

Het Klaverblad

Programmaboekje LDC 't Klavertje



PB-PP|B-10254
BELGIË/NL-BELGIQUE



Jaargang 29, nr. 2, juli tot december 2026

Afgiftekantoor 3560 Hasselt Masspost, Erkenningsnummer P509235



Beste lezer,

Met veel plezier stel ik u het nieuwe activiteitenprogramma van ons lokaal dienstencentrum voor. Het programma weerspiegelt waar we als lokaal bestuur voluit op inzetten: warme ontmoetingen, aandacht voor uw gezondheid, welzijn en het versterken van sociale verbondenheid.

De zomer brengt ons meteen in de juiste sfeer. Met het gezellige midzomerfeest, het buurtrestaurant in Meldert en de ijsjesdag in Linkhout creëren we laagdrempelige momenten waar mensen samenkomen, genieten en elkaar beter leren kennen.

In het najaar focussen we op ontmoeting én persoonlijke groei. Vanaf september starten opnieuw verschillende lessenreeksen, zoals taal- en pc-lessen, die niet alleen inzetten op nieuwe vaardigheden, maar ook op zelfredzaamheid en sociale verbinding.

Daarnaast is er een uitgebreid aanbod rond gezondheid en welzijn, met onder meer de lezing over gezonde voeding tijdens de Week van het Hart en sessies rond geestelijke gezondheid en veerkracht.

Zo bouwen we samen aan een sterke basis voor een actief en gezond leven.

Ook moeilijke, maar wezenlijke thema's krijgen de aandacht die ze verdienen. Activiteiten zoals het theater "Als het licht uitgaat", het dementiecabaret en infosessies over zorg en levenseinde zorgen voor begrip, ondersteuning en open gesprek. Ons dienstencentrum is dan ook een plek waar het hele leven centraal staat — in al zijn facetten.

Maar dit najaar is er meer. Er staat een bijzonder en belangrijk moment op til: de verhuis naar ons gloednieuw lokaal dienstencentrum. Deze nieuwbouw betekent een grote stap vooruit. Het wordt een moderne, toegankelijke en warme ontmoetingsplek waar nog meer ruimte zal zijn voor activiteiten, verbinding en zorg dicht bij huis. We kijken er enorm naar uit om samen met u deze nieuwe plek tot leven te brengen.

We sluiten het jaar traditiegetrouw af met een sfeervol kerstfeest, een moment van samenzijn en verbondenheid.

Doorheen dit alles loopt één duidelijke rode draad: ontmoeting. Elkaar zien, spreken en ondersteunen blijft essentieel voor ons welzijn en onze gezondheid. Dankzij de inzet van medewerkers en vrijwilligers blijft het lokaal dienstencentrum een warme plek waar iedereen welkom is.

Ik nodig u van harte uit om deel te nemen, nieuwe mensen te ontmoeten en samen met ons dit bijzondere jaar verder vorm te geven — met als kers op de taart een nieuw begin in ons nieuwe dienstencentrum.

Tot snel in LDC 't Klavertje!

Romi Soors

Schepen bevoegd voor ouderenbeleid



Openingsuren 't Klavertje

ma 09u00 – 16u00
di 09u00 – 16u30
wo 09u00 – 12u00

do 09u00 – 16u30
vr 09u00 – 16u00

**Graag vooraf inschrijven
voor elke activiteit.**

Bel 013 390 605 of mail naar
lokaaldienstencentrum@lummen.be

Wekelijkse activiteiten



Elke maandag

INTERNESTJE

Uur: 9u30 tot 12u00

Prijs: gratis

Heb je vragen over het gebruik van je computer, je tablet, je smartphone? Over het zoeken op internet, het installeren van apps, je e-mailprogramma of andere? Ivo staat klaar om je te helpen. Spring gerust binnen met je tablet, smartphone of laptop!

