

343 PANORAMADATA

OKTOBER 2024

www.panoramaestates.co.za

GPS: 26.09294S 27.82549E

AFRIKAANS

NA-URE: HUISEIENAARS

NA-URE NOOD 071 683 4821

SEKURITEIT 011 954 4590 / 079 146 2082

E-POS ADRES: reception@panoramaestates.co.za

KONTAK NOMMERS: 011 954 1078 / 4590 / 3670

BESTUURDER	TANIA SMITH	
OPERASIONELE BESTUURDER	JAN PIENEWALD	
ONTVANGS / SKAKELBORD	NELLA MOOLMAN	
FINANSIES	LANIE KOTZÉ	
ADMIN / DSTV	NELIE VAN DEN BERG	
HUISWERKERS & BUSSIE	ISABELLA VAN WYK	071 165 8627
VERPLEEGSORG – SLEGS KANTOOR URE	SUNET VILJOEN	072 010 9334
ONDERHOUD	VIC VICTOR	
BEMARKING	BETTIE SENEKAL	082 379 1081
BEMARKING	CHARMAINE ALLEN	082 783 4909
RESTAURANT/PROTEA	CYNTHIA MINNIE	079 208 6266
		brianswarts@mweb.co.za
VERSKWAKTE AFDELING	ORPHA VILJOEN	011 954 5190

HERBERGE

24-uur NOOD	HERBERG 1 & 3:	078 523 8926
	HERBERG 2:	073 591 9324
HERBERG 1, 2, 3 & GASTEKAMERS	MARIE COETZER	011 954 5777
	E-POS ADRES:	herbergmanager@gmail.com

KLINIEK

MAANDAG & VRYDAG

Tuis besoek

DINSDAG

9:00 – 11:00 in Kliniek (Admin gebou)
Inspuitings (eie voorraad) sal **slegs op Dinsdae**
toegedien word in die kliniek

WOENSDAG

9:00 – 11:00 in Kliniek (Admin gebou)
Roetine ondersoeke bv. bloeddruk, bloedsuiker, ens.

DONDERDAG

10h00 – 13h00 Skakel 011 950 9000

Dr Hans Nel - Slegs per afspraak te Panorama

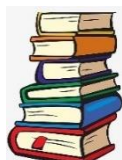
Gehoordienste - Cordelia 011 954 0856

MAANDAG

14 & 28 Oktober

11h00 in Kliniek (Admin gebou)

BIBLIOTEK



Dinsdag, Woensdag, Donderdag

10h00 tot 12h00

Monika Fourie 082 876 4765



HOSPITAAL

<i>D236 Dahlia</i>	Marina Celliers	<i>H1/ F5</i>	<i>Ann Zangel</i>
<i>D235 Dahlia</i>	Mara da Silva	<i>H1/D4</i>	<i>Sheila Henning</i>
<i>D209 Erica</i>	Attie Beekman	<i>H113 Berg</i>	<i>Greg Miller</i>
<i>H10 Kwikkie</i>	Elma Seymore-Smith	<i>H138 Iris</i>	<i>Hennie Pieters</i>
<i>H103 Kiepersol</i>	Miemie de Necker	<i>D199 Erica</i>	<i>Rina Schubotz</i>

TER NAGEDAGTENES

<i>D256 Cosmos</i>	Marlene Tetluk	<i>H2/C21</i>	Seun van Fia Putter
<i>D230 Dahlia</i>	Eddie Holder	<i>Oud inwoner D179 Gardenia</i>	<i>Jan Neethling</i>
Oud inwoner <i>D267 Clivia</i>	Lienie Slabbert	<i>H4 Arend Neef & Skoonsuster van Herman Goosen</i>	

WELKOM NUWE INWONERS

<i>H2/F4</i>	Marietjie van Aswegen	<i>D267 Clivia</i>	Marie Kemp
<i>H2/B20</i>	Ria van Staden	<i>H140 Iris</i>	Petrus & Juanita Wassermann
<i>H3/ K32</i>	Wilna Geldenhuys	<i>H1/F10</i>	Julia Steenekamp

VERJAARSDAE

Mag elke oomblik van u spesiale dag gevul
word met dieselfde vreugde en geluk wat u vir
ander bring.



