



UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND

# ULFnyt

25. ÅRGANG • NUMMER 4 • AUGUST 2021

UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUNDS MEDLEMSBLAD



FOTO: ASGER DREWSEN

ULFs traditionsrige forårskursus blev i år udskudt til juni på grund af corona. Men deltagerne havde ikke desto mindre et par rigtig gode dage, hvor de blandt andet lærte at snyde svindlerne på nettet og nød en masse hyggeligt samvær. Forrest i billedet ses John Madsen fra Københavnskredsen på vej fra hotellet til kursuslokalerne.

[Læs også side 13](#)

**Derfor skal du stemme**  
Læs om kommunalvalget  
i november  
side 15

**Reportage fra det store fællesskab**  
Spinderihallerne i Vejle er åbne for  
alle og fulde af gode idéer  
side 20-23

**Skal du med i redaktionen**  
Nu kan du blive en del af  
det team, der laver ULFnyt  
side 40

#### 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:

PE Offset A/S

Tømrervej 9, 6800 Varde

#### ÅBNINGSTIDER

#### PÅ ULF'S KONTOR:

**Mandag fra kl. 9.00-15.00**

**Tirsdag fra kl. 9.00-15.00**

**Onsdag fra kl. 9.00-15.00**

**Torsdag fra kl. 9.00-17.00**

**Fredag fra kl. 9.00-12.00**

#### FORMANDEN TRÆFFES

#### PÅ KONTORET:

**Onsdag kl. 9.00-15.00**

**Tlf. 75 72 46 88**

#### RÅDGIVNING OG STØTTE:

**ULF-LINJEN: 75 72 46 88**

**Alle ugens dage 10-14**

**samt mandag til torsdag 18-21**

**Rådgivning**

**for medlemmer: 30 48 46 88**

**Mandage kl. 15-17**

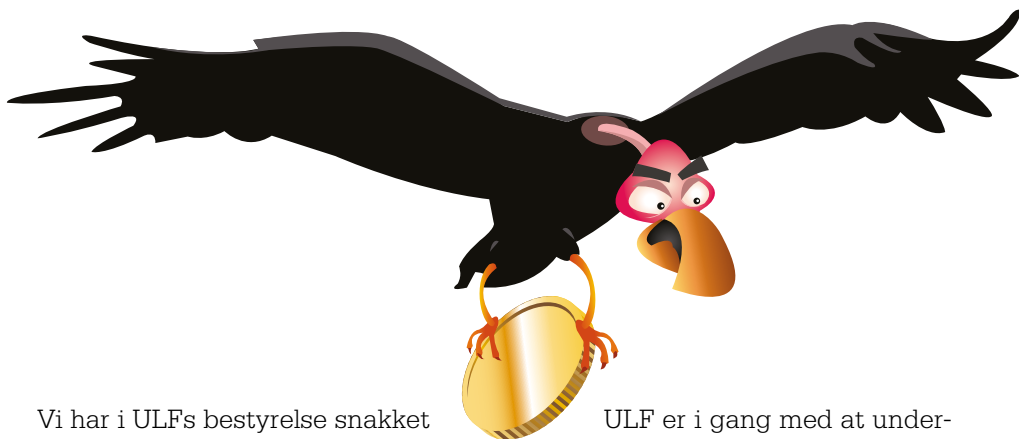
## FORMANDEN HAR ORDET:

*Af Lars Gjermandsen, formand for ULF*



FOTO: RIKKE HASS CHRISTENSEN

## Flyv hjem igen gebyrgrib!



Vi har i ULF's bestyrelse snakket om problemerne med bankerne. For vi kan ikke forstå, hvorfor bankerne er begyndt at tage gebyrer for, at folk kan have en konto hos dem. Når det er et krav, at alle borgere skal have en NemKonto, bør det også være gratis.

Som man kan læse i en artikel på ULF's Facebook-side, oplever mange af de ca. 70.000 borgere med udviklingshandicap, der er i Danmark, at deres bank tager et gebyr på for eksempel 50 kr. om måneden for at have en lovpligtig NemKonto.

