

TIL KONCERT
med Go Go Bananas

FOTO: CLAUDS FREDERIKSEN

Kritiske forbrugere
i supermarkedet

TEMA: Inklusion af
udviklingshæmmede



FORMANDEN HAR ORDET
Hvor må vi bo
for ghettopakken?

FORSIDEBILLEDE:

Næstformand i ULF Ungdom Jette Tastesen til inklusionskonference i Aarhus. Du kan læse mere om inklusion og konferencen i temaet side 19-25.

FORMANDEN HAR ORDET:

Af Lars Gjermandsen, formand for ULF



FOTO: RIKKE HASS CHRISTENSEN

Hvor må vi bo for ghettopakken?

FORMAND FOR ULF:

Lars Gjermandsen

FORMAND FOR ULF UNGDOM:

Rikke Sørensen

ANSVARSHAVENDE ULF/ULF UNGDOM:

Lars Gjermandsen

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. 9.00-12.30

TELEFONEN HAR ALTID LUKKET:

Mellem kl. 12.00-12.30

FORMANDEN TRÆFFES PÅ KONTORET:

Tirsdag kl. 9.00-15.00.

Det må være en joke, troede jeg først. Hvis en pensionist skal flytte ind til byen, bliver det nu rigtig svært at finde en almennyttig bolig på grund af regeringens ghettoplan.

Som udviklingshæmmet førtidspensionist, der er i stand til at klare sig selv i egen bolig, er man ikke længere velkommen.

For hvis der bor mange mennesker på overførselsindkomst i et område, skal lejlighederne åbenbart rives ned.

Pensionister betyder nedrivning

Mange af de almennyttige boliger i byerne ligger nu i områder, der enten bliver betegnet som ghettoer eller risikerer at blive det, hvis personer på overførselsindkomst flytter dertil.

Men hvor må vi så være? Har vi ikke længere samme ret til at vælge en lejebolig som normalt fungerende mennesker? Jeg frygter, at det har vi ikke længere.

Jeg mener, at det, vi kalder almennyttige boligselskaber, bør være for alle os, der aldrig vil kunne købe vores egen bolig, fordi vi skal være helt eller delvist på overførselsindkomst resten af livet.

Hvis vi og mange andre bliver tvunget ud og finde lejlighed hos private udlejere, hvor meget stiger huslejen så?

Jeg havde håbet, ghettoplanen var en joke. Men det var den så ikke.

Støt borgerforslaget

Indtil juni måned kan du støtte et borgerforslag om at ophæve ghettoplanen.

Klik ind på borgerforslag.dk Find det forslag fra 13. december, der hedder "Ophæv ghettoen".

Du skal bruge NemID for at støtte forslaget. Hvis det får 50.000 støtter skal politikerne overveje planen igen.

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

Stof til næste nummer sendes til redaktionen:
karin.svennevig@gmail.com

SENEST TORSDAG 21. FEBRUAR
Læserne har bladet mellem 1. og 5. april.

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



Lange
sandstrande,
tapas og
et utal af
oplevelser

Sommerferie på Mallorca - Spanien

Kom med og oplev den flotte spanske ø Mallorca i sommerperioden. Vi skal bo i Palma Nova, på Hotel Globales Mimosa. Hotellet ligger tæt på stranden og har egen pool samt restaurant, bar og udendørs snackbar til de lækkersultne eller kaffetørstige. Hotellet byder på aktiviteter og underholdning, samt Wifi, aircondition og TV.

På øen er der mange oplevelser for alle, uanset om du er til pool, strand og afslapning, eller om du er til kulturoplevelser, udflugter, shopping og restaurantbesøg. Der er mulighed for at hoppe på en bus, som holder tæt ved hotellet, og tage ud og udforske øens kultur og attraktioner.

Rejsetidspunkt og priser

1 uge

Afrejse: 27. juli 2019
Hjemkomst: 3. august 2019

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

10.775

Tillæg for eneværelse kr. 2.000

Prisen inkluderer

- Fly Kastrup/Billund – Mallorca t/r
- Transport mellem lufthavn og hotel t/r
- Ophold på Hotel Globales Mimosa med All Inclusive
- Turistskat til hotellet
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Danske rejseledere fra Bravo Tours

Tilmelding og betaling

Depositum på 2.700 kr. betales ved tilmelding.

Restbeløbet ved dobbeltværelse: 8.075 kr.
betales senest den 15. marts 2019.

Restbeløb ved eneværelse: 10.075 kr.
bedes indbetalt den 15. marts 2019.

Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst: navn/Sommer

Bemærk:

Rejsens pris er gældende ved bestilling inden den 15. marts, hvorefter prisen stiger. Begrænsede antal eneværelser til denne pris.