Welwillendheidskomitee

02-Okt	Rina	Grové	H116	Kiaat
02-Okt	André	Grové	M199	Gang 3
03-Okt	Matty	Els	H139	Iris
03-Okt	Fanie	Van Zyl	HERBERG 3	K4
04-Okt	Bettie	Senekal	Kantoor	Office
04-Okt	Elsa	Van Jaarsveld	M296	Gang 8
04-Okt	Willemien	Wienekus	D50	Azalia
05-Okt	Bernard	Kuyper	D119	Cosmos
05-Okt	Martin	Trumpelmann	H125	Karee
05-Okt	Elize	Roets	M150	Gang 1
06-Okt	Lorraine	Davidson	H6	Arend
06-Okt	Magdaleen	Nel	HERBERG 3	K2
07-Okt	Mara	Da Silva	D235	Dahlia
07-Okt	Klein	Van Wyk	H142	Iris
07-Okt	Colleen	Hill	HERBERG 2	C35
08-Okt	Rina	Schubotz	D199	Erica
09-Okt	Francois	Greyling	M157	Gang 2
10-Okt	Michiel	Vorster	D262	Clivia
11-Okt	Hettie	Boshoff	M207	Gang 4
11-Okt	Evert	Joubert	H1	Protea
11-Okt	Roze	Rothman	H81	Karee
12-Okt	Okkie	Lombaard	D170	Gardenia
13-Okt	Rentia	Greyling	M157	Gang 2
13-Okt	Santa	Campher	H38	Tarentaal
14-Okt	Ria	Van Staden	HERBERG 2	B20
16-Okt	Pieter	Briel	M288	Gang 7
16-Okt	Dina	Van Den Berg	D211	Erica
17-Okt	Amanda	Venter	H35	Mossie
17-Okt	Billy	Harding	D152	Disa
17-Okt	Lenie	Hatting	HERBERG 1	F8
18-Okt	Flip	Kahn	H99	Kiepersol
18-Okt	Phillip	Kotzé	H10	Berg
19-Okt	Ria	Koekemoer	D181	Gardenia
20-Okt	Johan	Van Der Schyff	D75	Azalia
20-Okt	Louw	Fourie	H92	Kiepersol
20-Okt	Joyce	Van Blerk	D156	Hibiscus
21-Okt	Richard	Brune	H124	Karee

22-Okt	Ralie	Coetzee	H87	Karee
22-Okt	Jackie	Jacobs	D54	Azalia
22-Okt	Francis	Vorster	HERBERG 2	C33
23-Okt	Rina	Pienaar	H40	Mossie
23-Okt	Anita	Van Der Merwe	D126	Cosmos
25-Okt	Humphrey	Farrer	D245	Cosmos
25-Okt	Mary	Nel	D205	Erica
27-Okt	Irene	Coetzee	D194	Erica
28-Okt	Fanie	Schoeman	D48	Azalia
28-Okt	Tobie	Weeber	M203	Gang 3
29-Okt	Miemie	De Necker	H103	Kiepersol
29-Okt	Bettie	Engelbrecht	D247	Cosmos
30-Okt	Louis	Van Der Walt	D207	Erica



LENTEDAG GEVIER

HERBERGE



KANTOOR



MEDIESE OPEDAG - 22 NOVEMBER

Dis weer sulke tyd – Panorama hou weereens 'n Mediese Opedag vanaf 09h00 - ±13h00 in die Ontspanningsaal.

Hier is 'n voorsmakie van wat verwag kan word:

- LV Nutritional products – Aanvullings / Supplements
- Dynamic Vision – Oogkundiges / Optometrists
- Noordheuwel Apteek / Chemist
- Cordelia – Oudioloog / Audiologist
- Natasha Smit – Dieëtkundige / Dietician
- Pathcare – Bloeddruk, Cholesterol toetse / Blood pressure
- Statusmark – Panorama Bemaking / Marketing
- Alzheimers Vereniging / Association
- Mosaic Begrafnisdiens / Funeral services
- Dischem Valleyview
- Ecomed



Die volgende eetgoed sal te koop aangebied word:

- Die Sosiale Klub – worsrolle
- Die Omgee vriende – roomys

Ons sien baie daarna uit om 'n ieder en 'n elk van julle daar te sien.

