

Bezoek aan Luik

Op 2 juli trekken we met de trein naar Luik voor een gezellige en boeiende uitstap. We starten de dag met een lekkere lunch in Brasserie de la Gare. Gelieve ons telefonisch te contacteren om je maaltijdkeuze door te geven of kom langs aan het onthaal.

In de namiddag ontdekken we de fascinerende wereld van een mythische figuur uit de oudheid. De tentoonstelling Cleopatra Superstar neemt ons mee op een unieke reis langs historische feiten en collectieve verbeelding.

Reservatie is verplicht, dus schrijf je zo snel mogelijk in. We spreken af om 8.50 uur in Brussel-Zuid, onderaan de roltrap naar spoor 7 in de grote hal. De toegang tot de expo bedraagt € 16. Vervoer en lunch zijn niet inbegrepen en zijn op eigen kosten.

Zomerbar met klimaatquiz

Op vrijdag 24 juli toveren we Het Huys om tot een gezellige zomerbar. Kom langs en geniet van een verfrissend drankje in goed gezelschap. Neem rustig de tijd om bij te praten of geniet gewoon van de zomerse sfeer. Daarnaast organiseert Grootouders voor het Klimaat een verrassende klimaatquiz. Twee klimaatcoaches nemen de rol van quizmaster op zich en begeleiden de quiz in het Nederlands én het Frans. Een leuke en toegankelijke manier om je kennis over klimaat en duurzaamheid te testen.



Initiatie zelfverdediging

Wil je op een veilige en rustige manier kennismaken met zelfverdediging, zowel fysiek als mentaal? Dan is deze initiatie op maandag 10 augustus iets voor jou. We volgen een duidelijke opbouw met een opwarming, het aanleren van eenvoudige individuele technieken en sparringoefeningen. We sluiten de sessie af met een rustgevend, meditatief moment. Daarnaast besteden we ook aandacht aan mentale weerbaarheid. Je krijgt praktische tips en handvatten mee om sterker in je schoenen te staan in alledaagse situaties. Deze sessie is laagdrempelig en geschikt voor iedereen, voorkennis is niet nodig.

Zomerquartierdete met buurtkeuken

Op donderdag 27 augustus neemt Lotus deel aan Zomerquartierdete in het WAW-gebouw (adres: Stallestraat, 140B, 1180 Ukkel). Vanaf 17u30 ben je welkom voor een gezellige avond vol activiteiten, workshops, muziek en film. Wij zorgen voor lekker eten met een buurtkeuken. Heb je zin om mee te koken? Laat het ons weten, alle hulp is welkom. Kom langs, proef mee en geniet van de zomerse sfeer! Voor meer informatie kan je ons contacteren.

In de kijker

Excursion à Liège

Le 2 juillet, nous partons à Liège en train pour une excursion conviviale et intéressante. Nous commençons la journée par un bon lunch à la Brasserie de la Gare. Veuillez nous contacter par téléphone pour communiquer votre choix de repas ou passez à l'accueil.

L'après-midi, nous découvrons le monde fascinant d'une figure mythique de l'antiquité. L'exposition Cléopâtre Superstar nous emmène en voyage tout au long de faits historiques et d'imaginaire collectif.

La réservation est obligatoire, veuillez donc vous inscrire le plus rapidement possible. Nous nous donnons rendez-vous à 8 h 50 à Bruxelles-Midi, au bas de l'escalator menant au quai 7, dans le grand hall. Le prix d'entrée de l'exposition est de 16 €. Les frais de transport et le lunch ne sont pas compris et restent à votre charge.

Bar d'été avec quiz sur le climat

Le vendredi 24 juillet, nous transformons Het Huys en un agréable bar d'été. Venez profiter d'une boisson rafraîchissante en bonne compagnie. Prenez le temps de discuter tranquillement ou savourez simplement l'ambiance estivale.

En outre, Grootouders voor het Klimaat organise un quiz climatique surprenant. Deux coachs climat endossent le rôle de quizmasters et animent le quiz en néerlandais et en français. Une manière ludique et accessible de tester vos connaissances sur le climat et la durabilité.

Initiation autodéfense

Vous voulez découvrir l'autodéfense, aussi bien physique que mentalement, d'une façon sûre et tranquille? Alors, cette initiation, lundi le 10 août, vous est destinée. Nous suivons un schéma clair avec un échauffement, l'apprentissage de techniques individuelles simples et des exercices de sparring. Nous terminons la session par un moment relaxant et méditatif. En outre, nous consacrons de l'attention à la résilience mentale. Vous recevrez des conseils et astuces pratiques pour vous sentir plus rassuré(e) dans des situations du quotidien. Cette séance est accessible et adaptée à tous, des connaissances préalables ne sont pas requises.