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



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

Fynske ULF'ere på jernbanemuseum i Odense

Færger, rutebiler og tog til tiden fortæller sjove historier om danske trafikforbindelser.

TEKST OG FOTOS KIRSTEN BASTHOLM



Søndag den 18. november 2018 besøgte 13 aktive ULF'ere Danmarks Jernbanemuseum i Odense og brugte to en halv time på at gennemgå og se den flotte udstilling med tog-, færge- og busstrafik.

Deltagerne skulle have mad med hjemmefra eller købe frokost på banegården. Odense-kredsen havde taget sodavand med til en tier stykket.

Der var rigtig meget at se på lige fra gamle veterantog, nye moderne IC4-tog og de kongelige tog, som kongefamilien brugte, når de skulle fra København til Århus.

Derudover så vi de legendariske tog, der blev brugt i nogle af Olsen Banden-filmene.

Der var også gamle indenrigsfærger og rutebiler, der kørte i 1940, 1950, 1960 og 1970'erne. Fra nutiden kunne man se en lille del af Odense Letbane.

ULF Odense Kreds er nu i gang med at arrangere en forårsfest. Det bliver en fredag i foråret. Mere om den i et senere nummer af ULFnyt.



Økologi og discount i supermarkeder

Asger Drewsen og Claus Frederiksen undrede sig over priser og kvalitet på økologiske varer og discountvarerne i supermarkederne. Derfor besluttede de sig for at undersøge, hvad der ryger over disken i løbet af en dag.

TEKST OG FOTOS: ASGER DREWSEN & CLAUS FREDERIKSEN

“Vi har bemærket, at der kan være forskel på prisen på den samme vare,” forklarer Claus Frederiksen.

“Faktisk forhandler Fakta og Kvickly det samme opvaskemiddel til to forskellige priser. Vores råd er selvfølgelig at købe det billigste af de to i Fakta. Med god samvittighed,” siger han.

“Hvis man vælger en økologisk leverpostej i Aldi, er den også billigere end den økologiske postej i Føtex,”

siger Asger Drewsen. Han gør dog opmærksom på, at vægten på de to leverpostej kan være forskellig og opfordrer til at gå efter kiloprisen.

I Føtex og Bilka fandt de Dansk Supermarkeds egne mærker: **Budget**, som er discountmærket, **Levevis** som mest bruges på kædernes økologiske tilbud og **Princip**, som er et kvalitetsmærke. I køledisken fandt de **Naturmælk**, som er økologiske mejeriprodukter.

Også COOP-butikkerne Fakta, Kvickly, Superbrugsen og Dagligbrugsen har “private labels” som dis-





countmærket **X-tra**, økologimærkerne **Änglamark** og **360 Økologi** og **Smag Forskellen**, som er et kvalitetsmærke.

I køledisken kan man finde økologiske mejerivarer fra Thise Mejeri. På samme måde har Aldi **Økolivet** og discountmærket **VORES**.

Impulskøb koster

“Supermarkederne vil gerne have os til at købe alt, hvad vi skal bruge på én gang i samme butik. De er meget dygtige til at stille varen op, så de frister mest muligt,” siger Claus Frederiksen.

“Men det betaler sig faktisk at tjekke tilbudsaviserne for de bedste tilbud og kun købe det, der står på huskesedlen,” siger Asger Drewsen.

“Hvis du vil være helt sikker på at spare penge, så bestem dig for kun at købe det, du skal bruge.”





TEKST OG FOTOS: CLAUDS FREDEKISEN

Dansevenlig julekoncert på Nordkraft i Aalborg

I Aalborg er der skabt en tradition for koncerter med bands, hvor alle eller flere medlemmer er handicappede.

Mandag 10. december kridtede nordjyderne danseskene til den årlige julekoncert, hvor blandt andre det mere end ti år gamle orkester Go Go Bananas spillede et sikkert sæt på cirka en time fra kl. 19 til 20. Det specielle ved bandet er, at det er udviklings-

hæmmede, der spiller instrumenterne. Der blev spillet numre af blandt andre Thomas Helmig, John Mogensen og Kim Larsen. Go Go Bananas tog alle fremmødte med storm.



Til møde med lydhør minister

Ministeriet ved godt, den er gal med ressourceforløbene.
Og Troels Lund Poulsen vil besøge ULF-kontoret i Vejle.

TEKST OG FOTO: THOMAS HOLBERG



Formanden for ULF, Lars Gjermandsen, og formanden for ULF Ungdom, Rikke Sørensen, var 14. december 2018 til møde med beskæftigelsesminister Troels Lund Poulsen (Venstre).

På mødet fortalte de to ULF'ere om de problemer, som nogle mennesker med udviklingshæmning har, med at få et job og finde en plads på arbejdsmarkedet.