Elke donderdag

CREA VAN A TOT Z MET MARCELLINNE

Uur: 13u00 tot 16u30

Prijs: gratis

CREACAFÉ: NAAIEN MET NOËLLA

Uur: 9u00 tot 12u15

Prijs: gratis

Kriebelt het om creatief te zijn? Kom dan naar het creacafé om je samen met anderen creatief uit te leven. Je kan naaien maar op donderdagnamiddag kan je ook breien, kantklossen, werken met clipjes, naaldverven.... De anderen helpen je ook graag verder als je vastzit met een werkje.



volg ons op
Facebook



Elke donderdag

GEZONDHEIDSWANDELINGEN

Uur: 13u30

Prijs: gratis

Met een groep trekken we de natuur in voor een mooie wandeling onder leiding van Willy. Wil je meewandelen? Bel Willy (013 52 15 63) en hij vertelt waar de groep vertrekt. De wandeling duurt ongeveer 2 uur, dit is $\pm$ acht kilometer.



Elke 3^{de} of 4^{de} donderdag van de maand

WANDELEN MET FRANÇOISE

Uur: 13u00

Prijs: 2 euro met busje

Wandelen op een "trager" tempo met tijd om te genieten van de natuur en met rustpauzes. We sluiten af met een drankje. Bij slecht weer gaat de wandeling niet door. Françoise kiest telkens een andere locatie.



Elke dinsdag – donderdag - vrijdag

KAARTNAMIDDAG

Uur: 13u00 – 16u30 (vrijdag tot 16u00)

Prijs: kleine bijdrage

Op dinsdag en vrijdag zijn er twee groepen: kwajongen en wiezen. Op donderdag spelen we enkel kwajongen.

Lessenreeksen voor een schooljaar

Starten in september, **inschrijven vanaf 1 augustus.**

Elke donderdag

DANSLESSEN

Uur: 15u30 tot 17u00

Prijs: 30 euro/Lummenaar
45 euro/niet-Lummenaar

Deze danslessen richten zich op alleenstaanden of personen waarvan de partner niet graag danst. Onder leiding van Hedwige leren de deelnemers verschillende soorten dansen. De groep kan in overleg met Hedwige samen beslissen welke richting de danslessen opgaan.

Elke maandag (beginners)

Elke woensdag (gevorderden)

ENGELSE PRAATGROEP

Uur: 9u30 tot 12u00

Prijs: 15 euro/Lummenaar
22,50 euro/niet-Lummenaar

De cursisten leren de Engelse taal op een vlotte manier onder begeleiding van Fons Gerrits op maandag en op woensdag van Christa Vandenbosch.

Opgelet! Altijd al Engels willen leren? Dit is je kans! We starten volledig opnieuw met de

Elke maandag

FRANSE PRAATGROEP

Uur: 9u30 tot 12u00

Prijs: 15 euro/Lummenaar
22,50 euro/niet-Lummenaar

De cursisten leren de Franse taal op een vlotte manier onder begeleiding van Lena Pelgrims.



Computerlessen

De lessen vinden plaats in zaal 1, telkens van 9u00 tot 11u45.

Opgelet! Cursussen zijn niet geschikt voor Apple-gebruikers. Je kan online inschrijven: <https://reservaties.lummen.be/> of contacteer lokaaldienstencentrum 't Klavertje.

Dinsdag 08/09

Dinsdag 15/09

AI

Wat is artificiële intelligentie en wat kan je ermee doen? In deze les maak je op een toegankelijke manier kennis met AI. Je leert hoe je AI gebruikt om gericht informatie te zoeken, teksten op te stellen en foto's te bewerken. We gaan praktisch aan de slag met tools zoals ChatGPT en Gemini.

Lummenaar: 8 euro

Niet-Lummenaar: 10 euro

Dinsdag 22/09

Dinsdag 29/09

VEILIG INTERNET

Leer veilig surfen en je gegevens beschermen. We bekijken waar je op moet letten bij het gebruik van het internet, het belang van sterke wachtwoorden en extra beveiliging, hoe je phishing en online oplichting herkent, hoe je je privacy bewaakt, en hoe je malware en virussen voorkomt.