Rigtig mange mennesker med udviklingshandicap er på førtidspension og har ingen opsparing. Bankerne skulle finde et andet sted at tage pengene fra end fra dem, som har allermindst! Det kan ikke være rigtigt, at det skal være sådan!

ULF er i gang med at undersøge mulighederne for at få lavet om på de regler, som vi altså ikke synes, er rimelige.

Vi mener klart, at vores medlemmer bør slippe for de gebyrer.

**” Når det er et krav, at alle borgere skal have en NemKonto, bør det også være gratis. ”**

Når man er på førtidspension og ikke har særlig mange penge, er 600 kr. om året altså en ret høj pris.

De penge er der hårdt brug for andre steder i vores private budget eller på opsparingen hos de af os, der har sådan én.

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

### ULFnyt er skrevet AF ULFere TIL ULFere

Tekst og billeder sendes

**SENEST 7. SEPTEMBER**

til karin.svennevig@gmail.com

Læserne har bladet mellem  
18. og 22. oktober.

## 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



Hygge og  
julestemning i  
Nordtyskland



## Juletur til Lübeck og Hamborg - 2 dage

Tag med på juletur til Nordtyskland, og oplev de traditionelle julemarkeder med julelys, brændte mandler og varm kakao. Turen går til Lübeck og Hamborg, der er kendt for deres smukke julemarkeder.

I Lübeck er det oplagt at slå et smut forbi det smukke julepyntede rådhus, eller besøge den store Niederegger marcipanbutik, hvor selv den mest sulte marcipangris kan finde en variant de ikke har prøvet før. Overalt i byen er der små træhuse og boder med alverdens julegodter.

I Hamborg kører vi på en lille byrundtur, hvor vi f.eks. ser det imponerende havneområde, og andre afkroge af byen. Også i Hamborg skal vi på julemarked, og opleve den kendte tyske julestemning. Når turen går hjemad, kører vi forbi Fleggaard og handler ind, inden vi rammer Danmark.

Turen er med ophold på et lille ældre, men hyggeligt hotel. Hotellets restaurant "schnitzel-haus" byder på aftensmad, der naturligvis består blandt andet af suppe, schnitzel og dessert.

### REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: den 4. december 2021

Hjemkomst: den 5. december 2021

Pris pr. person i delt dobbeltværelse kr. **1.925,-**

### INKLUDERET I PRISEN

- Busrejse til Lübeck og Hamborg t/r
- Morgenmad i bussen (dag 1)
- Frokostsandwich (dag 1)
- Hotelophold på Tanneneck Hotel
- Aftensmad på hotellet
- Morgenbuffet på hotellet (dag 2)
- Deltagelse af ULF Feries frivillige

### MULIGE TILKØB

Tillæg for eneværelse: kr. 125

### BETALING

Tilmelding hurtigst muligt  
(indsend skema)

Det fulde beløb betales ved tilmelding

Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

**Tekst: navn/Hamborg**

### OBS

Bussen samler op i hele Danmark, se steder på ULF Feries hjemmeside [www.ulf-ferie.dk](http://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



## Et brag af en fest

Vi, i ULF, synes, at vi efterhånden har en del at fejre – nu kan vi ENDELIG begynde at mødes igen, ULF er blevet tildelt Social- og indenrigsministeriets Handicappris og så er vi kommet på finansloven.

Det vil vi gerne fejre med alle jer medlemmer og frivillige i foreningen, og inviterer derfor til fest og hygge på Vingsted hotel og konferencecenter.

### Tid og sted:

Lørdag den 18. september 2021 kl. 12.30 – søndag den 19. september 2021 kl. 10.00, Vingsted hotel og konferencecenter; Vingsted Skovvej 2, 7182 Bredsten.

### Program:

Vi mødes lørdag kl. 12.30, hvor der er mulighed for at tjekke ind, inden vi får en sandwich. Derefter vil vi lave nogle forskellige spil og lege og hygge os med hinanden. Kl. 18.00 spiser vi en lækker buffet, inden der spilles op med musik og dans. Om søndagen er der naturligvis en god morgenmad, inden vi senest kl. 10.00 tjekker ud og vender næsen hjemad. Det er frivilligt om man ønsker at overnatte, og det er også muligt kun at deltage i festen.