Flere problemer vendt

Der blev også talt om de mange dårlige og langvarige ressourceforløb, som ikke fører til job.

Ligeså blev behovet for uddannelse efter STU (Særligt Tilrettelagt Ungdomsuddannelse) og behovet for

at kunne vise sine kompetencer til arbejdsgivere vendt og drøftet på mødet.

Ministerbesøg i udsigt

Ministeren lyttede interesseret og sagde, at ministeriet faktisk allerede er klar over, at der er problemer med ressourceforløb.

Han forsikrede, at regeringen vil gøre en indsats for, at flere unge efter STU får en plads på arbejdsmarkedet.

Troels Lund Poulsen sagde også, at han rigtig gerne vil besøge ULF i Vejle og Rikke Sørensens arbejdsplads i Odense.

“Mine egne penge” afsluttet med konference

Bedre styr på budgetterne og masser af gode erfaringer med økonomisk omtanke.

21 kommuner har været med, og der er foreløbig uddannet 11 udviklingshæmmede borgervejledere, som tager ud og fortæller om deres egne gode erfaringer med at spare op og lægge budget.

Afslutningskonferencen for projektet “Mine egne Penge” rundede et succesfuldt initiativ af. 200 udviklingshæmmede har haft glæde af projektet, og der er uddannet 80 økonomivejledere blandt personalet på bostederne.

Det er da heller ikke fuldstændig slut. Undervisningsmaterialet og vejlederne skal fortsat hjælpe udviklingshæmmede med at bruge penge med omtanke.

Klapsalver til borgervejledere

“Vi vil stadig gerne have flere borgervejledere,” sagde projektleder Jane Jensen på konferencen, da publikum var færdig med at klappe begejstret af de tre, der deltog den dag.

Louise Andersen fortalte om, hvordan hun havde lært at prioritere sin økonomi. Da hun droppede at gå til ridning, fik hun pludselig råd til en masse andet, hun ønskede sig.

Rasmus Thomsen lavede en bilopsparing, købte en Kia og havde så pludselig penge tilovers til uforudsete udgifter. Det kan vise sig at være en stor fordel, når man har købt en bil. Ikke mindst, når man som Rasmus har købt en brugt bil.

Og Sally Tegllund sparede op til en ny telefon i 23 måneder. Hun ville ikke købe et slagtilbud på afbetaling, for det koster altid ekstra at bruge penge, man ikke har endnu.



IKKE SLUT ENDNU

PROJEKTET “MINE EGNE PENGE” HAR VÆRET I GANG I FIRE ÅR, OG 2. NOVEMBER 2018 BLEV DET AFSLUTTET MED EN KONFERENCE I VEJLE. MEN DU KAN STADIG NÅ AT FÅ GLÆDE AF PROJEKTET.

PÅ HJEMMESIDEN ULF.DK KAN DU SE VIDEOKLIP FRA KONFERENCEN OG DOWNLOADE EVALUERINGSRAPPORTEN.

ER DU INTERESSERET I KURSET “MINE EGNE PENGE”, KAN DU SENDE EN MAIL TIL KURSER@ULF.DK.

HVIS DU HAR LYST TIL AT BLIVE BORGERVEJLEDER, KAN DU KONTAKTE BETTINA NIELSEN PÅ KONTORET I VEJLE: 7572 4688.

Kandis + ægte julehygge = sød musik til fødderne

Der blev danset til klokken halv et, da ULF fyldte to langborde op til Kandiskoncert på Låsby Kro.

TEKST: ASGER DREWSEN • FOTO: KANDIS

Bedre end på sommerens festivaler. Og hyggeligere. Lidt mere luksus over hele linjen. Sådan lyder tilbagemeldingerne på ULF Feries julehyggetur til Kandiskoncert på Låsby Kro i Østjylland.

“Vi var et par stykker, der fulgtes med toget fra Vejle, og så stødte der en syv-otte stykker til i Aarhus. Så turen var også rigtig hyggelig,” fortæller Asger Drewsen.

“Da vi kom til Låsby Kro, blev vi indkvarteret på vores værelser, og så fik vi kaffe og kage,” husker han.

Kage og tre retter

Klokken seks ventede en trereters menu. Fiskefilet, tunmousse og tarteletter med høns i asparges til forret. And, flæskesteg og medister med brune og hvide kartofler, sovs og rødkål til hovedret og risalamande til dessert.

Så alle var tanket godt op med brændstof til aftenens koncert.

“Det var en virkelig god koncert. De spillede to gange halvanden time. Guitaristen skulle bare lige slå et par toner an, så var hele bandet med og gav den fuld gas,” siger Asger Drewsen.