Lummenaar: 8 euro

Niet-Lummenaar: 10 euro

Donderdag 15/10

Donderdag 22/10

Donderdag 29/10

E-MAIL

Stel u voor: de wereld ligt op slechts één klik afstand. In drie rustige lessen leer je stap voor stap hoe je e-mails verstuurt,

foto's deelt en veilig online contact houdt met kinderen, kleinkinderen en vrienden. Zonder moeilijke woorden, in een ontspannen sfeer en op je eigen tempo. Ontdek hoe eenvoudig én fijn het is om digitaal verbonden te blijven.

Lummenaar: 12 euro

Niet-Lummenaar: 15 euro

Dinsdag 03/11

Dinsdag 10/11

ZOEKEN MET GOOGLE

Leer snel informatie, handleidingen, afbeeldingen, filmpjes en nieuws te vinden met Google.

Lummenaar: 8 euro

Niet-Lummenaar: 10 euro

Donderdag 05/11

Donderdag 12/11

WHATSAPP

Met WhatsApp blijft je eenvoudig in contact met kinderen, kleinkinderen en vrienden. Ontvang foto's en berichten, deel momenten in de familiegroep of voer een gezellig videogesprek – helemaal gratis. Je leert stap voor stap hoe alles werkt, op je eigen tempo en zonder ingewikkelde uitleg. Zo blijft je verbonden met de mensen die voor u belangrijk zijn én met de digitale wereld van vandaag.

Lummenaar: 8 euro

Niet-Lummenaar: 10 euro

Dinsdag 17/11

Dinsdag 24/11

KERSTKAARTJES MAKEN MET CANVA

Ontdek hoe je zelf kerstkaartjes ontwerpt met Canva en andere online programma's.

Lummenaar: 8 euro

Niet-Lummenaar: 10 euro

Donderdag 19/11

Donderdag 26/11

GOOGLE TOEPASSINGEN

Google is veel meer dan een zoekmachine. Het biedt praktische toepassingen die het dagelijks leven eenvoudiger, overzichtelijker en veiliger maken. In deze lessenreeks leer je stap voor stap werken met handige tools zoals Agenda, Contacten, Foto's, Maps, Translate, Drive en Gmail. Van afspraken beheren en foto's bewaren tot de weg vinden of snel informatie opzoeken: je ontdekt hoe deze toepassingen het dagelijks leven kunnen ondersteunen. En dat is nog maar het begin... er valt nog veel meer te ontdekken!

Lummenaar: 8 euro

Niet-Lummenaar: 10 euro

Dinsdag 01/12

Dinsdag 08/12

Dinsdag 15/12

FOTO'S OVERZETTEN EN VERKENNER

Leer hoe je foto's veilig overzet van smartphone, USB of Google naar je laptop, en hoe je ze organiseert en back-up't met Windows Verkenner.

Lummenaar: 12 euro

Niet-Lummenaar: 15 euro

Donderdag 03/12

Donderdag 10/12

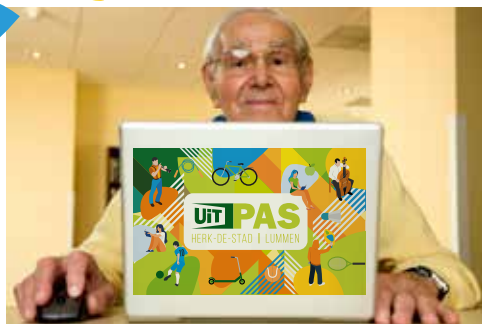
Donderdag 17/12

PRAKTISCH WERKEN MET SMARTPHONE

Jouw smartphone is veel meer dan alleen een telefoon. Het is een handig hulpmiddel dat jouw dagelijks leven eenvoudiger, veiliger en aangenamer kan maken. In deze lessen ontdek je stap voor stap hoe je verbonden blijft met familie en vrienden, bankzaken opvolgt, herinneringen instelt, informatie opzoekt en praktische apps gebruikt in het dagelijks leven. Je leert op je eigen tempo, zonder moeilijke uitleg. Want eens de basis vertrouwd aanvoelt, wordt het steeds makkelijker om nieuwe mogelijkheden te ontdekken.

