

ULF nyt

22. ÅRGANG • NUMMER 2 • APRIL 2018

STEMMERET til alle!
Også dem med
værge til folketingsvalg

SNART FERJETID

- REJSEMÅL
- AFSTED SOM FRIVILLIG
- TUREN TIL LA PALMA

ULF FERIE



TEMA
UNDGÅ SVINDEL PÅ NETTET

www.ulf-ferie.dk

FOTO: ANN PEDERSEN

FORSIDEBILLEDE: Bestyrelsesmedlem Asger Christensen repræsenterede ULF Ferie sammen med Ann Pedersen på årets feriemesse i Kulturhuset Kolding den 23. januar.

ULF

UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND

Kampen for stemmeret er ikke slut endnu



FOTO: RIKKE HASS CHRISTENSEN

Af Lars Gjermandsen, formand for ULF

Borgere, der er under økonomisk værgemål, har ikke stemmeret til folketingsvalg. Men nu vil folketinget pålægge regeringen at komme med et forslag, der gør det muligt at finde en ordning, så flere kan stemme.

I FORSLAGET HEDDER DET:

”Folketinget pålægger regeringen inden udgangen af 2018 at fremsætte forslag, der med inspiration fra den svenske förvalterskabsordning indfører mulighed for en fleksibel ordning, hvor personer under værgemål kan fratages den retlige handleevne i begrænset omfang uden at blive umyndiggjort.”

I praksis betyder det, at de så kan stemme til folketingsvalg.

De borgere, som omtales, fik for et år siden ret til at stemme til kommunalvalg og regionsrådsvalg, men ikke til folketingsvalg. Grunden er, at der i Grundloven står, at man ikke har stemmeret til folketingsvalg, hvis man er umyndiggjort.

Der skal meget til at ændre Grundloven. Men faktisk kan man nøjes med at ændre værgemålsloven, som tit bliver kritiseret for at være gammeldags. ULF håber, at flere under værgemål fremover får lov at stemme til folketingsvalg.

Jeg vil gerne anbefale alle interesserede at lytte til P1-dokumentaren ”For dum til at stemme”, hvor journalisterne har fulgt Martin Rosenlind, der mistede sin stemmeret i 2009. Lige siden har Martin og advokat Christian Dalager kæmpet for det, der burde være en demokratisk ret for alle danske statsborgere over 18 år: Retten til at stemme.

Det går fremad, men det går langsomt. Næste håb er menneskerettigheds-domstolen i Strasbourg.

Du kan google programmets titel ”For dum til at stemme” eller søge den frem inde på dr.dk. Og du kan læse mere om udsendelsen i dette blad side 5.

FORMAND FOR ULF:

Lars Gjermandsen

FORMAND FOR ULF UNGDOM:

Rikke Sørensen

ANSVARSHAVENDE

ULF/ULF UNGDOM:

Lars Gjermandsen

DEADLINE:

send fotos og tekst senest 23. april til karin.svennevig@gmail.com

KONTAKTANNONCER:

skal sendes til ULF's kontor:
ULF, Dæmningen 58, 7100 Vejle

REDAKTØR:

Karin Svennevig Hyldig

GRAFISK TILRETTELÆGGELSE:

Intryk ApS • www.intryk.dk

TRYK:

Glumsø Bogtrykkeri A/S
Østergade 17 b, 4171 Glumsø

ÅBNINGSTIDER FOR ULF'S KONTOR:

Mandag fra kl. 9.00-17.00
Tirsdag fra kl. 9.00-16.00
Onsdag fra kl. 9.00-16.00
Torsdag fra kl. 9.00-16.00
Fredag fra kl. 9.00-13.00

TELEFONEN HAR ALTID LUKKET:

mellem kl. 12.00-12.30

FORMÆNDENE TRÆFFES

PÅ KONTORET:

Onsdag kl. 9.00-15.00.

Udviklingshæmmedes LandsForbund · Dæmningen 58 · 7100 Vejle · Tlf. 75 72 46 88 · Mail: ulf@ulf.dk · www.ulf.dk

Annoncesalg – hvortil alle spørgsmål vedr. annoncer bedes rettet!

Rosengrenen ApS · Hovedgaden 8 · 8670 Låsby · Tlf. 86 95 15 66 (kl. 8.30-12.00 og 12.30-15.00) · E-mail: info@rosengrenen.dk

Martin kæmper for sin ret til at stemme

Martin
Rosenlind

ULF-formand Lars Gjermandsen anbefaler varmt P1-dokumentaren "For dum til at stemme". Emnet er kampen for stemmeret til de ca. 2.000 danskere, der har en væрге til at tage sig af økonomien.



TEKST: KARIN SVENNEVIG HYLDIG • FOTO: DR/P1

Martin Rosenlind er én af de ca. 2.000 danskere, som har en væрге til at hjælpe med at få regningerne betalt til tiden. Derfor kunne han i syv år ikke stemme til EU-valg, kommunalvalg og regionsrådsvalg. Det kan han nu. Men i snart ni år har han ikke haft stemmeret, når der er folketingsvalg.

Det ærgrer den politisk interesserede Martin Rosenlind, der selv valgte et såkaldt paragraf seks værgemål i 2009:

"Da jeg fik værgen, var jeg glad. Jeg kan få et bedre liv, tænkte jeg. Men de havde bare ikke sagt, jeg ikke måtte stemme til folketingsvalg." Sådan siger han i P1-dokumentaren "For dum til at stemme". Her følger journalisterne Martin Rosenlind og advokat Christian Dalagers kamp for demokratisk ligestilling fra Landsretten til Højesteret.

En kamp, der nu fortsætter til Menneskerettighedsdomstolen i Strasbourg.

LOVE KAN OPDATERES

I 2016 fik umyndiggjorte voksne statsborgere som Martin stemmeret til kommunalvalg, regionsråds-

DEN KORTE VERSION:

I dag er det sådan, at alle danske statsborgere over 18 år har ret til at stemme. Uanset hvor kloge de er. Der bliver ikke stillet krav til vælgeres intellekt. Eller viden om politik. Eller økonomiske indsigter. Eneste undtagelse er de ca. 2.000 personer, der har en væрге til at styre økonomien. Nogle politikere mener stadig, at man ikke bør have mulighed for at påvirke samfundets økonomi (med sin stemme eller ved at kunne stille op til valg), hvis man ikke kan styre sin egen økonomi.