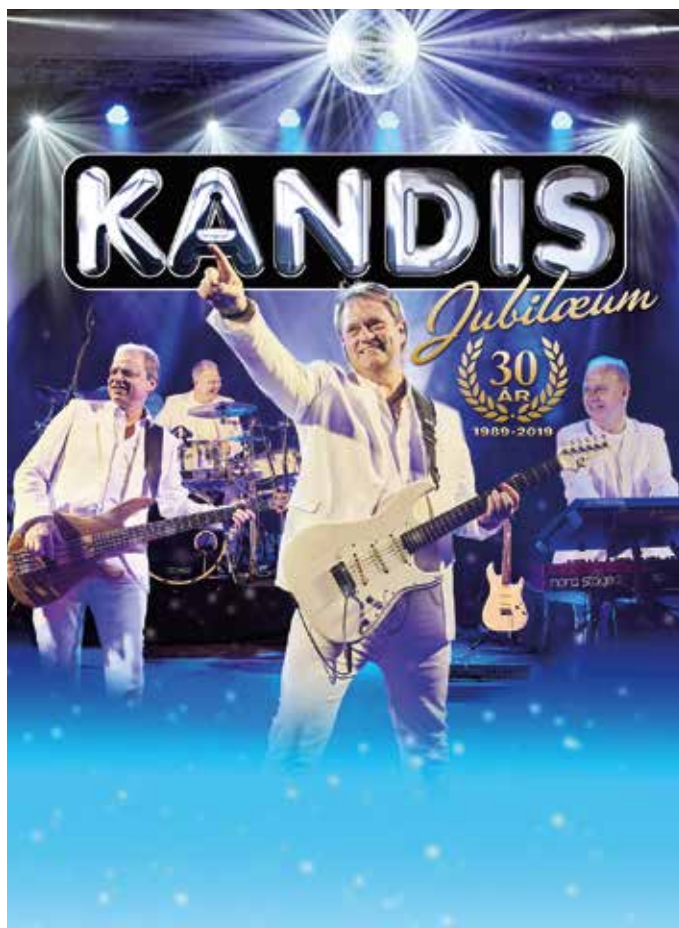
“Der var så mange på dansegulvet, at man måtte helt ud i hjørnerne for at være der, og stemningen var bare i top indtil klokken halv et, hvor koncerten sluttede.”

Det bliver kun bedre

Selv Jesper Niemann Pedersen, der har set Kandis et hav af gange, var positivt overrasket.

“De fyrede den godt nok af. Kandis var virkelig gode. De var klart det bedste, men maden var sørme også god,” siger han.

Kandis holder 30-års jubilæum hele 2019, så når de spiller i år, er forventningerne skruet ekstra meget i vejret.



Orkestret Kandis har udgivet 35 CD'er og solgt 1,5 millioner eksemplarer. Orkestret fylder 30 år i år og består af Johnny Hansen på guitar og sang, Jens Erik Jensen på keyboard og sang, Jørgen Hein Jørgensen på bas og sang og Frenk Thøgersen på trommer.

“Jeg synes, det var rigtig godt i 2018, så i 2019 må det jo blive helt forrygende,” siger Tina Madsen, der også var med på Låsby Kro.

Hun oplevede, at det var både trygt og hyggeligt at være afsted med ULF.

“Krostuen var bare så hyggelig, og man kan jo nemt finde nogen at følges med på sådan en tur. Man skal bare ringe til ULF-kontoret og få dem til at hjælpe,” siger hun.

I 2019 skal der siges meget mere om INKLUSION

Hvor meget og hvor lidt skal og kan udviklingshæmmede fungere sammen med normalt begavede?

Det har på det seneste været temaet for såvel en større konference som for ULF's efterårskursus på Hotel Ansgar. Der bliver i disse år taget mange spændende initiativer til at få de befolkningsgrupper, der for få årtier siden var

skarpt adskilt, til at finde sammen og få glæde af hinanden. Alene på konferencen i Aarhus "Inklusion i virkeligheden" blev der på de 33 stande præsenteret lige så mange spændende projekter og initiativer.