Lummenaar: 12 euro

Niet-Lummenaar: 15 euro



Wist je dat je 80% korting kan krijgen als je een Uitpas met kansentarifief hebt?

Vraag meer info in het LDC

Juli 2026

vrijdag 31 juli

MIDZOMERFEEST MET FRIETJES EN KARAOKE

Uur: 12u00

Prijs: 10 euro

Vier de zomer met ons mee! Geniet van heerlijke frietjes en laat je zangtalent horen tijdens een gezellige karaoke. Een namiddag vol plezier, muziek en zomerse gezelligheid voor iedereen!

Augustus 2026

donderdag 20 augustus

BUURTRESTAURANT MELDERT

Uur: 12u00

Prijs: 10 euro

Locatie: O.C. De Kalen Dries

Het buurtrestaurant is een plaats waar iedereen welkom is om samen de voetjes onder tafel te schuiven in een gezellige sfeer en tegen een budgetvriendelijke prijs.

Menu: tomatensoep – kippenbouten met vleessaus, aardappelgratin met erwten en wortelblokjes - dessert

vrijdag 28 augustus

'T KLAVERTJE ON TOUR: IJSJESDAG MET OPTREDEN VAN JAN GEENEN

Uur: 13u00

Prijs: 3 euro (incl. 1 ijsje)

Locatie: OC De Link, Linkhoutstraat 194, 3560 Lummen

't Klavertje gaat on tour! Kom genieten van ijsjes en een live optreden van Linkhoutenaar Jan Geenen in OC De Link.

September 2026

woensdag 9 september

ONTBIJT

Uur: 9u00 tot 11u00

Prijs: 10 euro

Geniet van een heerlijk ontbijtbuffet in aangenaam gezelschap.

maandag 21 september

FAMILIEGROEP DEMENTIE LUMMEN: THEATER: ALS HET LICHT UITGAAT

Uur: 19u00

Prijs: 5 euro

Locatie: WZC het Meerlehof

Beleef een aangrijpend toneelstuk over dementie en praat na met lotgenoten en de Familiegroep Lummen. Een warme avond vol herkenning, steun en verbinding

woensdag 23 september

WEEK VAN HET HART: LEZING GEZONDE VOEDING - WINKELOEFENING: GEZOND KIEZEN IN DE SUPERMARKT

Uur: 13u30

Prijs: 3 euro

Wat maakt een product een gezonde keuze? Tijdens deze interactieve winkeloefening geeft diëtiste Pascale Berghmans praktische tips om voedingslabels beter te begrijpen en bewustere keuzes te maken. Aan de hand van producten uit de supermarkt ontdek je waar je op kunt letten bij je dagelijkse boodschappen. Een leerrijke en toegankelijke activiteit met tips die je meteen kunt toepassen.

Oktober 2026

donderdag 8 oktober

LEZING: WEGWIJS IN DE GEESTELIJKE GEZONDHEIDSZORG ISM SIMILES

Uur: 19u00

Prijs: 10 euro

Heeft een dierbare het psychisch moeilijk? Ben je op zoek naar psychische hulp voor je partner, kind, ouder, broer of zus? Dan wacht je een lange en soms moeilijke zoektocht. De geestelijke gezondheidszorg is erg complex. Het is niet gemakkelijk om je weg daarin te vinden en de juiste hulp te zoeken. Onderweg bots je op wachtlijsten, gebrek aan informatie, slechte onderlinge communicatie...

Myriam Bergmans, lesgever bij Similes, maakt je wegwijs in de geestelijke gezondheidszorg. Je krijgt beter inzicht in hoe de sector werkt, wat je kan doen in geval van een psychische crisis en hoe je hulp zoekt voor je naaste en jezelf.