For dem, der har lyst, vil der blive arrangeret fælles transport mellem Vejle station og Vingsted centeret tur/retur, dette gælder dog kun dem, der deltager i

hele arrangementet. Du skal selv sørge for transporten hjemme fra dig selv og til enten Vejle Station eller Vingsted centeret.

### Priser:

Fest og hygge (uden overnatning)	Gratis
Overnatning i 9-personers værelse	Gratis
Overnatning i 4-personers værelse	110 kr. pr. person
Overnatning i delt dobbeltværelse	285 kr. pr. person
Overnatning i enkeltværelse	585 kr. pr. person

### Tilmelding:

Tilmeld dig ved at udfylde vedlagte tilmeldingsblanket og sende til ULF eller ved at ringe til ULF på telefon: 7572 4688 eller pr. mail: [tina@ulf.dk](mailto:tina@ulf.dk)

I tilfælde af at tilmeldingsfristen er overskredet, så kontakt os gerne, måske vi kan skaffe en ekstra plads.



# Skøn sommer- udflugt til Thurø

*Tekst og foto: Svend Erik Pedersen*

8. juni var Grønnemosegården i Svendborg på tur til Thurø. 12 ULFere deltog og havde en herlig dag.

Blandt andet mødte de en tam krageunge, som spiste af hånden.

De var også på besøg hos en biavler, der viste, hvordan man laver honning. Bierne bor i bistader og samler honningen ind på vokstavler, som biavleren tager ud og slynger. Bagefter fik deltagerne nogle rigtig gode honningmadder. Vejret var fantastisk. Sol og sommer. En dejlig dag.







## Martin stortrives med sit **KLAPjob**

Tekst og foto: Claus Frederiksen

Martin Foldager er 31 år, fra Fredericia og KLAPjobber. Han er ansat i REMA 1000 i Fredericia. ULF Medie besøgte ham på job en solrig dag i juni.

"Jeg er født og opvokset i Fredericia. Lige nu bor jeg på Spurvevej i et villakvarter, og da jeg var helt lille, boede jeg på Treldevej et godt stykke nord for Fredericia sammen med mine forældre. Jeg bor i min egen lejlighed. En tre-værelses på 78 kvm.

Martin Foldager har gået på Hældagerskolen i Vejle og senere på Kildebjerget Kostskole i Stouby. Han var ansat på Pro-Aktiv i 12 år (beskyttet beskæftigelse i Fredericia, red.) og drømte om at komme videre derfra.

"Jeg ville ikke være der altid," forklarer Martin.

### **Silvan blev for meget**

"Så kom jeg i job med KLAPjob. Jeg startede med forskellige praktikker. Endelig kom jeg i praktik i REMA, hvor jeg blev ansat efter en måned. Her i REMA har vi et godt samarbejde og hjælper hinanden," siger Martin Foldager, der er glad for sit arbejde, som han har haft i syv år.

KLAPjob er Levs beskæftigelsesindsats for alle med udviklingshandicap eller kognitive udfordringer. Du kan komme i job med løntilskud eller i fleksjob. Hvert år kommer over 600 i job via KLAPjob. Du kan finde meget mere info om KLAPjob på deres hjemmeside på [klapjob.dk](http://klapjob.dk)

Idéen til at søge via KLAPjob fik han på et fotoshoot. "Jeg var ude at stå model for KLAPjob i Sunset (restaurant, red.) i Fredericia. Efterfølgende tænkte jeg, at det kunne jeg godt se mig selv i. Så kom jeg i praktik i Silvan. Men dér havde jeg svært ved at nå omkring mine opgaver."

Han møder klokken ni om morgenen og begynder dagen med at lægge brød på plads. Derefter hjælper han til med frostvarer, og så skal der ryddes op på lageret. Efterhånden kender Martin arbejdsgangene rigtig godt.

### **God kollega med godt humør**

"Jeg rydder op og hjælper til i butikken. Da jeg blev ansat for syv år siden, havde jeg kun brødet. Nu er jeg i hele butikken," siger han.

En af Martins kollegaer Berit Fisker siger:

"Jeg har kendt Martin i ca. 20 år. Vi har arbejdet sammen i Pro-Aktiv, der er et beskyttet værksted. Vi har også boet sammen på Damvejen. Og så arbejder vi jo sammen i REMA nu."