Vir meer inligting, kontak gerus vir Sunet Viljoen 072 010 9334 of 011 954 1078/4590



WELWILLENDHEID



Baie dankie aan lede van die Welwillendheidsgroep wat gereeld uitreik na inwoners van Panorama en hul lief en leed deel. Heelparty van die lede het self 'n paar gesondheidsuitdagings beleef. Mag die Lente vir almal mooi beloftes van 'n geseënde jaar inhou.

Met hierdie skrywe is ons nog in afwagting van die eerste somerreëns. As jy egter in die oord stap word jy bewus van sommige plante wat al uitbundig blom. Die Azalias, Clivias en Petrias staan in volle kleur terwyl die Jasmyn en die Verbleikblom (Yesterday, Today & Tomorrow) hul heerlike geur versprei.

Binnekort het ons weer 'n lushof binne Panorama se mure. Dan kan ons beaam wat C Louis Leipoldt skryf: *“Dit is die maand Oktober, die mooiste, mooiste maand”*. En geniet dan so ook nou sy *“viooltjies in die voorhuis.”*

Maak asseblief sommer nou-al 'n aantekening van **DONDERDAG 21 NOVEMBER 2024**. Francois en Elizabeth Fourie kom hier optree as deel van ons Kersprogram. Verdere besonderhede en reëlins sal gedurende Oktober deurgegee word.

-Maxie van Heerden, Welwillendheidsnuus.

WHO LEADS THE PACK?

*Two dozen roses and a fistful of thorns
Half a dozen posies and a man-pack of pawns Men think
they're leaders – with women one step back
But women are what's needed they should lead the pack!*
Henry Spencer

POTPOURRI- EN TUINBOUKLUB

Ek hoop julle is ook nog almal hier (grappie), dit voel of mens skaatse nodig het om by te hou vir die jaar. Ek het gedink verlede jaar was vinnig, maar die jaar is vinniger. Hoop die reën het al goeie verligting gebring. Die werk in tuin wag op ons en moet gedoen word en onthou die vrugtekoeke moet gebak word.

TUINWENKE

Maak tweemaal per week diep nat as dit nie gereën het nie. Trek onkruid uit en bedek met 'n deklaag. As jy jou eie groente plant, kan jy nou bone, wortels en radyse plant. DDun saailinge uit in laaie sodra hulle eerste ware blare maak. Kyk uit vir slakke en sit lokaas uit.

Verwyder dooie blomme van lentebolle en jaarplante, stut meerjariges namate hulle stingels langer word, hou dop vir insekte en beheer met korrekte insekdoder.

Snoui plante netjies, skraap boonste laag ou potgrond uit en vervang met 'n vars laag kompos, voed daarna met 'n stadig vrystellende korrelmisstof.

Dien na die eerste lentereën deklae toe om alle struik en bome sodat vog behou kan word.

Hou aan om Krismisrose te voed, die gehuim van gesonde malvas wat baie lank blom, is om voortdurend dooie blomme te verwyder en nie te oorbenat nie, voed twee weekliks met 'n vloeibare misstof.

Ondersoek alle lede van die Leliefamilie soos Agapanthus, Crinum, Clivias, Nerine, Amarryllis vir lelieboorders – 'n ruspe met geel/swart dwarsbande om die liggaam. Hulle is veral snags aktief en kan met kontak-insekdoder behandel word.

ROOSTAKE

Maak tweemaal per week diep nat na gelang van reën. Smit twee weekliks mre Ludwigs Insect Spray wat met Picanto (kleefmiddel) gemeng is om teen plantluise, klein kewers en blaaspootjies te behandel. Bemes teen einde Oktober met Vigorosa of ander misstof, dit moedig die vorming van volgende blommedrag aan. Verwyder verlepte groei om bosse netjies te hou. Hou wortels koel met 'n ligte deklaag. Moet nie te veel langsteel rose op 'n slag knip nie, omdat dit die blare aan die bos verminder en sodoende die wortels onder druk plaas.

Geniet jou tuin.