Inklusionsprojekter som er værd at kigge nærmere på:

- Best Buddies (bestbuddies.dk) formidler venskaber mellem mennesker med og uden udviklingshæmning. Vennerne bliver matchet på baggrund af alder, køn og interesser. Du kan tilmelde dig på hjemmesiden.
- Cafe Cool i Klostercafeen, Aarhus er et mødested for unge, hvor de udviklingshæmmede er toneangivende og sørger for den helt særlige Cool-stemning.
- Djurslands Folkehøjskole er en almindelig folkehøjskole for alle, der tager mange udviklingshæmmede elever ind sammen med andre elever m.fl.
- FC Bøgeskov Unified Fodbold er en fodboldklub for udviklingshæmmede og mennesker uden handicap. Man kan bare møde op og spille mandag fra 19 til 20 på FC Bøgeskovs baner i Viby J. Læs mere på fcbogeskov.dk.
- Hverdagsaktivisterne i København, Team U-Frivillig i Odense og ULF Frivillighed er bare et par eksempler på projekter, der formidler frivilligt arbejde til udviklingshæmmede.
- KLAPjob hjælper udviklingshæmmede med at finde arbejde – og arbejdspladserne med at finde udviklingshæmmede til forskellige opgaver. Arbejdsgiverne er nemlig glade for de udviklingshæmmede skånejobbere og fleksjobbere, der som regel falder rigtig godt i hak med kollegerne.
- Vaskeriet, en øvebane for udviklingshæmmede, er et ret enestående beskæftigelsesprojekt på fællesvaskeriet Søvangen i Gellerup, Aarhus. Vaskeriet er gået hen og blevet et populært mødested for beboerne og en udviklende arbejdsplads for de udviklingshæmmede. Alle vinder.

Udviklingshæmmede vil gerne på aftenskole

Der findes også aftenskolekurser for mennesker med særlige behov.

30 ULF'ere deltog i efterårets weekendkursus på Hotel Ansgar i Odense, hvor emnet var aftenskoler. Maden var dejlig, samværet var som altid helt utroligt hyggeligt, oplæggene var spændende og Joan sørgede for, at vi lige fik lavet lidt morgengymnastik sammen.

Sidste år kom det faktisk bag på alle i ULF, at der findes aftenskolehold for mennesker med særlige behov. Den daværende formand for ULF Ungdom, Jette Tastesen, fik det at vide til møde med Dansk Oplysnings Forbund, DOF. Og vi blev ret hurtigt enige om, at det skulle så mange ULF'ere som muligt vide mere om.

Klogere på den hyggelige måde

På aftenskole kan man udvikle sig, blive dygtigere

til noget, få nye venner og blive inkluderet i nye fællesskaber.

Som udviklingshæmmede kan vi endda frit vælge, om vi foretrækker specielle hold eller almindelige aftenskolehold. Og hvad vi har lyst til at lære mere om. Det fortalte konsulent Niels-Anton Svendsen fra DOF på dette års ULF-weekendkursus.

En fantastisk weekend

Bagefter snakkede vi om at følge et almindeligt aftenskolehold sammen med mennesker, der ikke har nogen udfordringer. De fleste synes, det kunne være sjovt, men mange er lidt usikre på hvordan.

Lørdag aften var der fest med musikquiz, og som en overraskelse stillede Jesper og Leif op og spillede live-musik. En fantastisk weekend. Jeg glæder mig allerede til næste år.





Masser af muligheder for inklusion

27. november stod i fællesskabernes tegn.

450 besøgende – heriblandt ULF – deltog i konferencen “Inklusion i virkeligheden” 27. november i Aarhus. Det var en rigtig god dag med mange spændende oplæg.

Rikke Sørensen, som er formand for ULF Ungdom, var konferencier. Hun fik masser af ros for sin indsats og støtte fra sin kollega Nick.

Rikke fik sat ord på mange af de ting, der rører sig i ULF. På side 23 kan du læse et sammenskriv af, hvad hun sagde fra scenen.

33 stande

I pauserne var der mulighed for at besøge 33 stande, som hver præsenterede et inkluderende projekt eller initiativ for udviklingshæmmede.

ULF havde tre velbesøgte stande, hvor vi fortalte om ULF's arbejde i almindelighed, ULF Ferie og ULF Senior i særdeleshed.

LEV lavede en lille video med os og Lars Gjermandsen om uddannelsesmuligheder og mangel på samme for udviklingshæmmede.

FOTOS: CLAUDS FREDERIKSEN OG POUL NYHOLM





FOTOS: POUL NYHOLM

Sammenskriv af hvad Rikke Sørensens sagde fra scenen

Velkommen til konferencen om inklusion i virkeligheden. I dag går vi sammen om at byde forskellighed velkommen og skabe flere inkluderende fællesskaber.

Til denne konference er vi flere hundrede samlet; vi kommer fra mange forskellige steder, og vores perspektiver kan være forskellige. Men når vi er samlet her, er vi fælles om ét: Vi ønsker at udforske, hvordan vi kan skabe endnu større mulighed for, at mennesker med udviklingshæmning kan deltage som aktive medborgere.

Lad dine tanker blive udfordret ved oplæggene. Gå på opdagelse i standene. Skriv ned, og sæt kryds ved det fællesskab, du vil være en del af. Få idéer til nye fællesskaber, og byd dem velkommen, når du træder ud ad døren i dag.