Siden 2016 har voksne danske statsborgere under værgemål dog kunnet stemme til både kommunalvalg, regionsrådsvalg og EU-valg. Kun til folketingsvalg er de ikke stemmeberettigede. For her kommer Grundloven på tværs.

VIDSTE DU:

Ligeret for alle er vigtigt i et moderne demokrati. Men ligeret var slet ikke noget ideal, da Danmarks første grundlov, junigrundloven, blev vedtaget i 1849. Dengang var det en selvfølge, at kun lovlige og nogenlunde velhavende mænd over 30 år kunne stemme.

Der var ingen stemmeret til:

Kvinder, tjenestefolk, hjemløse, fattige, forbrydere og "fjolser", som man dengang kaldte mennesker med psykiske handicap, udviklingsforstyrrelser, hjerneskader mv.

KILDE: DANMARKSHISTORIEN.DK

valg og EU-valg. Men på grund af en formulering i Grundloven kan man ikke bare gøre det samme med folketingsvalgene.

"Du kommer ud af det som moralsk vinder under alle omstændigheder," siger Christian Dalager undervejs i programmet til Martin Rosenlind.

For egentlig er de fleste politikere rørende enige med Martin: En engageret samfundsborger som han bør have stemmeret som alle andre.

Grundloven laver man ikke bare sådan lige om. Men værgemålsloven kan sandsynligvis moderniseres, så de 2.000 alligevel får fuld stemmeret. Det håber i hvert fald flere eksperter.

Ifølge professor i socialret ved Københavns Universitet Kirsten Ketcher er det i bund og grund en fejl, at loven forhindrer personer under økonomisk værgemål i at stemme til folketingsvalg. "Den sidste gruppe umyndige" kalder hun dem.

I dokumentaren peger hun også på, at loven rammer de rige hårdest. For de, der ingenting har, behøver ingen væрге til at passe på pengene. De bevarer derfor deres stemmeret. Den form for forskelsbehandling har næppe været meningen, gætter hun.

Dokumentaren "For dum til at stemme" kan podcastes på dr.dk eller programmets titel kan søges frem via Facebook og høres der.



Her ligger
nogle af
Europas
allerbedste
strande

Fuerteventura • Spanien

Fuerteventura er berømt for sine mange solskinstimer og lækre sandstrande. Vi skal bo i området Caleta de Fuste, hvor hotellet ligger tæt på stranden og nær det livlige bycentrum. På øen findes også en dyrepark, Oasis Park, med bl.a. sølve- og rovfugleshows.

Vi skal bo på Hotel Broncemar Beach. Det er bygget, så det minder om en hyggelig landsby og lavet med små gågader, smalle stræder, torve og frodige haver. Her er også et mindre supermarked, hvor du kan købe daglige fornødenheder, et cafeteria og en skøn buffet-restaurant.

I det pragtfulde poolområde er der to store swimmingpools, pool/snackbar og massevis af liggestole og parasoller. Caleta de Fuste ligger ca. 10 min kørsel fra lufthavnen og der kan derfor forekomme flystøj.

Rejsetidspunkter og priser

Afrejse: den 28. januar 2019

Hjemkomst: den 4. februar 2019

Pris pr. person v/2 personer
i delt dobbeltværelse kr.

9.500

Husk: Du skal have en rejseforsikring, når du rejser med ULF Ferie.

Prisen inkluderer

- Fly Billund/København/Aalborg – Fuerteventura t/r
- Mad om bord på flyet
- Transport mellem lufthavn og hotel
- Ophold på Hotel Broncemar Beach
- Hotelophold med All Inclusive
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Danske rejseledere fra Bravo Tours

Muligt tilkøb

Tillæg for eneværelse: 1.400 kr.

Bemærk: Begrænsede antal værelser til denne pris

Tilmelding og betaling

Husk at sende tilmeldingsskema, evt. via hjemmeside
Depositum på 2.400 kr. indbetales ved tilmelding
Restbeløb ved eneværelse: 8.500 kr. betales senest
den 18. oktober 2018

Restbeløb ved dobbeltværelse: 7.100 kr. betales senest
den 18. oktober

Reg.nr.: 7244 Kontonr.: 1233219

Tekst: Dit navn/Fuerteventura



ULF Ferie er formidler for Bravo Tours. Bravo Tours er teknisk udbyder.
Bravo Tours CVR. nr.: 21148180, medlem af rejsegarantifonden nr. 1242



På www.ulf-ferie.dk kan du se udvalget af ferierejser. Der kommer hele tiden nye til.

Samværet er noget af det bedste ved ferierne med ULF.

Billigere for unge

ULF Ferie har fået penge af Top-Danmark Fonden, så nu kan 30 medlemmer af ULF Ungdom på 30 år eller derunder komme 1.000 kr. billigere med ud at rejse i 2018.

Hvis rejsen vel at mærke koster mindst 2.000 kr.

For unge på kontanthjælp kan det være en stor udfordring at få sparet sammen til at komme ud at rejse.

Tilbuddet gælder kun i 2018 og kun for de første 30, der opfylder betingelserne. Man skal selv huske at søge om rabatten under "bemærkninger"/"vigtigt at oplyse" på tilmeldingssedlen.

Med som ULF-frivillig på ferie

Det er både hyggeligt og udviklende at rejse med ULF Ferie ud i verden. Også som frivillig.

TEKST: JETTE TASTESEN, NÆSTFORMAND I ULF • FOTOS: ULF FERIE

Sidste år fik jeg mulighed for at komme med som frivillig på ULF Feries tur til Rhodos i maj. Min opgave blev at sørge for det sociale. Alle skulle have en god ferie, så jeg skulle blandt andet snakke med dem, som sad for sig selv. Jeg skulle også hjælpe, hvor jeg kunne. Hvis nogen ville i byen, kunne jeg for eksempel gå med.

ET TILTRÆNGT PUSTERUM

Jeg havde på det tidspunkt en meget presset hverdag på mit arbejde og med mit frivillige arbejde i ULF. Ved siden af havde jeg mit studie, så min hverdag hang kun lige sammen. Jeg havde ikke megen tid til mig selv, så da jeg fik mulighed for at komme med på ferie, var jeg ikke længe om at takke ja. Jeg så virkelig frem til noget ferie efter flere måneders hårdt arbejde.

Eksamen var vel overstået, da jeg 26. maj sammen med en masse andre tog til Rhodos en uge. I lufthavnen prøvede jeg at være behjælpelig på alle måder. Vi havde nogle sedler, der skulle deles rundt, og jeg tog bagtroppen, så vi var sikre på, at vi fik alle med.