Zomerquartierdete avec cuisine de quartier

Le jeudi 27 août, Lotus participe au Zomerquartierdete dans le bâtiment WAW (adresse: rue de Stalle 140B, 1180 Uccle). A partir de 17h30, vous êtes les bienvenu(e)s pour une soirée conviviale pleine d'activités, d'ateliers, de musique et de film. Nous nous chargeons de la nourriture délicieuse avec la cuisine de quartier. Vous avez envie d'aider à cuisiner? Dites-le-nous, toute aide est la bienvenue. Venez, dégustez et profitez de l'ambiance estivale! Contactez-nous pour plus d'informations.

Lokaal Dienstencentrum | Centre local de services

Juli en augustus 2026 - jaargang 10 - nr. 54

Adres: Egide Van Ophemstraat 46, 1180 Ukkel

Tel nr: 02 343 46 58 & 0472 08 78 31

E-mail: LDCLLOTUS@VGC.BE

Website: WWW.LDCLLOTUS.be



Lokaal dienstencentrum | Centre local de service



Openingsuren in de zomer

Eerst en vooral wensen we jullie een fijne en deugddoende zomer toe. Geniet volop van het (hopelijk) mooie weer!

Tijdens de zomervakantie gaan de volgende activiteiten tijdelijk niet door: turnen, yoga en gym douce.

Van maandag 10 augustus tot en met vrijdag 21 augustus is Het Huys gesloten. In deze periode vinden er wel enkele activiteiten van Lotus plaats. Bekijk daarom zeker goed de kalender, want enkel op die momenten zal Het Huys geopend zijn.

Ook het onthaal zal in deze periode niet bereikbaar zijn. Heb je toch een vraag, dan kan je best bellen naar het gsm-nummer van Lotus: 0472 08 78 31. We proberen je dan zo snel mogelijk terug te bellen.

Feest van de Vlaamse gemeenschap

LDC Lotus, GC Het Huys en de gemeente Ukkel nodigen je op 12 juli van harte uit op het Feest van de Vlaamse Gemeenschap.

We starten om 11 uur met enkele toespraken en de uitreiking van de Medailles van Verdienste. Daarna kan je genieten van een heerlijke zomerse paella of wok, telkens ook verkrijgbaar in een vegetarische versie. De maaltijd wordt geserveerd om 12.30 uur en is enkel op reservatie.

Om 15 uur staat er een sfeervol folkconcert op het programma. Daarnaast is er doorlopend animatie voorzien voor kinderen en houdt ook een ijskar halt voor een verfrissende traktatie. Het einde van het feest is voorzien rond 16.30 uur.

Reservatie voor het eten is noodzakelijk en kan telefonisch of aan het onthaal. Prijs maaltijd: € 15 (€ 10 voor kinderen jonger dan 12 jaar).

Info

Heures d'ouverture en été

Avant tout, nous vous souhaitons un été agréable et bénéfique. Profitez bien du beau temps (avec un peu de chance)! Pendant les vacances d'été, les activités suivantes sont temporairement suspendues: gymnastique, yoga et gym douce.

Du lundi 10 août au vendredi 21 août y compris, Het Huys sera fermé. Pendant cette période, quelques activités de Lotus ont quand même lieu. Regardez donc bien le calendrier, car Het Huys sera uniquement ouvert à ces moments-là.

Pendant cette période, l'accueil ne sera pas joignable. Si vous avez une question, le mieux est de téléphoner au numéro de GSM de Lotus: 0472 08 78 31. Nous essayerons de vous rappeler le plus rapidement possible.

Fête de la Communauté flamande

Lotus CSL, GC Het Huys et la commune d'Uccle ont le plaisir de vous inviter, le 12 juillet, à la Fête de la Communauté flamande.

Nous commencerons à 11 heures par quelques discours et la remise des Médailles du Mérite. Après, vous pourrez déguster une paëlla ou un wok estival, qui seront aussi disponibles en version végétarienne. Le repas sera servi à 12h30, uniquement sur réservation.

A 15h, il y aura un concert folk au programme. En outre, il y aura des animations pour les enfants en continu et un marchand de glaces passera pour un dessert rafraîchissant. La fin de la fête est prévue vers 16h30.

La réservation pour le repas est obligatoire et peut se faire par téléphone ou à l'accueil. Prix du repas: €15 (€10 pour les enfants de moins de 12 ans).