MARIE GOOSEN

SOSIALE KLUB

Sluit by ons aan vir ons maandelikse braai by die Ontspanningsaal op **VRYDAG 4 OKTOBER OM 17:00**. Bring jou eie vleis, slaai, tafeldoeke, breekware en eetgerei, ens. en kom kuier saam met ons vir 'n aand van pret en lag om die braaivleisvure.



ONS IS TERUG NA SOMERTYE, SO VURE SAL OM 17:00 AANGESTEELK WORD. Die Taphuis verkoop vloei-bare verversings teen 'n baie billike prys, en sal oop wees vir jou gerief.

As jy enige tweedehandse klere, linne, skoene, ens. het en nie weet wat om daarmee te doen nie, kontak ons asseblief want ons verkoop dit aan ons Panorama werkers en op hierdie manier fondse insamel vir spesifieke Panorama projekte! 'n Wen-wen situasie vir almal. Alle skenkings sal met graagte aanvaar word.
Kontak Latie 011 954-0763



Wat is stilstupe.
Dis... jou brein werk oortyd
jou oë skiet vuur
jou lippe is styf gespan
jou gesigsuitdrukking is soos 'n donnerwolk
jou liggaamshouding sê: los my uit OF.....
En dit alles sonder een enkele woord.

OMGEE VRIENDE

Goeie dag

Hierdie besige jaar se uurglas is besig om vining leeg te loop, maar ons so dankbaar want ons is baie geseënd.

Ons kon 'n hele paar mense en kinders se harte bly maak deur middel van komberse beanies, handskoene, slaapkouse, kopbande en voedsel te skenk. Ons waardeer al die skenkings en donasies geweldig en sou dit nie moontlik wees het daar sonder nie. Ons is baie dankbaar.

Een van ons lede het 'n familie lid leer hekel in die Kaap. Sy het 24 beanies gehekel wat ons weer aan ander kon skenk. Dit is vir ons 'n voorreg om ons kennis terug te ploeg en 'n verskil in die

gemeenskap te maak. Daar is ook 'n paar dames in Herberg wat bymekaar kom om teddiebere te brei. Hulle het al verskeie kere vir ons die mooiste teddiebere geskenk.

Ons gaan nou aan Jolige Jakkars en Cross Connection pakkies lekkernye oorhandig met een van ons tuisgemaakte speelgoed by.

Ons harte bly vol en ons Donderdae byeenkomste bly maar die hoogtepunt van die week.

Lekker besig wees.

Marie Goosen

TAPHUIS

Ons beplan 'n "Oktober Fest" vir 25 Oktober vanaf ±14:30 totdat die laaste een loop.

Ons beplan om "Umpa-musiek" te speel asook ander Suid-Afrikaanse musiek en liedjies.

Wat die kos aanbetref, wil ons Duitse worsrolle maak en ons beplan "Eisbein" - wat 'n groot uitgawe gaan wees en wat **slegs op** bestelling verskaf sal word.



Daar sal die normale drank en bier asook Duitse bier beskikbaar wees.

Ons beplan 'n baie aangename en lekker geleentheid vir ons mede-inwoners.

Piet Marais - 083 379 3703

JUKSKEI

Jukskei in Panorama Landgoed het ongeveer 10 jaar gelede begin. Ons is ±12 aktiewe lede wat op 'n gereelde basis op Maandae, Woensdae en Vrydae speel. In die winter maande speel ons vanaf 14h30 tot 16h00 en in die somer maande vanaf 15h00 tot 16h30. Die spelers word in twee spanne verdeel en elke span kies 'n kaptein.

Wat is die doel van Jukskei? Die gooi van 'n skei vanaf 'n vastrap streep na 'n pen in 'n sandput. Die afstand vanaf die gooier tot by die pen wissel vanaf 9 tot 16 meter en dit word bepaal deur die gooier se ouderdom.

Die telling van 'n Jukskei spel word soos volg bepaal: Die doel is om 'n telling 23 punte te kry om die spel te wen. Drie punte word aangeteken as die pen omgegooi word en een punt vir 'n skei wat binne 'n radius van 460 mm vanaf die pen lê (Dit word dan ook 'n "lê" genoem).