Livet, lykken og glæden er ikke det værste man har – og nu er vi klar!

INKLUSIONSKONFERENCEN ER STØTTET AF: Den A.P. Møllerske Støttefond, Aarhus Kommune - Sociale forhold og Beskæftigelse, Landsforeningen LEV, LEV Aarhus, KLAPjob og FO-Aarhus, som med deres støtte har været med til at realisere konferencen "Inklusion i virkeligheden".





2019 skudt, brændt og festet godt i gang på Papirfabrikken

Handicapchefen kom forbi med gode nyheder, og en containerbrand kunne ikke ødelægge den gode stemning, da Vejle-kredsen skød nytåret ind.

TEKST OG FOTOS: ASGER DREWSEN

Vi mødtes kl. 17.30 og så Dronningens Nytårstale kl. 18.00. Derefter kunne vi gå til bords.

Menuen bestod af lakseroulade som forret, mørbrad, flødekartofler og grøn salat til hovedret. Og til dessert fik vi is.

Overraskelser

Midt i festen bankede Vejle Kommunes handicapchef, Peter Anders Larsen, pludselig på døren og overrakte en donation til ULF Vejle-kredsen!

Vi hyggede os bare og havde det sjovt resten af aftenen. Klokkerne 24 skålede vi i champagne. Der fyrede vi også krudtet af. Det hele sluttede ved firetiden tirsdag den 1. januar 2019.

Godt nytår til alle

Klokkerne 1.34 gik der desværre ild i en container og jeg blev nødt til at ringe 112. Syv minutter efter kom brandvæsenet, og vi var alle sammen oppe i det røde felt. Brandvæsenet slukkede branden. Og bagefter fortsatte festen selvfølgelig.





FEST OG FARVER I KØBENHAVN



Cirkusrevyen - Danmark

Tag med på bustur til København og gensyn med Cirkusrevyen. Cirkusrevyen er Danmarks største revy med sjov og grin fra start til slut.

DAG 1

Vi ankommer til København omkring middag, hvor der vil være mulighed for at spise frokost, inden vi midt på eftermiddagen kører mod hotellet. Efter en times tid sætter vi kursen mod bakken, her vil der være tid til at nyde resten af eftermiddagen. Det kan anbefales, at besøge "Matador-byen" Korsbæk, hvor man kan være heldig at møde Misse Møge eller en af de andre kendte figurer. Efter et par timers hygge på Bakken, står den på revymiddag inkl. 2 glas vin, efterfulgt af selve revyen. Efter forestillingen går turen tilbage til hotellet.

DAG 2

Efter et godt morgenmåltid tager vi på tur i København, på gå-ben og med bus. Vi har lokalguide med, og skal se mange af Københavns kendte seværdigheder. F.eks. Den Lille Havfrue, Amalienborg, Christianshavn osv. Midt på eftermiddagen sætter vi igen kursen mod hjemad.

REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: den 3. august 2019

Hjemkomst: den 4. august 2019

Pris pr. person i delt dobbeltværelse kr.

3.250,-

INKLUDERET I PRISEN

- Busrejse til København t/r
- Morgenmad i bussen
- Aftens- og morgenmad på Bakken og på Glostrup Park hotel
- Hotelophold i delt dobbeltværelse
- Billetter til Cirkusrevyen
- Byrundtur med lokalguide
- Deltagelse af ULF Feries frivillige

MULIGE TILKØB

- Tillæg for eneværelse: kr. 200,-

BETALING

Depositum på kr. 1.000,- betales ved tilmelding (send tilmeldingsblanket eller tilmeld på www.ulf-ferie.dk) Restbeløbet betales senest den 2. maj 2019

Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst: navn/Cirkusrevyen

OBS

Bussen samler op i Jylland og på Fyn, se steder på ULF Feries hjemmeside www.ulf-ferie.dk. Transport til/fra opsamlingssted står den enkelte gæst selv for.



ULF Ferie er formidler for Riis Rejser. Riis Rejser er teknisk udbyder. Riis Rejser CVR. nr: 26212057, medlem af rejsegarantifonden nr. 1466

KÆRESTESIDERNE



FIND FLERE KONTAKTANNONCER
PÅ KNUUS.DK

SØD PIGE SØGES

Jeg hedder Morten og er 43 år. Jeg bor på et bosted i Køge.

Mine interesser er at se en god film, hygge hjemme, spise god mad og nyde socialt samvær med andre. Håber at høre fra en sød pige som dig.

Hilsen Morten Pedersen

Lyngtoften 38, 4600 Køge, mobil 23 80 14 40

SØD VENINDE SØGES

Jeg er en pige på 33 år, der søger en veninde på 33-40 år. Jeg bor i Voerladegård ved Skanderborg.