"Det bedste ved Martin er hans gode humør. Hvis han er i dårligt humør, er det nemt at få hans humør op igen," forklarer hun.

Martins chef, købmanden i REMA 1000, Phillip Hovad, er både glad for Martin som medarbejder og for de tre andre KLAPjobbere, der er ansat i hans REMA.

Når vi har ledige stillinger, der egner sig, prøver vi at få dem besat gennem KLAPjob. For vi har været utroligt glade for dem, vi har haft. Og de er glade for at være her," siger han.



# Forårskurset blev kun lidt forsinket af corona

*Foto: Asger Drewsen • Tekst: Claus Frederiksen*

Det årlige forårskursus blev i 2021 afviklet i forsommeren, nemlig fra fredag 18. juni til søndag 20. juni. Oprindeligt var kurset programsat i maj, men måtte udsættes på grund af corona-situationen.

Sikkerhed på nettet var årets emner, og vi kom blandt andet ind på:

- Hvordan man beskytter sig mod hackere og svindlere.
- Hvad man bør og ikke bør dele med andre på nettet.
- Hvad man gør, hvis man er i tvivl.
- Videosamtaler og online-aktiviteter.
- ULFs værdier

## Sjovt at vi nu kan snyde svindlerne

*Mogens Hansen (kasserer i Horsens-kreds):* Det bedste ved kurset var, at vi fik lært at kende forskel på de "rigtige" og de "falske" mails, så vi ikke så let går i svindlernes fælder. Det var sjovt at lære at kende forskel på mails. Hotellet ligger tæt på banegården i Odense, og vi hyggede os både med aftensmad og morgenmad.

## Noget at hente for alle

*Asger Drewsen (medlem af ULF Feries bestyrelse):* Det var et godt kursus. Der var ikke så meget, jeg ikke vidste i forvejen, men jeg fik også hjælp til min pc. Et af de emner, vi havde oppe, var Teams og vores online-aktiviteter. Ann fortalte om ULFs værdier. Det var et godt oplæg, men jeg har jo været med i ULF i mange år, så jeg kender godt værdierne.

## Skønt at se alle igen

*Jette Tastesen (næstformand i ULF):* Forårskurset handlede blandt andet om, hvordan man passer på sig selv, når man er online. Man kan gøre nogle ting, så man ikke bliver hacket. Eller så det i hvert fald bliver sværere. Det allerbedste ved kurset var, at vi kunne være sammen igen. Og at folk var så glade. Det var skønt at se dem alle sammen igen.



# Vælgerne bestemmer



FOTO: VENSTRES PRESSEAFDELING



FOTO: SOCIALDEMOKRATIETS PRESSEAFDELING

*Tekst: Martin Vilster, projektkoordinator i ULF*

16. november er der kommunalvalg. Det betyder, at omkring tre millioner vælgere den dag tager ud til deres valgsteder og sætter to krydser; et kryds på en kandidat eller et parti til kommunalbestyrelsen (også kaldet byrådet) og et kryds på en kandidat eller et parti til regionsrådet. Man kan kun sætte ét kryds på hver stemmeseddel. Og man kan kun stemme på kandidater i den kommune og region, hvor man bor.

## Minder om ULF-kredse

Det fungerer faktisk ligesom i ULF's kredse. Bestyrelserne er bare større og holder flere møder. Og formanden kaldes "borgmester".

Bestyrelses-medlemmerne er lokal-politikere. De fleste kommer fra de partier, vi kender fra Christiansborg, men nogle kommer fra det, man kalder "lokallister". De stiller kun op i en bestemt kommune.

*Fortsættes side 17*



FOTO: SF'S PRESSEAFDELING

Det er Christiansborg, der bestemmer, hvor mange penge, lokalpolitikere har at lave velfærd for. Det er nemlig først og fremmest velfærd, de bruger deres tid på: Børn og unge, sundhed, handicapområdet, ældrepleje, folkeskoler og lign. Lokalpolitikere har stor magt over borgernes hverdag. Derfor er det vigtigt, hvem der bliver valgt ind.

