vir die finansiële bystand.

Geen vure word in die kamp toegelaat nie, maar pak gerus'n piekniekmandjie en gaan sit by die ou huis—passop net vir die hiëna wat vir u om die deur loer....



Humorhoekie – Blapse in kerkblaadjes

- Dames, moet nie die krap-en-koop aand vergeet nie. Dis ook jou kans om van al die onnodige goed in jou huis ontslae te raak. Onthou om jou man saam

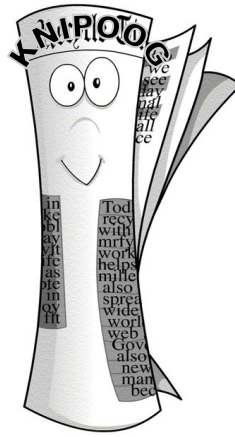
te bring...

- Die pastoor gaan sy afskeidspreek lewer, waarna die koor "O blye dag" gaan sing .
- Klaas Buitendach en Debbie Prinsloo is op 3 Oktober getroud. En so eindig 'n mooi vriendskap wat in hule skooljare begin het.
- 'n Boondjiesopaand gaan in die kerk se lapa gehou word. Bring 'n baadjie saam ingeval dit windering en onplesiering raak.
- Die Weight Watchers-groep vergader Donderdag om 14:00 in die saal. Gebruik asb die dubbeldeure by die sy-ingang.





Welkom aan al ons nuwe Intrekkers wat by ons aangesluit het. Ons weet julle sal baie gelukkig hier op ons pragtige Landgoed wees.



Inwonerinsette

Stories, Grappies of Foto's

Daar staan 'n houer in die administratiewe kantoor met die vriendelike gesig van Kallie Kniploog op.

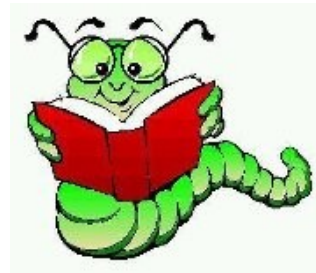
Hy nooi almal uit om interessante insette in te dien wat ons dalk vir die Maandelikse Inligtingsbrief kan gebruik.

Boekwurmbodrae

Al ooit gewonder wat is die vreemde nommertjies wat agter op ons boeke verskyn? Wel, hier is 'n kort verduideliking. Anders as fiksie; wat alfabeties volgens skrywer geklassifiseer word, word nie-fiksie volgens die Dewey Desimale Stelsel geklassifiseer. Dit is 'n stelsel wat wêreldwyd deur alle biblioteke gebruik word.

Volgens Dewey is daar 10 hoofgroepe:

1. 000: Computer science, information & general works
2. 100: Philosophy and psychology
3. 200: Religion
4. 300: Social sciences
5. 400: Language
6. 500: Science
7. 600: Technology
8. 700: Arts and recreation
9. 800: Literature
- 900: History and geography



Boek van die maand: "I dared to call Him Father" deur Bilques Sheikh, 'n moslemvrou wat tot bekering gekom het. 'n Moet-lees!

Ons legkaarte en DVD's word oog gemerk sodat ons mooi rekord van alles kan hou.

Wanneer u 'n artikel uit die leeskamer neem, vra ons mooi dat u die boekregister invul met die gegewens van die media wat geneem word. Ons vra ook dat u dit terugbring sodra u daarmee klaar is sodat ons ander inwoners ook genot daaruit kan put.

Kantoorure

Baie dankie aan almal wie saam met ons werk en by ons kantoorure hou.

Dit gee vir ons tyd om by al ons administratiewe funksies uit te kom!