Kalender

Do	02.07	8u50	Luik met Cléopatra expo - Afspraak om 8u50 in Brussel Zuid (spoor 7) - € 16 (exclusief lunch) Liège avec expo Cléopâtre – Rdv à 8h50 à Bruxelles Midi (voie 7) - € 16 (lunch non inclus)
Vrij	03.07	14u	Workshop verfrissende zomerdrankjes maken - € 3 - inschrijven tot 01/07 Atelier: faire des boissons estivales rafraîchissantes - € 3 – inscription jusqu’au 01/07
Di	07.07	14u	Zoete namiddag: milkshake met fruitsla - € 5 - inschrijven tot 03/07 Après-midi gourmand: milkshake avec salade de fruits - € 5 – inscription jusqu’au 03/07
Woe	08.07		Pedicure - € 25,5 - enkel na telefonische afspraak Pédicure – € 25,5 – uniquement sur rdv par téléphone
Do	09.07	14u	Digicafé met Sander. Thema: hoe maak je een veilig wachtwoord - gratis Digicafé avec Sander. Thème: comment créer un mot de passe sûr - gratuit
Vrij	10.07	14u	Korte wandeling met Eline - gratis Promenade courte avec Eline - gratuit
Zo	12.07	11u	Feest van de Vlaamse gemeenschap - lunch om 12u30 - € 15 - inschrijven tot 01/07 Fête de la Communauté flamande – lunch à 12h30 - € 15 – inscription jusqu’au 01/07
Di	14.07	14u	Bloemschikken met Elisabeth - € 10 - inschrijven tot 13/07 Composition florale avec Elisabeth - € 10 – inscription jusqu’au 13/07
Do	16.07	10u	Workshop gezonde voeding: gezond broodbeleg - € 10 (inclusief lunch) - inschrijven tot 14/07 Atelier alimentation saine: garniture saine tartines - € 10 (y compris lunch) – inscription 14/07
Vrij	17.07	13u	Bezoek domein van Huizingen - afspraak om 13u aan Het Huys - € 4 Visite domaine de Huizingen – rdv à 13h à Het Huys - € 4
20/07 en 21/07			Brugdag en feestdag - Het Huys en Lotus zijn gesloten Jour de pont et jour férié: Het Huys et Lotus sont fermés
Do	23.07	10u	Vraag het aan Eline - gratis Questionnez Eline - gratuit
Vrij	24.07	14u	Zomerbar met klimaatquiz - gratis (drank te betalen aan de bar) Bar d’été avec quiz sur le climat – gratuit (consommations à payer au bar)
Di	28.07	14u	Wandeling met Jos - duurtijd: 2u - gratis Promenade avec Jos – durée: 2h - gratuit
Do	30.07	14u	Spelletjesnamiddag - gratis Après-midi de jeux - gratuit
Vrij	31.07	14u	Workshop zang met Jean-Louis - € 3 Atelier de chant avec Jean-Louis - € 3
Do	06.08	14u	Spelletjesnamiddag - gratis Après-midi de jeux - gratuit

Ma	10.08	10u	Initiatie zelfverdediging - € 7 Initiation autodéfense - € 7
Di	11.08	14u	Zoete namiddag: citroen brownie - € 5 - inschrijven tot 10/08 Après-midi gourmand: brownie au citron - € 5 – inscription jusqu’au 10/08
Woe	12.08	14u	Bingo met Françoise en Luc - gratis Bingo avec Françoise et Luc - gratuit
Do	13.08	10u	Plantentuin Meise (begeleide wandeling met gids) - € 20 - 10u aan ingang ‘Keizerin Charlotte’ Jardin botanique de Meise (promenade avec guide) - € 20 – 10h à l’entrée “Keizerin Charlotte”
Di	18.08	14u	Bloemschikken met Elisabeth - € 10 - inschrijven voor 17.08 Composition florale avec Elisabeth - € 10 – inscription avant le 17/08
Do	20.08	14u	Digicafé met Sander. Thema: 2 factor authenticatie - gratis Digicafé avec Sander. Thème: authentification 2 facteurs - gratuit
Vrij	21.08	14u	Workshop zang met Jean-Louis - € 3 Atelier de chant avec Jean-Louis - € 3
Di	25.08		Pedicure - € 25,5 - enkel na telefonische afspraak Pédicure – €25,5 – uniquement sur rdv par téléphone
Di	25.08	14u	Wandeling met Jos. Duurtijd: 2u - gratis Promenade avec Jos Durée: 2h - gratuit
Do	27.08	17u30	Zomerkwartierdete met buurtkeuken - Waw gebouw Ukkel Zomerkwartierdete avec cuisine de quartier – bâtiment Waw Uccle
Vrij	28.08	14u	Korte wandeling met Eline - gratis Promenade courte avec Eline - gratuit

Onze diensten

Weet je niet goed waarheen? Heb je vragen over hulp aan huis of problemen met het invullen van formulieren? Wordt boodschappen doen een opgave? Kom even langs bij het lokaal dienstencentrum Lotus, elke weekdag tussen 9u en 17u. Je kan ons ook telefonisch bereiken op 02 343 46 58 of 0472 08 78 31. Wij proberen je zo goed mogelijk verder te helpen.

Vous ne savez pas vraiment où aller? Vous avez des questions concernant de l’aide à domicile ou des problèmes pour remplir des formulaires? Faire des courses devient difficile? Passez nous voir au Centre de Services local Lotus, de lundi à vendredi entre 9h et 17h, ou téléphonez-nous au 02/343 46 58 ou 0472 08 78 31. Nous ferons tout notre possible pour vous aider.