### Handicapområdet er under pres

Kommunerne havde faktisk bedt politikerne på Christiansborg om flere penge til handicapområdet, der er vokset

voldsomt de seneste år. Men det fik de ikke. Så hvis lokalpolitikere næste år ønsker at bruge flere penge til f.eks. mennesker med udviklingshandicap, så skal pengene tages fra andre områder. For eksempel fra ældreplejen, skolerne eller daginstitutionerne.

Valgets temaer varierer fra kommune til kommune. Dette kommunalvalg kommer nok til at handle en del om klima og miljø, ældre-pleje, antallet af pædagoger i vuggestuer og børnehaver og forholdene på skolerne. Det er de emner, flest vælgere går op i og kender fra deres hverdag.



FOTO: VENSTRES PRESSEAFDELING



FOTO: SF'S PRESSEAFDELING

## Tørre FAKTA om kommunalvalget (som også er regionsrådsvalg)

Danmark er delt op i 5 regioner og 98 kommuner, som ledes af hver sin bestyrelse, som kaldes regionsråd, byråd eller kommunalbestyrelse. Der er valg 16. november.

Kommunalvalget 16. november er det 29. kommunalvalg, der bliver afholdt i Danmark efter 1908, hvor kvinderne fik stemmeret. Kvinderne er stadig i undertal i lokalpolitik. Prognoser viser, at kun 16 af landets 98 borgmestre/overborgmestre vil være kvinder efter valget.

De fleste borgmestre i Danmark er socialdemokrater (47), næstflest er fra Venstre (37). Så kommer Det Konservative Folkeparti med 8 borgmestre, Radikale Venstre med 1, DF med 1, SF med 1, Alternativet med 1, og der er 2 borgmestre fra lokallister.



# ULF-ambassadører skal fortælle om sex i ny café

*Tekst og foto: Kirsten Bastholm*

Assens Kommune åbnede i maj et nyt cafetilbud for borgere med udviklingshandicap og andre udsatte borgere. Pilecaféen ligger på Pilevej i Aarup og holder åbent hver onsdag klokken 18.30-21.00. Serveringen foregår med hjælp fra frivillige, blandt andet frivillige ULFere.

En gang om måneden tager caféen et emne op. Og planen er, at et par ambassadører fra ULF skal komme engang i efterårets løb og lave et oplæg om seksualitet.

På billedet ses to af de feststemte gæster fra ULF, kredsformand i Assens Hans Hansen og Irene Poulsen, ved åbningsreceptionen 26. maj. På det andet billede ses Bente Rasmussen Skydebjerg, der leverede musikken.



# Fællesskaber blomstrer i Vejles Spinderihaller

Lars, Asger og Claus var forbi Spinderihallerne – et kreativt vækstcenter, der har været med til at sætte Vejle på verdenskortet.

I Spinderihallerne kan man deltage i fællesspisning, man kan købe sig en byhave med alt det fællesskab, det fører med sig, man kan også lave 3D print, reparere ting i repair-caféen eller mødes for at lave håndarbejde.



*Tekst: Claus Frederiksen*

*Foto: Asger Drewsen og Claus Frederiksen*



**Yvonne Deleuran Larsen, caféleder i Spinderihallernes café, der har det økologiske sølvmærke (omkring 75 % økologi) fortæller:**

Vi laver meget spændende mad og har folk fra forskellige dele af verden ansat. Så vi laver både dansk mad og mad fra fjerne lande som Libanon. Her kommer rigtig mange forskellige slags mennesker til fællesspisning om tirsdagen. F.eks i aften kommer der 40 for at spise og møde nye mennesker. Det koster 50 kr. pr. voksen og 40 kroner pr. barn. Det, jeg holder mest af ved Spinderihallerne, er, at jeg får lov til at arbejde med grøn og bæredygtig mad. Vegetarisk og vegansk mad. Klimavenlig mad.



**Fie Boesgaard, tovholder for Grønt Forum i Vejle og formand for byhaverne, fortæller:**

Det koster 100 kroner at være medlem, og en plantekasse koster 75. Byhaverne ved Spinderihallerne er en skøn oase, hvor vi dyrker gulerødder og fællesskaber. Man bestemmer selv, hvad man vil dyrke, blomster, urter eller grøntsager, og haveredskaberne kan man låne her i foreningen. Om onsdagen mødes vi til fællesspisning. Her er der plads til alle. Hvis man vil tilmelde sig, griber man bare fat i os via telefon, mail eller Facebook. Vi har også nogle medlemmer, der har lavet insekthoteller.