OVERSKUD TIL FEST

Allerede første aften fandt jeg ud af, at der var en, som var lidt udenfor. En meget stille og rolig type, der ikke bød ind med så meget. Så jeg tænkte, at her skal jeg helt sikkert bruge lidt tid. Jeg satte mig ved siden

af ham, og vi fik snakket frem og tilbage. Mit fokus var at sørge for, at han ikke sad alene. For eksempel kunne jeg opdage, at han kom ned for at spise, lige når jeg var færdig. Så fandt han et bord, hvor der ikke sad andre, men så smuttede jeg lige ind og sad ved siden af ham, så han havde lidt selskab.

På vores sidste aften plejer vi at holde en fest, hvor alle hygger sig sammen. Her meldte jeg mig til at hjælpe med planlægningen. Jeg havde jo meldt mig til at arbejde, mens jeg var dernede. Vi fik planlagt en superskøn aften, hvor vi virkelig hyggede os i hinandens selskab.

GLADERE OG MERE SELVSTÆNDIGE

Jeg havde en rigtig dejlig ferie. Jeg lærte en masse nye at kende, andre lærte jeg meget bedre at kende. For mig var det en kæmpe oplevelse. Jeg så helt nye sider, som jeg aldrig havde lagt mærke til før. Det er altid en fornøjelse at rejse sammen med ULF Ferie, både som frivillig og som gæst. Alle får en fantastisk ferie. For mig personligt har det været en kæmpe oplevelse. Jeg har set udefra, hvor mange der virkelig vokser i løbet af sådan en ferie, netop fordi de udvikler sig. Jeg tror, det er fordi, de prøver selv, inden de spørger om hjælp, hvor de hjemme måske er vant til, at pædagogen gør det for dem. Men når de så oplever, at de selv kan, bliver de stolte. Selvtilliden vokser.





KUNST · HÅNDVÆRK · DESIGN

MARKED PÅ GODSBANEN

RÅ HAL · AARHUS · 5. april 2018 · 11.00 - 17.30

www.saersyn.dk

I Foreningen SÆRLIGT vil vi gerne slå et slag for alt det gode kunsthåndværk, som bliver produceret rundt om i landet af mennesker med hjernemæssige handicaps.

Derfor kan du besøge vores kunst-, håndværk- og designmarked d. 5. april på Godsbanen.

Det koster 20 kr. i entre' og skulle du trænge til en pause, så har vi også kaffe og kage klar til dig.

Vi glæder os til at vise det hele frem til dig. Her vil være alt fra glaskunst til keramik over træarbejde og andre finurligheder af høj kvalitet.

Et samarbejde mellem foreningen SÆRLIGT, virksomheden SÆRSYN og ULF

Foreningen
SÆRLIGT

SÆRSYN
— EST. 2017 —

ULF
UDVIKLINGSHEMMEDES LANDFORBUND



Jeg styrer min økonomi

Flere borgervejledere og økonomivejledere på vej.



Det er ikke for sent at være med i projekt ”Mine egne penge”, der skal give unge og voksne udviklingshæmmede bedre muligheder for at få pengene til at slå til og undgå at blive snydt.

En konference er på programmet i efteråret 2018, og inden da skal der uddannes borger- og økonomivejledere, som skal videreformidle og være tovholdere ude i bofællesskaberne.

Økonomivejledere er pædagogisk personale, som vil lære at bruge materialet ”Mine egne penge”, som

hjælper udviklingshæmmede med at få overblik, bruge NemID, gå i netbank og vælge den mest fordelagtige afdragsordning, når det er nødvendigt.

Borgervejlederne er mennesker med udviklingshæmmede og/eller særlige behov, som selv har prøvet at have økonomiske udfordringer og oplevet, hvad det betød for deres hverdag.

Interesserede kan skrive til Joan Riis: joan@ulf.dk eller ringe til ULF's kontor 75 72 46 88.

FU-MØDE



Mange ting blev vendt på forretningsudvalgsmødet den 7. februar. God stemning og samarbejdsånd oser også ud af disse fine billeder.



Hygge, interesse, holdånd og lidt godt at spise. Det er opskriften på et vellykket møde i ULF. Og sådan forløb også forretningsudvalgsmødet 7. februar.



Du kan også være med

Ny arbejdsgruppe skal vise vej til bedre udredning og ressourceforløb.

Kommunerne fastholder borgere med et handicap længe i udredning.

ULF har medlemmer, som har været på overførselsindkomst i 10 til 18 år og gennem det ene praktikforløb efter det andet.

Uden at få fast arbejde eller pension.

Ifølge lovgivningen kan man være i udredning, til man er 40 år. Men kommunerne behøver ikke at trække det helt dertil; hvis det er tydeligt, at borgeren er kandidat til pension, må kommunen gerne tilkende det. ULF mener, at kommunerne udnytter reglen og fastholder borgere i udredningen længere end nødvendigt.

FREM MED IDÉERNE

Vi vil rigtig gerne have en arbejdsgruppe, som kan komme med forslag til, hvordan kommunerne kan gøre det bedre.

Har du været gennem et udredningsforløb og har du en holdning til, hvordan det kunne gøres bedre, vil vi rigtig gerne have dig med i vores arbejdsgruppe.

Gruppen mødes tre gange om året. Og hovedbestyrelsen arbejder videre med jeres forslag.

Har du lyst til at deltage, kan du henvende dig til kontoret på 7572 4688 senest 1. juni.

Vi ønsker at sammensætte en blandet gruppe, så tøv ikke med at henvende dig, hvis du har gode ideer.

Hvis du gerne vil vide mere, er du også velkommen til at kontakte ULF. Det gælder også, hvis du ikke er medlem.



TEMA

Sikkerhed på nettet.

Kom svindlerne i forkøbet.

Sådan forebygger du misbrug

- Lær PIN-koden udenad. Skriv den kun ned på en PIN-kodehusker fra banken.
- Kig jævnligt på din bankkonto og tjek, om der er mistænkelige køb eller overførsler.
- Spær kortet straks, hvis der er tegn på svindel.
- Besvar aldrig sms eller e-mails, der beder om kortoplysninger, betalingskort-oplysninger, NemID eller andre personlige informationer.