Inschrijven: <https://nl.similes.be/> => betalen na inschrijven via link

maandag 12 oktober

PALLION: NU NADENKEN EN PRATEN OVER LATER

Uur: 19u00

Prijs: gratis

Pallion organiseert een infosessie naar bewustwording van het belang om ziekte en dood bespreekbaar te maken. Men wil het taboe doorsteken over thema's zoals ziekte, pijn, verdriet, dood, ... Dood is inherent aan het leven. Normaliseren en integreren van de dood. Het belang van een goede vroegtijdige zorgplanning. Het afweten van het bestaan van de

mogelijkheid tot het opmaken van wilsverklaringen. Het afweten van het bestaan van palliatieve zorg.

maandag 12 oktober

HOE GEBRUIK JE ONZE DIGITALE DIENSTEN

Uur: 14u00

Prijs: gratis

Boeken lezen op je tablet of e-reader? Films streamen via de bib? Kom alles te weten over de digitale diensten van de bibliotheek! Neem zeker ook jouw tablet/ e-reader en/of smartphone mee. Afsluiten doen we met een koffie en koek. Inschrijven: 013 390 480 of bibliotheek@lummen.be

donderdag 15 oktober

FAMILIEGROEP DEMENTIE LUMMEN: HET DEMENTIECABARET VAN KAREL DECLERCQ

Uur: 19u00

Prijs: 5 euro

Het dementiecabaret 'een voorstelling om nooit meer te vergeten' van Karel Declercq komt naar Lummen. In deze unieke voorstelling brengt hij op een tactvolle, grappige en soms absurde manier het thema dementie onder de aandacht. Met ludieke tips en herkenbare situaties toont hij hoe we beter kunnen omgaan met vergeetachtigheid, zowel bij anderen als bij onszelf. Deze vorm van infotainment combineert humor met een warme, respectvolle boodschap, waardoor ook de ernst van het onderwerp sterker binnenkomt. Geïnspireerd door persoonlijke ervaringen en wetenschappelijke inzichten, verweeft Karel levenswijsheid met komische voorbeelden en praktische handvaten rond dementiezorg.

vrijdag 16 oktober

PENSIOENBORREL: LEZING VAN MARK CLAUS "ACTIEF, POSITIEF EN CREATIEF GENIETEN VAN JE PENSIOEN"

Uur: 13u00

Prijs: gratis



Met pensioen gaan betekent een nieuw hoofdstuk vol mogelijkheden. Maar hoe geef je die periode op een fijne en zinvolle manier vorm? Tijdens

deze inspirerende lezing ontdek je hoe je actief, positief en creatief kan omgaan met deze nieuwe fase in je leven. We staan stil bij verschillende thema's die belangrijk zijn om je goed in je vel te voelen: gezondheid, sociale contacten, zingeving, ontspanning en nieuwe uitdagingen. Daarnaast is er aandacht voor wat je wil behouden, loslaten of misschien opnieuw ontdekken. Een warme en toegankelijke sessie vol herkenbare voorbeelden, praktische inzichten en inspiratie om bewust te genieten van je pensioen. Nadien klinken we samen op dit nieuw hoofdstuk.

dinsdag 27 oktober

LEZING RITA HORIONS: 'TOEN WAS GELUK NOG HEEL GEWOON' NEEMT SENIOREN TERUG MEE NAAR HUN KINDERTIJD IN DE FIFTIES EN DE SIXTIES

Uur: 13u30

Prijs: gratis

Tijdens de lezing 'Toen was geluk nog heel gewoon' neemt Rita Horions senioren mee op een warme en herkenbare reis naar hun kindertijd in de jaren '50 en '60. Aan de hand van verhalen en

herinneringen worden vervlogen tijden opnieuw tot leven gebracht, met aandacht voor het alledaagse geluk en de kleine momenten die toen zo vanzelfsprekend waren. De activiteit vindt plaats na het seniorenrestaurant; wie dat wenst, kan vooraf nog genieten van een warme maaltijd aan 10 euro van de tijd van toen.