Penne en lê's word ook op 'n kansellasie basis getel en indien 'n span meer as 23 punte behaal dan "bars" die span en begin hulle weer by nul.

Wanneer 'n span 23 punte behaal en die opponente kan dit nie kanselleer nie, teken die span met 23 punte 'n "skof" aan.

Hein Louw



JUKSKEI BRAAI 23 SEPT 2024



Retirement Matters

The three phases of retirement



John Kennedy, director and regional head for the Western Cape at Citadel said that retirement can be segmented into three phases: the active phase, the passive phase and the supported phase, each with its own unique financial needs and challenges.

- **Active phase:** In the early years of retirement, many people remain active, engaging in travel, hobbies, and other leisure activities. This period is characterized by higher discretionary spending as retirees fulfill their bucket list dreams.
- **Passive phase:** As retirees enter their seventies to eighties, their lifestyles often become more subdued. Travel and large-scale activities may decrease, your lifestyle may become more frugal and you may consider 'right-sizing' your living arrangements.
- **Supported phase:** The final phase involves increased health care and support needs. Expenses shift significantly towards medical care and assisted living.

Key risks in retirement

He points out that there are three key risks and making plans to mitigate them to maintain a good, steady standard of living is a good idea for people who are newly retired or approaching retirement.

- **Longevity risk:** With people living longer, there is a real danger of you outliving your savings. Planning for at least 30 years post-retirement is essential. That means if you retire at 65, plan to live until you are 95.
- **Inflation risk:** Inflation erodes purchasing power over time. What costs R100 today might cost significantly more in the future, affecting your standard of living. Therefore, it is wise to get professional advice on how to ride out inflation safely in the future through sensible and suitable investments that have a track record of delivering inflation beating growth.
- **Medical risk:** Healthcare costs typically increase faster than general inflation, demanding a larger portion of your budget as you age. It is important to set aside funds for future medical needs, including enough to cover rising medical aid costs as you get older.



Be Prepared

Amended and shortened from an article in *The Citizen* by Ina Opperman

Next Page

Name: _____ Date: _____

Flower Shop

Word Search

DIRECTIONS: Find and circle the vocabulary words in the grid. Look for them in all directions including backwards and diagonally.



- | | | |
|-----------|---------------|--------------|
| APRON | FLORIST | RIBBON |
| BOUQUET | FLOWERS | ROSE |
| BUD | GARLAND | SEEDS |
| CARNATION | GLOVES | SHOP |
| CASHIER | GREETING CARD | STEM |
| CLIPPERS | LILY | TISSUE PAPER |
| DAFFODIL | ORCHID | VASE |
| DAISY | PETAL | WATERING CAN |
| DELIVERY | POTS | WREATH |

WANNEER LAAS

HET U DAARDIE VROLIKE GESANG VAN DIE
VOËLS OP 'N VROEË LENTE OGGEND GEHOOR?

Moenie verder bly uitstel nie,

maak dié lente 'n onvergeetlike hoorbare een!!
Gedurende die lieflike lente maand wil ons die vrolike
klanke vir u terug bring en is ons geskenk aan u:

- Lente promosie op gehoortoets vir slegs R350 vir alle pensioenarisse,
- Ontvang R1000 afslag wanneer u 'n nuwe stel gehoorapparate koop.
- Ontvang 3 GRATIS opvolg sessies.
- En 'n maand se battery voorraad wanneer u 'n nuwe gehoorapparaat koop.

U gehoorverlies beïnvloed u lewenskwaliteit,
dit veroorsaak dat u uself isoleer.

KONTAK ONS VANDAG NOG
OM 'N AFSPRAAK TE MAAK

 **(011) 954 0856 / 072 414 9348**

Ons klop enige geskrewe kwotasie!

(Alle fondse dra by tot gehoorapparate, onthou om u gehoorapparaat voordele te benut).