”En fremmed ringede og sagde, jeg skulle have 4.000 kr. tilbage i skat”

ULF's pedel i Vejle, Jesper Niemann Pedersen, blev snydt til at udlevere sit NemID. Men svindlerne fik en lang næse. Jesper havde kun 38 øre på kontoen.

Jesper Niemann Pedersen kunne godt bruge de 4.000 kroner, manden lovede, men han var hele tiden ubehageligt til mode ved situationen. Næste gang lytter han til sin mavefølelse.



Det er nu nogle måneder siden, Jesper Niemann Pedersen fik en mærkelig telefonopringning.

”En mand sagde, jeg skulle have skattepenge tilbage. Og det syntes jeg da, lød lidt mystisk. Skattefar plejer jo ikke at ringe. Jeg syntes faktisk, det var lidt ubehageligt,” siger han.

Alligevel gav Jesper Niemann Pedersen sin NemID-kode til den fremmede i telefonen. Julen nærmede sig og han kunne godt bruge de penge.

ULF-KONTORET HJALP

”Først da jeg kom herved på kontoret, kunne jeg rigtig se, der var svindel i det. Jane hjalp mig med at finde ud af, hvad der var sket. Hun søgte på nummeret, og så kunne vi jo se, at andre også var blevet ringet op,” husker han.

Den fremmede svindler påstod, at Jesper skulle have 4.000 kroner retur fra SKAT. Han skulle bare bruge Jespers NemID-nøgle, så ville pengene blive overført, lovede han.

NY KONTO OG NEMID

”Han sagde ikke, hvad han hed. Og bagefter kunne jeg jo godt se, at man ikke skal give oplysninger til sådan en mand. Men penge fik han ikke, for jeg havde kun 38 øre på kontoen,” smiler Jesper, der nu har fået nyt kontonummer og NemID.

Han har også fået lært at holde sine personlige oplysninger tættere ind til kroppen.

”Mit bedste råd er, lad være med at tage telefonen, hvis du ikke ved, hvem der ringer. Også hvis folk skriver mails til dig om, at du skal have penge, så regn med, det er svindel. De går jo efter dem, det er nemmest at narre. Og hvis de kan komme til det, tømmer de jeres konti,” siger han.

ORDBOG:

Phishing er typisk mails med falsk afsender, der prøver at lokke personlige oplysninger ud af dig.

Sextortion er en form for afpresning, hvor nogen truer med at offentliggøre nøgenbilleder eller sextoptagelser med dig på.

Grooming er børnelokkere på nettet.

Ransomware er krypteringsfiler, der kan låse filer og billeder på din computer.

Asgers bedste råd

Udviklingshæmmede behøver ikke være lette ofre for svindel. Asger Christensen fra Vejle-kredsen følger disse seks tommelfingerregler, som han gerne deler med andre.

KUN SVINDLERE RINGER

Skattevæset kontakter dig ikke på telefon eller privat mail. Det offentlige sender kun post til din elektroniske postkasse, som du åbner med NemID. Hvis der kommer noget direkte i din private mailboks, skal du ikke tage det for gode varer. Og hvis du kan se nummeret på telefonen, er det ikke en offentlig myndighed.

HOLD DINE KODER FOR DIG SELV

SKAT skal ikke bruge nogen oplysninger for at kunne sætte penge ind på din konto. Hverken CPR-nummer eller kontonummer eller NemID, PIN-koder eller andet. De overfører pengene til din Nem-konto. Også selv om du har fået nyt kort.

PAS PÅ FALSKE BETJENTE

Du skal også blive mistænksom, hvis politiet bare drop- per forbi din bopæl og siger, at de gerne vil indenfor og hjælpe med ét eller andet. Det kan være falske betjente, så bed om at se deres politi-id og en dommerkendelse, hvis de vil ind. Du kan også ringe 114. Så får du nærmeste politistation. Og så kan du spørge, om de har sendt nogen ud til dig. De ved det på stationen.

På nomoreransom.org kan du måske finde en nøgle til at låse dem op igen.

Bug betyder egentlig "insekt", men på pc-sprog er det en fejl i et system eller program.

KILDE: DET KRIMINALPRÆVENTIVE RÅD/WIKIPEDIA

RENS DIN COMPUTER

Jeg sletter jævnligt alt i mit spamfilter og kører rensprogrammer for at fjerne virus og spyware. Jeg renser også internetbrowseren, så uvedkommende ikke kan se, hvor på nettet jeg har været. Det kan du gøre under fanen "Historik". Scroll ned på ryd historik.

JEG FORETRÆKKER EN RIGTIG BANK

Svindlere gider ikke en masse besvær. De er ude efter lette penge. Og det er åbenbart nemt at svindle på nettet. Jeg har fravalgt netbank og går i banken i Vejle i stedet. Jeg bor i byen, så det er ret nemt for mig. Og så ved jeg, bankgarantien dækker, hvis nogen hacker min konto. Det er selvfølgelig en smagssag, men det er jeg mest tryk ved.

VÆR SKEPTISK. KAN DET VÆRE SNYD?

Det er bedst at være på vagt, hvis noget virker mærkeligt. Hvis du f.eks. pludselig skal have penge tilbage i skat i december. Det plejer at være om foråret eller sommeren. Svindlere begår fejl, så hvis du ikke helt kan få deres historie til at passe, er det nok, fordi han eller hun lyver og prøver at få noget ud af dig.



Hvis noget lyder underligt eller usandsynligt, skal man lade være med at svare. Svindlere på nettet er ude efter nemme penge, så de falder i og begår mange små fejl, har Asger Christensen bemærket.