I min fritid kan jeg godt lide at tage ud at spise, høre musik eller bare være sammen.

Du skal helst komme fra Skanderborg eller Vejle.

Kærlig hilsen Henriette Skov

mobil 20 21 69 16

RYGNING NO PROBLEM

Jeg søger kammerater fra hele landet, og I må gerne være rygere. Jeg er Kandisfan og tørfiskfan.

Jeg slår græs på dagholdet. Jeg laver fuglekasser, som jeg sælger.

Min e-mail: nielsendennis9990@outlook.dk

Min telefontid 17.00-21.30 alle ugens dage.

Send en mail eller sms på 60 73 51 41.

Hilsen Dennis Nielsen

Pitsvej 2, 1. sal, 9310 Vodskov

MANDLIG KÆRESTE SØGES

Jeg er en mand på 43 år, der bor i Vejle og søger en mandlig kæreste eller ven fra Trekantområdet.

Jeg vil gerne gå i biografen sammen, mødes til en kop kaffe, høre god musik eller tage på en lille udflugt. Jeg kan godt lide at kigge på tøj og drikke en kop kaffe på en cafe.

Jeg kan kontaktes på e-mail: allanandersenfrank@gmail.com



KVINDELIGT BEKENDTSKAB SØGES

Jeg er en mand på 67 år, der savner en glad, frisk kvinde at dele tiden med. Ved hjælp af kørestol og el-scooter kommer jeg selv rundt.

Mine interesser er blandt andet musik, film og hjemlig hygge, men jeg vil også gerne ud at spise.

Kærlig hilsen Martin Bech

Neptunvej 4, lejl. 205, 8960 Randers S

KÆRESTESIDERNE



FIND FLERE KONTAKTANNONCER
PÅ KNUUS.DK

HEJ ALLE KVINDER

Jeg hedder Kåre. Jeg er en fyr på 40 år. Jeg søger en ærlig pige på 40-46 år.

Venlig hilsen Kåre Friis
Lundstrædet 15, 1. tv.
Telefon 21 53 43 63 eller 59 44 44 02

MAND SØGES

Jeg er en kvinde på 52 år, der søger en sød kæreste. Du skal være omkring min alder. Jeg bor i min egen lejlighed i Frederikssund. Du må meget gerne bo tæt på Frederikssund. Du skal være ikke-ryger, da jeg selv ikke ryger. Hvis jeg har fanget din interesse, må du godt skrive eller ringe til mig.

Kærlig hilsen Helle
mobil 26 44 70 31

MÅSKE ER DU KVINDEN

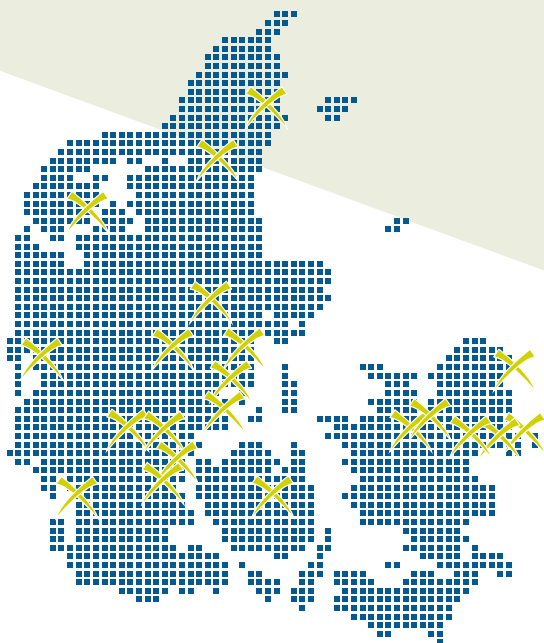
Jeg hedder Johnny og er 46 år. Jeg bor på et bosted tæt ved Børkop. Jeg søger en kæreste, en kvinde. I ugens løb er jeg i beskæftigelse, og i weekenden hygger jeg med film og musik. Jeg kan også godt lide at tage i biografen, ud at spise eller bare på en tur. I min lejlighed har jeg dyr, og jeg kan godt lide at hygge herhjemme. Mangler du også en kæreste, og kunne du være interesseret i at mødes, så ring eller skriv en sms.

Venlig hilsen Johnny
mobil 50 56 08 12

Hvis du vil have en kontaktannonce med i bladet, skal du sende den til ULF's kontor:

ULF, Dæmningen 58, 7100 Vejle





Nyt fra ULF's kredse

TEKST OG FOTOS: JØRGEN NIELSEN

AALBORG KREDS

Julefrokost med det hele i Aalborg

ULF Aalborg Kreds havde en god aften på Flammen 17. november 2018. Deltagerne kunne frit vælge fra en stor buffet med 15 slags kød, 10 forskellige slags varmt tilbehør og 50 forskellige varianter af koldt tilbehør i salatbaren.