BELANGRIKE INLIGTING

Biblioteek Library	Dinsdag, Woensdag, Donderdag Tuesday, Wednesday, Thursday	10H00 - 12h00	Admin Gebou	Monika Fourie 082 876 4765
Bingo	Maandag Monday	17h00	Ontspanningsaal Recreation Hall	Jacky Billmann 082 372 5683
Braai	1ste Vrydag vd maand 1 st Friday of the month	16h00	Ontspanningsaal Recreation Hall	Tom van Rooyen 083 528 9456
Bybelstudie Bible Study	Donderdag Thursday	9h00	Ontspanningsaal Recreation Hall	
Gim Gym	Doen aansoek by Ontvangs vir sleutels en reëls		Apply at Reception for keys and rules	
Haarsalon Hair salon	Dinsdag - Vrydag Tuesday - Friday	8h00 - 16h00	Per afspraak	Sam Marais 060 924 4596
Hidroterapie Hydrotherapy			Swembad Swimmingpool	Anne Baker 066 340 7613
Jukskei	Maandag & Woensdag Monday & Wednesday	15h00	Jukskeibaan	Lou Hein 076 474 2763
Kerkdien AFR Church Service AFR	Sondag Sunday	9h00	Ontspanningsaal Recreation Hall	
Kerkdien ENG Church Service ENG	1ste Maandag vd maand 1 st Monday of the month	10h00	Ontspanningsaal Recreation Hall	
Omgee Vriende- Hekel & Brei Caring Friends- Crochet & Knitting	Donderdag Thursday	9h00 - 11h00	Terrace	Marie Goosen 082 324 9652
Pilates	Dinsdag, Tuesday Donderdag, Thursday	15h00 14h00	Ontspanningsaal Recreation Hall	Anne Baker 066 340 7613
Potpourri Huis- Tuinbouklub Potpourri Home-and Garden Club	2de Saterdag vd maand 2nd Saturday of month	10h00	Ontspanningsaal Recreation Hall	Marie Goosen 082 324 9652 Rita Viljoen 082 378 7017
Snoeker Snooker	Vrydag Friday	15h00	Snoekerkamer	Piet Marais 083 379 3703
Sosiale klub Social Club				Sybil 082 851 3208 Dalene 011 954 3961 Latie 011 954 0763
Swembad Swimming pool	Doen aansoek by Ontvangs vir sleutels en reëls		Apply at Reception for keys and rules	
Tennis	Woensdag Wednesday	8h00	Tennisbaan	Johan Helberg 076 406 2040
Taphuis Pub	Elke Vrydag Every Friday	15h00		Piet Marais 083 379 3703
Wit Olifanttafel White Elephant Table			Vir enige skenkings For any donations	Sybil Exton 082 851 3208 Latie Bootha 011 954 0763
Welwillendheid Goodwill				Shirley Theron 082 451 7683

ONTHOU OM VOLTOOIDE BRIEFIE TE GEE SAAM MET ITEMS

REMEMBER TO GIVE COMPLETED LETTER WITH ITEMS



NAAM / NAME

NAAM / NAME

EENHEID / UNIT

EENHEID / UNIT

Gee die volgende item/s aan:
Give the following item/s to:

Gee die volgende item/s aan:
Give the following item/s to:

.....
NAAM VAN PERSOON / NAME OF PERSON

.....
NAAM VAN PERSOON / NAME OF PERSON

1.

1.

2.

2.

3.

3.

4.

4.

.....
HANDTEKENING / SIGNATURE DATUM/DATE

.....
HANDTEKENING / SIGNATURE DATUM/DATE

.....
SEKURITEIT / SECURITY DATUM/DATE

.....
SEKURITEIT / SECURITY DATUM/DATE

ONTHOU OM VOLTOOIDE BRIEFIE TE GEE SAAM MET ITEMS

REMEMBER TO GIVE COMPLETED LETTER WITH ITEMS



NAAM / NAME

NAAM / NAME

EENHEID / UNIT

EENHEID / UNIT

Gee die volgende item/s aan:
Give the following item/s to:

Gee die volgende item/s aan:
Give the following item/s to:

.....
NAAM VAN PERSOON / NAME OF PERSON

.....
NAAM VAN PERSOON / NAME OF PERSON

1.

1.

2.

2.

3.

3.

4.

4.

.....
HANDTEKENING / SIGNATURE DATUM/DATE

.....
HANDTEKENING / SIGNATURE DATUM/DATE

.....
SEKURITEIT / SECURITY DATUM/DATE

.....
SEKURITEIT / SECURITY DATUM/DATE