Pas på fælderne

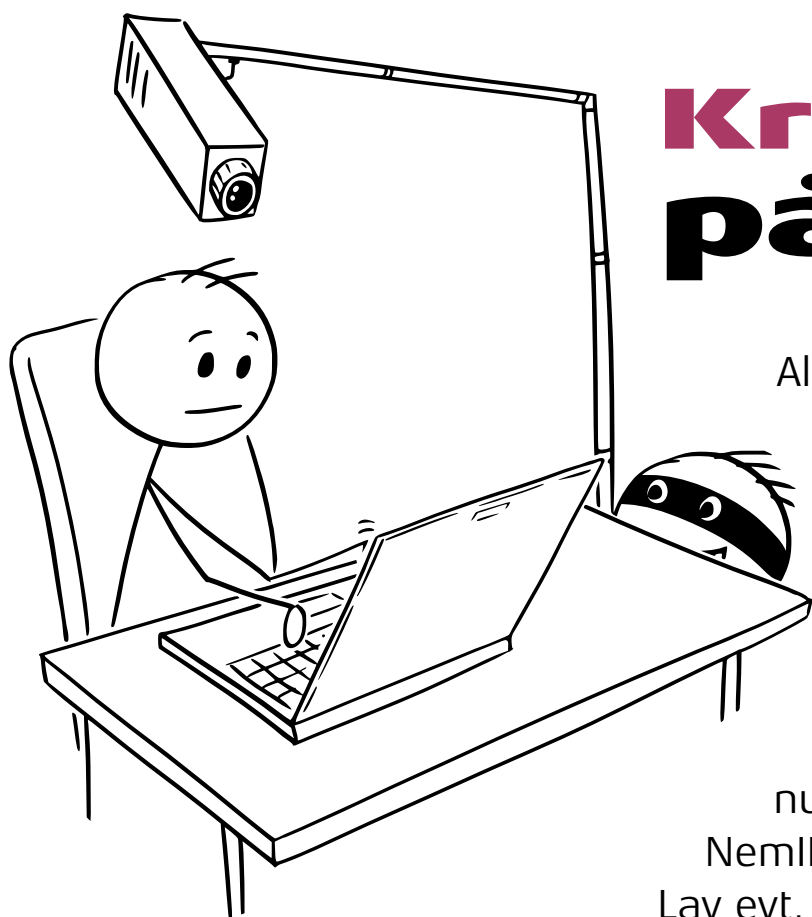
Du kan hurtigt blive snydt på nettet. Her er en håndfuld gode, forebyggende råd fra ULF.

Hvis du har en e-mail, er det vigtigt, at du ikke sender oplysninger fra dit kortkort til andre. Du kan modtage ”snyde”-mails, hvor du får at vide, at du har penge til gode, så du skal bare oplyse dit kontonummer, kortnummer og/eller de tre cifre bag på kortet. Det må du aldrig gøre!

Hvis du får en mail fra SKAT, at du har penge til gode, så skriv ALDRIG dine kontooplysninger i en mail. I Danmark har alle en nemkonto, som SKAT automatisk kan sætte overskydende skat ind på, så de behøver ikke dit kontonummer.

Det samme gælder NemID. Det er personligt, så du må ALDRIG videregive oplysninger om dit NemID til andre. Hverken i telefonen eller på mail. Hvis du giver dit NemID videre til en anden person, er det det samme som at give vedkommende nøglen til din hoveddør: Dit NemID giver adgang til alle dine personlige oplysninger og til din bankkonto.

Et godt råd: Hvis du får en mail om, at du skal oplyse dit kontonummer eller dit NemID, så bed personalet om at se på mailen, inden du gør noget. Risikoen for, at det er fusk, er stor.



Kriminalitet på nettet

Alt, hvad du laver på nettet, bliver gemt. Hvis du f.eks. oversætter en formular med personlige oplysninger til et andet sprog i Google-translate, kan kriminelle søge oplysningerne frem. Hold såvidt muligt dit personnummer, dit kontonummer, dine kortoplysninger, dit NemID og alle dine koder for dig selv. Lav evt. en liste, som kun du kan forstå.



IDENTITETSTYVERI

Dine billeder kan dukke op på nettet i sammenhænge, du ikke bryder dig om. Dine bankoplysninger kan misbruges til at læse din konto eller købe stort ind. Forskellige former for kriminalitet kan begås i dit navn. Det mest stressende ved identitetstyveri er nok, at du aldrig aner, hvad tyvene finder på at misbruge din identitet til. Så hold NemID, CPR-nummer, kontonumre, kreditkortoplysninger og alle dine koder tæt ind til kroppen.

AFPRESNING

Dybt private optagelser eller oplysninger om dig eller dine nærmeste kan bruges til afpresning. Hvis nogen truer dig eller andre, bør du gå til politiet. Det kan være fristende bare at sende pengene og få fred, men hvis afpresserne opdager, de kan presse dig, gør de det igen. En computervirus kan tage dine filer og billeder som gidsler, så du må betale løsesum for at få dem tilbage. Så pas på, hvad du klikker på, tro ikke for godt om fremmede og læg aldrig noget ud, du ikke kan tåle at se på forsiden af avisen i morgen.



SVINDEL

Godhjertede mennesker kan blive udnyttet af lokkeduer eller løgnehistorier på datingsider, i phishing-beskeder og på sociale medier. Vær altid på vagt, hvis nogen opfordrer dig til at låne penge ud, overføre penge, hente gevinster, du ikke vidste, du havde vundet, gøre en fordelagtig investering, sende oplysninger eller deltage i spil. Du kan hurtigt blive snydt. Vær også opmærksom på, at pengeoverførsler i nogle tilfælde kan trækkes tilbage igen. Hvis du f.eks. ved en fejl modtager et beløb via Western Union, skal du vente med at returnere pengene og kontakte banken. Få sikkerhed for, at du ikke kommer til at betale beløbet tilbage to gange, for overførslen kan annulleres, og svindleren kan ikke spores.

HACKERE

Hvis nogen bryder ind på din private konto, siger man, at du er blevet hacket. Det kan være din mailkonto, din facebookkonto, din virtuelle identitet, din computer/mobiltelefon eller din netbank, der bliver overtaget af cyberkriminelle. De kan bruge din konto til at sprede virus og bryde ind i andre systemer. De kan overtage din computer og bruge den i større organiserede angreb på virksomheder eller organisationer, uden du opdager det. De kan også hugge dine kontokortoplysninger fra butikker, hvor du har handlet. Lad være med at svare på henvendelser fra personer, du ikke ved, hvem er. Lad være med at ringe tilbage på opkald fra udenlandske numre. Og hold øje med din konto. Meld det straks til banken, hvis der sker noget på kontoen, du ikke forstår.



Rundspørge på ULF-kontoret:

Dine erfaringer med svindel og sikkerhed på nettet



Ida Lærke Dideriksen, sekretær i ULF Ungdom:
TILLYKKE, DU ER MILLIONÆR!

Jeg har prøvet at få tilsendt spammails om, at jeg har vundet flere millioner i et eller andet spil, jeg ikke kender noget til. I mailen står der, at jeg skal give nogle oplysninger for at få udbetalt de her flere millioner kroner. Men jeg svarer ikke.

Jeg har også fået mail om, at min onkel i Amerika er gået bort. Nu arver jeg en masse millioner, står der. Advokaten vil bare lige bede om en masse private oplysninger. Sådan noget svarer jeg heller ikke på.