**Bettina Thoft Jensen, konsulent for fællesskaberne, har rigeligt at lave for tiden. Udover Byhaverne fortæller hun om Repair Café, FabLab, Syslerne og Vin&Vinyl:**

**Repair café** er et åbent værksted, hvor du kan gå hen, hvis du vil have hjælp til at sy en lap på dine bukser, reparere din cykel eller fikse et tastatur, der driller.

**FabLab** er et moderne prototypeværksted, hvor du kan lære at bruge en 3D-printer, laserskærer m.m. Alle kan være med. Uanset om det drejer sig om en plastdims til støvsugeren, et elektronikprojekt eller en T-shirt med tryk, kan det laves her."

**Vin&Vinyl** er et fællesskab, der er opstået under nedlukningen. Spinderihallernes café lægger faktisk hus til Vin & Vinyl, hvor du kan dyrke musikken og nyde et godt glas vin sammen med andre musikinteresserede en gang om måneden.

**Syslerne** er både for unge og gamle. Det er et mødested for folk, der strikker og broderer. Det begyndte online og blev et fysisk mødested i juni.





### **Historisk og rå**

Spinderihallerne er et historisk minde om dengang, der blev spundet bomuld overalt i Vejle. Hver fjerde industriarbejder i byen var beskæftiget med bomuldsspinderi, og man kaldte ligefrem Vejle for "Danmarks Manchester". De gamle spinderihaller i Vestbyen, som ULF her har

besøgt, er fra 1896. Nu er de blevet mødested og kreativt vækstcenter for erhvervslivet, men de gamle fabriksbygninger fremstår stadig rå med afskallet maling og hvidkalket murværk som et minde om dengang, voksne og børn knoklede med bomuldsproduktionen i Danmark.





” Vi er sammen med andre flinke og rare mennesker, og det er rigtig hyggeligt. Der er gode kolleger, og jeg har en fast makker, jeg kører ud med, når vi skal på genbrugspladsen. ”

*Michael Dreier fra Hot Skrot*

## Hot Skrot er godt for mennesker og miljø

I Odsherred har en lille gruppe borgere og medarbejdere fra det lokale bo- og støttecenter skabt en lille perle af et kreativt arbejds-fællesskab.

*Tekst og foto: Maja Hansen fra Hot Skrot*

Hot Skrot ligger på Hovedgaden i nordvest-sjællandske Højby, hvor der er en lille Røde Kors-butik.

Hot Skrot drives af en gruppe af borgere fra Odsherred Bo- og Støttecenter og en pædagog.

Der er som udgangspunkt åbent fire dage om ugen. I højsæsonen er der også åbent om lørdagen.

Hos Hot Skrot/Røde Kors finder man et sammensurium af genbrugs-møbler og nips i den ene side, og Hot Skrot-delen i den anden side af butikken.

”Skrottet” bliver ofte lavet om til brugbare ting, som også er pænt smarte. Videobånd bliver til fuglehuse, og båndsalat bliver til pomponer. Engle og flettede hjerter laves af gamle filmplakater fra Vig Biograf.

### **OK at tage lidt pis på hinanden**

Dåser fra køkkenet på Solvoggen (plejehjemmet i Højby) bliver til lamper, beholdere til blyanter eller køkkenting og sågar makeup-børster.

Sølv-bestik bliver til smukke engle og påskeæg. Rester af stof bliver til huer og pudebetræk, mens glas bliver transformeret til lysestager. Kabeltromler fra NKT fungerer som arbejdsborde.

Hot Skrot er ikke bare en almindelig arbejdsplads.

Stemningen er sjov med alvor. Der er dybe snakke, sjove snakke og alt derimellem. Kærlig mobning borgere og ansatte imellem foregår afslappet, ligefremt og med dyb respekt for hinanden.