Der blev spist, hyggesnakket og julet hele aftenen. Bestyrelsen i ULF Aalborg Kreds benytter lejligheden til at sige tak for opbakningen.

Billederne er fra Flammen i Aalborg



ODENSE KREDS

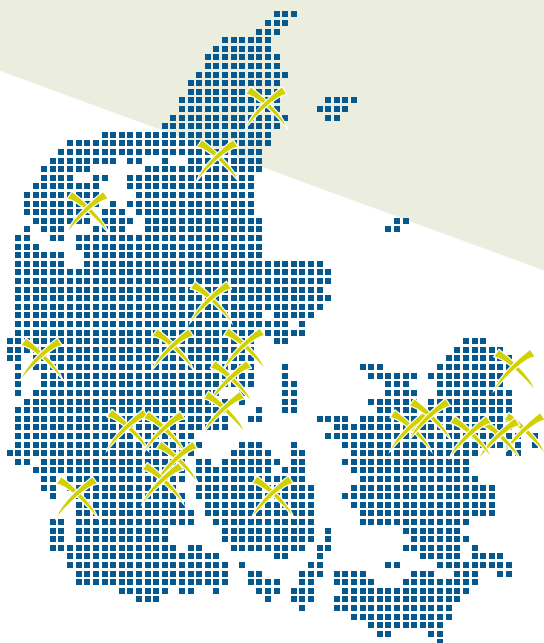
Førstehjælpskursus i Rytterkasernen

Alle medlemmer er inviterede, men kun de otte hurtigste kan få plads på holdet, når kredsen holder kursus i førstehjælp lørdag 23. februar klokken 10-16 på adressen Rytterkasernen 19 i Odense.

Tilmeldingsfrist er 15. februar på telefonnummer 22 59 64 32 eller 29 24 92 02 eller mail: bastholm23@gmail.com eller emil44pedersen@gmail.com.

På kurset lærer du blandt andet at lægge en tilskadekommen person rigtigt og genoplivning med hjertemassage og kunstigt åndedræt.

Kurset er gratis. Deltagerne får desuden frokost og kaffe, men man skal betale for drikkevarer.



Nyt fra ULF's kredse

VEJLE KREDS

Fuldt blus på julehyggen i Vejle Kreds

Vejle kreds holdt julefrokost 17. november 2018 i Papirfabrikken, Vejle.

Bestyrelsen havde selv lavet mad og bestemt, hvad de 17 deltagere hver især skulle komme med.

Så der kunne for små penge disket op med hele den traditionelle julefrokost med sild, leverpostej med videre.

Alle medbragte en pakke til omkring 25 kroner, så der var også pakkeleg, som alle lod til at hygge sig over.

TEKST: BESTYRELSEN I VEJLE KREDS. FOTOS: ASGER DREWSEN



Malerfirma fik Odense Handicappris 2018

Godt 30 deltog ved prisuddelingen i Seniorhuset

TEKST OG FOTO: KIRSTEN BASTHOLM



Mandag 3. december fra klokken 15 til 16 blev Odense Handicappris 2018 uddelt i Seniorhuset i Toldbodgade i Odense.

Den første som bød velkommen var Borgmester Peter Rahbek Juel, og derefter kom CSV-Brangstrup på scenen og gav musikalsk oplevelse med to fine sange.

Så læste beskæftigelses-/socialrådmand Brian Dybro op, hvem der var nomineret for at have gjort en mærkbar forskel på sin arbejdsplads, der har ansat en person, som er handicappet.

Og de tre nominerede er....

Dalum Landbrugsskole som har ansat en person med kognitivt handicap i deres Kantine og Køkken

Transportvirksomheden Alex Andersen Ølund A/S som har ansat en person med ADHD til at hjælpe i firmaet.

Og Malerfirmaet Knold & Thinesen har ansat en person, som er døv.

Derefter optrådte CSV-Brangstrup igen.

Fejret med sidste års vindere

Endelig blev det afsløret, hvem der får årets Handicappris.

Det blev Malerfirmaet Knold & Thinesen, som løb af med den smukke kunstfigur, kreeret af Jens Galschiøt og nogle fine blomsterbuketter både til dette års vindere og til vinderne 2017: Team U-Frivillig.

Sonja og Poul Erik fra Team U-Frivillig fortalte, hvilke opgaver de havde kastet sig over i Odense C siden de modtog prisen.

Mellem 30 og 35 personer var til stede ved prisoverrækkelsen. Der blev disket op med gulerodsstave, frikadeller og hjemmelavet dressing, som blev skyllet ned med øl og sodavand.