Line Pedersen, sekretær:
VIDEO SMITTEDE TELEFON MED VIRUS

En veninde havde sendt en video på messenger. En video, jeg skulle se, stod der. Men beskeden var slet ikke fra veninden, viste det sig senere. Da jeg klikkede på videoen, skete der en hel masse ting på min telefon, og til sidst stod der, at jeg havde fået virus. Nu ved jeg ikke, om jeg har virus på min telefon. Men det var det, der stod.



Anette Olesen, rengøringsassistent:
MÆRKELEGE MAILS MED TELEFONNUMRE

Jeg har oplevet at få mærkelige mails med billeder og mærkelige telefonnumre fra folk, jeg ikke kender i USA og andre lande. Lange telefonnumre, som de nok vil have mig til at ringe op. Men jeg har ikke åbnet noget. Eller ringet til nogen af dem.



Hanne Nielsen, kredsansvarlig:
FOLK, JEG IKKE KENDER, MÅ LÆGGE BESKED

Hvis der er et ukendt telefonnummer, der ringer, tager jeg den ikke. Hvis fremmede vil have fat i mig, må de lægge en besked. Så kan jeg ringe, hvis jeg synes, det er nødvendigt. Hvis SKAT ringede, ville jeg tænke, det var mærkeligt. De plejer at henvende sig via e-Boks. Og de har ikke brug for mit kontonummer eller andre oplysninger om mig.

Sikker kode SÅDAN

De fleste adgangskoder, folk selv laver, er alt for nemme at gætte. Her får du et par tips, der giver de kriminelle på nettet hovedpine:

HUSK din kode som et billede, en sang eller en sætning. F.eks. "ÅretsFørstels" eller "MenDu-erErRullesten72". Udenlandske hackere forstår ikke, hvad det betyder, men du kan bedre huske en kode, hvis der hører en smag, udseende, duft eller lyd til. Noget, du selv har oplevet. Skriv aldrig det rigtige password ned. Kun hints, som kun du forstår.

LAV dine helt egne koder i koden med specialtegn. Skriv f.eks. o med to paranteser (). Erstat s med spørgsmålstegn. Lav evt. en oversættelse på papir, som du gemmer derhjemme:

3=E
@=at
()=o eller O
?=s

BRUG forskellige koder og genbrug dem aldrig. En sikker kode er ny, uforudsigelig og lang: mindst ti store og små bogstaver, tal, symboler og tegn.

HUSK også: Hvis du har glemt en kode, kan du altid generere en ny. Hvis din kode derimod er hacket, kan dine konti være overtaget for altid. Så lav hellere en lidt for svær kode end en lidt for let. ISÆR til din mail, dit NemID og dine SoMe-konti (sociale medier som Facebook og Instagram).

KILDE: RÅDET FOR DIGITAL SIKKERHED

Lisbeth Jensen var ULF's første formand

I år har ULF 25-års jubilæum. Æresformand Lisbeth Jensen husker, hvordan det hele begyndte med, at de udviklingshæmmede ville høres.

INTERVIEW: CLAUS FREDERIKSEN • FOTO: ULF MEDIE

Det er i år 25 år siden, de udviklingshæmmede sagde fra og stiftede deres egen forening, Udviklingshæmmedes LandsForbund. Lønningerne på de beskyttede værksteder var for lave. I det hele taget følte de udviklingshæmmede ikke, de blev taget alvorligt. Som ULF's allerførste formand, Lisbeth Jensen, har sagt til fagbladet Socialpædagogen:

”ULF blev også dannet lidt i protest mod, at forældreforeningen LEV og pædagogerne blev ved med at tale om os og til os, som om vi var børn, selv om vi var voksne.”

Hun husker tydeligt den stiftende generalforsamling i Udviklingshæmmedes Landsforbund, ULF, der blev oprettet i 1993 og siden har kæmpet for udviklingshæmmedes rettigheder og selvbestemmelse i eget liv.

AMTSBORGMESTER BØD VELKOMMEN

”Vi snakkede om vedtægter, og hvad foreningen skulle hedde. Vi fik også en masse gaver, fordi vi stiftede ULF.”

”Vi fik kontor på Vardevej i Vejle og blev budt velkommen af amtsborgmester Otto Herskind. Han

FAKTA OM LISBETH JENSEN

Kom på børnehjem som syvårig sammen med sine fire mindre søskende. Forældrene kunne ikke længere tage sig af børnene.

Gik i specialskole, men kom derefter på en efterskole for normale, hvor hun blev drillet en del, men også lærte at give igen og sige fra.

Var med til at stifte ULF i 1993 og var formand for foreningen i 20 år.

Har arbejdet på beskyttet værksted i 11 år og herefter mange år i skånejob på en specialskole.



KILDE: SOCIALPÆDAGOGEN

syntes, det var en god idé, at vi organiserede os og sagde fra,” husker Lisbeth Jensen.

Hun viser billeder fra ULF’s historie, som hun har i en lille rød kuffert.

”Det her er fra en kulturkonference på Bornholm. Vi skulle snakke om at flytte hjemmefra, og vi fik tre unge mennesker fra Bornholm til at flytte hjemmefra i tre dage. Så kunne de fortælle om, hvordan det var.”

”Og her er et billede fra Lithauen, hvor vi var nede sammen med Odense Kommune og snakke om rettigheder. De er jo meget fattige og langt bagefter i forhold til, hvad vi er i Danmark. Udviklingshæmmede har ikke så mange rettigheder ude i verden. Vi har også været til møder om rettigheder i EU.”

INDHEGNET SOM DYR

At se, hvordan udviklingshæmmede bliver behandlet i andre lande, har gjort dybt indtryk på Lisbeth Jensen. Især husker hun meget tydeligt en oplevelse fra den første tur til Kos med ULF. Øens udviklingshæmmede

var her anbragt på deres egen lille ø, hvor de levede under umenneskelige forhold.

”Det var et chokerende syn. Folk sad og græd, rokkede bare frem og tilbage og var indhegnet,” har hun fortalt til Socialpædagogen.

For fem år siden blev de mange rejser rundt i landet for meget for Lisbeth Jensen, og hun gik af som formand. I dag er hun æresformand.

Jubilæumsåret bliver fejret på et senere tidspunkt.