November 2026

woensdag 4 november

ONTBIJT



Uur: 9u00 tot 11u00

Prijs: 10 euro

Geniet van een heerlijk ontbijtbuffet in aangenaam gezelschap.

maandag 9 november

WEEK VAN DE SENIOR: INFORMATIENAMIDDAG: LEZING OVER DE PSYCHOLOGIE VAN HET OUDER WORDEN DOOR LUC VAN DE VEN – MET GRATIS KOFFIE EN TAART

Uur: 14u00

Prijs: gratis

Luc Van de Ven, klinisch ouderen psycholoog, komt praten over ouder worden: de mooie momenten en de uitdagingen. We staan stil bij veranderingen in het lichaam, het leven na pensioen en relaties.

**donderdag 12 november**

**WEEK VAN DE SENIOR: CULTURELE
NAMIDDAG: DE CHRIS EN CHRIS SHOW –
MET GRATIS KOFFIE EN TAART – ENKEL
VOOR LUMMENAREN**

Uur: 14u00

Prijs: gratis

Chris en Chris laten je lachen tot je buik pijn doet! Met sketches, typetjes en zang wordt “lachen is gezond” helemaal waargemaakt.

**donderdag 12, 19 en 26 november
en 3, 10 en 17 december**

**VERSTERK JE VEERKRACHT ISM
HERSTELACADEMIE LIMBURG**

Uur: 9u30 tot 12u00

Prijs: 15 euro

Inschrijven via:

limburg@herstelacademie.be of
0489 38 12 39

Veerkracht is de energie die we hebben om met stress en tegenslagen om te

gaan. Net als een veer die te lang wordt uitgerekt kunnen wij onze veerkracht verliezen. In deze cursus sta je, samen met docenten en medecursisten, stil bij de impact hiervan en werk je aan het versterken van je veerkracht. Deze cursus kwam in samenwerking met ELZ MidWestLim, gemeente Lummen en de conventie eerstelijnspsychologische zorg tot stand

maandag 16 november

**FAMILIEGROEP DEMENTIE LUMMEN:
HULPMIDDELEN BIJ DEMENTIE**

Uur: 19u00

Prijs: gratis

Ontdek praktische hulpmiddelen die het dagelijks leven met dementie aangenamer en veiliger maken. Krijg tips, advies en inspiratie van experts en ervaringsdeskundigen.

maandag 23 november

LEIF LEZING

Uur: 19u00

Prijs: gratis

Tijdens deze lezing maak je kennis met LEIF (LevensEinde InformatieForum). We staan stil bij thema's zoals voorafgaande zorgplanning, wilsverklaringen, palliatieve zorg en euthanasie. Je krijgt heldere informatie over de mogelijkheden, rechten en keuzes rond het levenseinde, met ruimte voor vragen en gesprek. Een leerrijke en toegankelijke avond voor iedereen die bewust wil nadenken over toekomstige zorg- en levenskeuzes.



December 2026

dinsdag 15 december

KERSTFEEST MET OPTREDEN

VAN DE JONGENS

Uur: 12u00 (deuren open om 11u00)

Prijs: 16 euro (één aperitief inbegrepen, koffie en water à volonté)

Geniet van een feestelijke namiddag met een heerlijk kerstmenu. Daarna nemen De Jongens je mee op een muzikale reis vol ambiance en gezelligheid! Opgelet niet-Lummenaren kunnen pas inschrijven vanaf 3 november.

Menu: Koninginnesoep – kalkoenpavé met pepersaus, appeltje met veenbessen en kroketten – Kerstgebak



Wat schaft **de pot?**

Elke dag behalve op woensdag

RESTAURANTDAG 'T KLAVERTJE

Uur: 12u00

Prijs: 10 euro

In het lokaal dienstencentrum kan je terecht om gezellig samen te eten. Aan een democratische prijs van 10,00 euro krijg je een voorgerecht, hoofdgerecht en dessert. De laatste dinsdag van de maand eten we in de grote zaal van het Oosterhof.

**SCAN DE QR CODE OM
DE MENU'S TE BEKIJKEN**