FAKTA OM ULF

ULF drives af udviklingshæmmede på bestyrelses- og ledelsesposter. På kontoret er udviklingshæmmede ansat til at varetage den daglige drift af ULF. Desuden er der ansat konsulenter til at hjælpe med praktiske, tekniske og økonomiske ting.

ULF er organiseret i 23 lokalkredse med ca. 3500 enkeltmedlemmer og 244 værksteder og foreninger. Mange af vores aktiviteter laver vi i tæt sammen med ULF Ungdom, der er en selvstændig ungdomsorganisation med ca. 350 medlemmer.

ULF er vagthund for, at Danmark overholder FN’s Handicapkonvention.



KILDE: ULF.DK

Vejledere søges

TEKST: JOAN RIIS

Ti personer fra hele landet skal udvælges til uddannelsesforløb.



ULF har fået penge af Helsefonden til et projekt om diabetes (sukkersyge).

Vi skal have udviklet temamapper til personale og borgere. Hvad er diabetes/sukkersyge, hvordan kan jeg undgå det, og hvad betyder det for mig, hvis jeg har fået det?

Til dette arbejde vil vi finde borgervejledere.

BRUG FOR FORSKELLIGE PROFILER

Vi skal uddanne 10 borgervejledere i emnet diabetes/sukkersyge. Borgervejlederne skal komme fra hele landet. Som borgervejleder bliver du undervist i diabetes (sukkersyge), du lærer at undervise andre, og vi hjælper med at udarbejde dit personlige undervisningsmateriale.

Måske har du selv diabetes. Måske synes du bare, at det er et spændende og vigtigt emne. Vi vil gerne lave en blandet gruppe, hvor nogle har diabetes og andre ikke har diabetes.

Du skal have lyst til at fortælle og du skal have tid til arbejdet som borgervejleder.

IKKE PLADS TIL ALLE

Uddannelsen foregår over to

weekender. Derefter vil der være foredrag, kurser og sparringsgruppemøder, som du skal deltage i.

Hvis du gerne vil være borgervejleder i diabetes/sukkersyge, kan du ringe til ULFkontoret på telefon 75 72 46 88 eller sende en mail til ulf@ulf.dk

Du vil så efterfølgende blive indkaldt til en samtale enten personligt eller over telefonen. Vi kan nok ikke tilbyde alle interesserede en uddannelse, men der bliver brug for borgervejledere med forskellig baggrund over hele landet. Du får et svar fra os, uanset om du er blevet udvalgt eller ej.

Arbejdet er frivilligt og ulønnet.



ULF har fået penge af Helsefonden til et projekt om diabetes

KÆRESTESIDERNE



Pænt hej til alle jer piger

Jeg er en fyr på 38 år, 180 cm høj, bosat i Assens. Tager på campingferie et par gange om året sammen med mine forældre og en gang om året for mig selv.

Jeg søger en ny veninde. Hende, der kan sparke benene væk under mig, er en dansk kvinde mellem 25 og 48 år. Hun er maks. 175 cm høj, ikke for overvægtig og bosat på Fyn. Er ikke til for meget overvægt.

Er du interesseret i at lære mig bedre at kende, kan du finde mig på facebook og smide en pb eller sende mig en e-mail på kimholm1979@live.dk eller en besked på mobil 20 68 81 10. Jeg skal nok svare.

Hilsen fra Kim Holm

Kæreste søges

Jeg er en mand på 53 år. Jeg søger en kæreste på 40-55 år. Jeg kan godt lide at rejse, gå i byen, shoppe, gå til festivaler og nyde naturen.

Kærlig hilsen Per Rasmusen
Hansegevej 7H, 4850 Stubbekøbing

Hej piger

Jeg er en sød fyr på 43 år fra Ullerslev på Fyn, som søger en rigtig sød pige på 40-45 år, som helst skal komme fra Fyn, som jeg selv gør.

Hun behøver ikke at være fodboldinteresseret, som jeg selv er. Husk billede i første brev!

Michael Frederiksen
Lervadparken 31, 5540 Ullerslev

Samsø kalder

Jeg er en mand på 49 år. Jeg søger en kæreste på 45-50 år, som er lettere udviklingshæmmet. Jeg bor på Samsø. Jeg kan godt lide at gå ture, lave mad og massage.

Kærlig hilsen Allan Nielsen
E-mail: an7329@gmail.com
Kildemosen 5A, 8305 Samsø
Mobil 21 17 83 84

Er du sød og rar?

Jeg er en mand på 65 år, jeg søger en sød og rar kæreste. Du skal helst bo i Nordjylland, da jeg selv bor i min egen lejlighed i Aalborg. Mine fritidsinteresser er musik, og jeg vil gerne til koncerter med Kandis og Bjørn & Okay. Jeg vil også gerne se gamle danske film. Flere gange om ugen besøger jeg værestedet Perlen, hvor jeg deltager i forskellige aktiviteter. Jeg håber at høre fra dig.

Kærlig hilsen Kurt Hansen
Tlf. 30 52 37 52

KÆRESTESIDERNE

Hej drenge

Jeg søger en kæreste på 50-55 år, som bor på Sjælland. Du skal være ikke-ryger, glad for dyr, du må ikke drikke alkohol, og du skal kunne klare dig selv.

Jeg er rigtig glad for kæledyr. Jeg bor i København.

Hilsen Jaqueline

Tlf. 21 36 77 33 eller 21 34 25 55

Kære kvinde som er lettere udviklingshæmmet

Jeg er en mand på 74 år. Jeg søger et godt venskab med en 50-70-årig kærlig og meget oprigtig kvinde, som er lettere udviklingshæmmet.

Jeg bor i Sønderjylland.

Kærlig hilsen Svend-Aage Nielsen

Midtkobbøl 36, Kollund, 6340 Kruså

Tlf. 21 51 46 96

Aktiv kvinde søges

Hej, jeg er en mand på 42 år, der bor i et bofællesskab i Odense. Til daglig arbejder jeg i Mediehuset Skovgården i Odense, hvor jeg er med til at udgive en avis, som udkommer fire gange om året.

I min fritid kan jeg godt lide at rejse og opleve natur/kultur. Jeg kan lide at tage ud og spise god mad (jeg er ikke kræsen) og gå i biografen. Det er de ting, jeg vil gøre med min kæreste.

Så jeg søger en kvinde i alderen 35-45 år at komme fast sammen med og lave aktiviteter med. Du skal helst bo på Fyn og være selvhjulpent og selvstændig. Håber du findes derude. Hvis dette har din interesse, kan du skrive en mail til mig. Håber at høre fra dig.

Kærlig hilsen Jacob Hemberg
jacobhemberg@gmail.com

Mand søger dame

Ensom dame i 50'erne søges af alene-mand på 66 år til musik, en god film, fodbold, håndbold og hestesport. Du må gerne bo i Randers-området. Jeg glæder mig til at høre fra dig. Du må gerne sende et billede af dig selv med.

Venlig hilsen Martin Bach

Neptunvej 4, lejl. 205, 8960 Randers SØ

Sød veninde søges

Jeg hedder Morten og er 43 år. Jeg søger en sød pige/dame.

Jeg bor i Ølby i Køge Kommune på et bosted med egen lejlighed. Til daglig arbejder jeg på et beskyttet værksted.

Mine interesser er at se film og sport, spille spil og udflugter. Glæder mig til at høre fra dig.

Kærlig hilsen Morten Vigh-Pedersen

Lyngtoften 38, 4600 Køge

Tlf. 23 80 14 40

Hej med dig

Jeg søger en sød pige, der kunne tænke sig en stille og rolig fyr på 30 år. Du skal helst bo i nærheden af Give.

Kærlig hilsen Carsten Rathleff

Godthåbsplads 1, 7323 Thyregod

Dame søges i Sydjylland

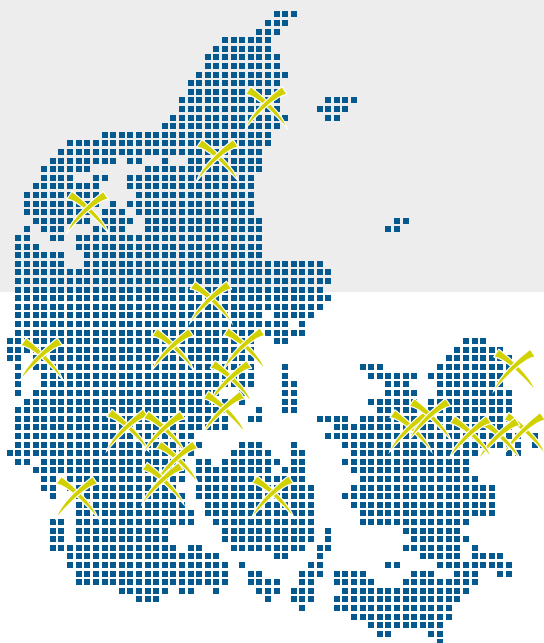
Jeg er en mand på 51 år. Jeg kan godt lide popmusik, film, at tage ud og spise, og jeg kan godt lide dyr.

Jeg søger en dame på 45-50 år, som bor i nærheden af Rødding, Vojens, Vejen og Jels.

Kærlig hilsen Kenneth Overby

Mosevej 1, Jels, 6630 Rødding

Tlf. 25 60 90 26



Nyt fra ULF's kredse

Alle er velkomne til kredsens generalforsamlinger, men kun medlemmer har stemmeret. Man kan godt melde sig ind samme dag.

ULF Frederikshavn

Generalforsamling på Gimle

Kredsen inviterer til generalforsamling onsdag 30. maj 2018 fra kl. 19.00 til 21.00 på Gimle, Baldersvej 11, 9900 Frederikshavn.

ULF Aalborg

Generalforsamling på Perlen

Kredsen inviterer alle til generalforsamling torsdag 31. maj 2018 fra kl. 18.30 til 20.30 på Perlen, Kastetvej 26, 9000 Ålborg.

ULF Billund

Stiftende generalforsamling med foredrag

ULF inviterer alle interesserede til foredrag og stiftende generalforsamling torsdag 7. juni. 2018 fra kl. 18.30 til 20.00 på Cafe Himmelblå, Sydtoften 8, 7200 Grindsted. Aftenen indledes med et foredrag om ULF.

ULF Århus

Ud og bowle for sjov

Århus kreds har arrangeret en sjov og hyggelig bowling-tur sammen med Favrskov kredsen lørdag 12. maj

2018 i Århus. Alle mødes på Århus Hovedbanegård klokken 15.30 og følges til bowlingcenteret. Vi skal bowle fra kokken.16.00 til 17.00 og derefter spise godt fra den amerikanske buffet. Mad, bowling og sko koster 255 kr. per person. Pengene indbetales senest 1. maj på kredsens konto: reg. nr.: 7244, kontonr.: 1254397.

Tilmelding til Per Lorentzen på 26 11 68 34 eller e-mail: per.lorentzen@stofanet.dk.

Husk penge til drikkevarer.

ULF Favrskov

Fælles hygge med mad og bowling

Favrskov kreds inviterer alle interesserede på en sjov og hyggelig bowlingtur sammen med Århus kredsen lørdag 12. maj 2018 i Århus. Vi mødes på Hadsten station klokken 14.45 og tager toget sammen. Vi skal bowle fra klokken 16.00 til 17.00 og bagefter spise dejlig mad fra den amerikanske buffet. 255 kroner for buffet, bowling og sko indbetales senest 1. maj på kredsens konto: reg.nr.: 7244, kontonr. 1535506.

Tilmelding til Thorbjørn Nielsen på 61 10 65 79. Husk penge til drikkevarer.

SKAL DER SKE NOGET

i din kreds efter 1. juni, så send en lille tekst om hvor og hvornår til karin.svennevig@gmail.com inden 23. april.

Hvis du har ét eller flere gode billeder fra en ULF-aktivitet i 2018, må du også meget gerne sende det ind.

Med ULF Ferie på La Palma:

Skønhed, solskin og sort sand

FOTOS: BENTE HOLMBACH



En uge i sommervejrl med masser af spændende oplevelser. Det var, hvad en snes ULF'ere fik på turen til den ikke så kendte canariske ø La Palma 18.-25. januar i år.

La Palma er en vulkanø, så sandet på de fine sandstrande er næsten sort eller i hvert fald meget mørkt af lava. Og ULF'erne boede med havudsigt fra det store poolområde lige ved en af de bedste strande

Los Cancajos, der fører helt ud til øens dramatiske klippeformationer.

Udflugterne gik blandt andet til hovedbyen Santa Cruz, der vrirler med fine, pastelfarvede huse fra 1500-tallet. Der var også mulighed for at komme på hvalsafari og se delfinerne boltre sig.

Rejsen var arrangeret i samarbejde med Bravo Tours.