### **Gode kolleger**

Det er frivilligt arbejde. Alle gør det helt af egen lyst. Man kan møde op i det dårligste humør og holde sig lidt for sig selv eller arbejde for fuld skrue i fællesskabet.

Hot Skrot er stedet med faste rammer, hvor man også bliver udfordret, stedet hvor der hygges med kaffe og kage, stedet hvor borgere og ansatte snakker på lige fod.



# Rune har fået en tro kopi af sit gode gamle legehuse

*Tekst: Claus Frederiksen*

*Foto: Henrik Svangren og Runes forældre, Mia og Asger Sundstrup*

Rune Sundstrup er 22 år og bor i bofællesskabet Sødisebakke i Mariager lidt nord for Randers. Han voksede op hos sine forældre i Dybbøl i Sønderjylland og er meget glad for naturen og dyr. Han kan godt lide at skære grene og eksperimentere med planter.

Da Rune boede hjemme, havde han et legehuse, som han var meget glad for. I huset var en slagbænk, som han brugte hele tiden. Begge dele ville han have savnet i Sødisebakke, som han flyttede til i foråret, men skæbnen og Runes forældre ville det anderledes.

## Samlet på værksted

Forældrene ringede til det lokale byggemarked i Mariager og fik nummeret på tømrer Henrik Savngren fra tømrerfirmaet "Få det nu gjort ApS".

Og Henrik fik det gjort. Ud fra en råskitse fik han tegnet en tro kopi af Runes hus derhjemme og regnet en pris ud. Runes forældre sagde OK til begge dele, og så gik tømrerne fra "Få det nu gjort" ellers i gang.

Huset blev samlet på værkstedet, når der var tid mellem andre opgaver.

## Op på ladvognen og afsted

Da huset var halvfærdigt, kunne Rune og hans mor inviteres til inspektion af byggeriet.

Da det var færdigt, kom den lokale entreprenør forbi, fik legehuset op på en gummiged og derfra op på firmaets ladvogn, så det kunne komme hjem til Sunes nye adresse på Sødisebakke, hvor det står og skaber glæde i dag.



# Få sundhedskort på mobilen



**Tekst:** Oliver Søndergård  
**Foto:** Digitaliseringsstyrelsen

Under fanen "Om ULF" på ULF's hjemmeside kan du finde videoguides, der viser, hvordan du henter, installerer og bruger det nye digitale sundhedskort.

Du skal dog IKKE smide dit gule sundhedskort ud, selv om du siden 1. juni mange steder har haft mulighed for at bruge den nye sundhedskort-app. Det fysiske kort er godt at have i baghånden, hvis du skal vise det et sted, hvor der ikke lige er en 2D-scanner, der virker.

Husk også, at appen kun er et tilbud; du behøver ikke downloade den. Dit gule sundhedskort virker lige så godt.

Men sundhedskort-appen er smart. Den er brugervenligt designet. For eksempel kan den ringe op til din læge, hvis du indstiller den til det. Den opdaterer også automatisk dine oplysninger, hvis du f.eks. du skifter navn eller adresse.

Vigtigt at vide er desuden, at appen kræver et opdateret styresystem; enten iPhone iOS 13 eller Android 8.0 "Oreo". Og har man børn under 15 år, er der også mulighed for at have deres sundhedskort på forældrenes app.

# KÆRESTESIDERNE



FIND FLERE KONTAKTANNONCE PÅ  
**KNUUS.DK**

## FRISK KVINDE SØGER KÆRESTE

Jeg hedder Esther, er 78 år og bor i Fredericia. Jeg søger en sød og rar mand på 60 år eller derover. Du skal helst bo i Trekantområdet.

Jeg vil gerne tage ud at spise, gå i biografen og nyde en hyggestund foran tv. Jeg kan også godt lide at gå ture og være aktiv hjemme.

Venlig hilsen

**Esther Bækgaard**

Ullerupdalvej 96, lejl. 3, 7000 Fredericia

## SØD OG DYREVENLIG KÆRESTE SØGES

Mit navn er Niels, jeg er 76 år og bor i bofællesskab i Kværndrup.

Jeg søger en sød kæreste, som jeg kan opleve hyggelige ting sammen med. Mine interesser er at se tv, høre musik, spille kort og spille Yatzy i godt selskab. Det gør vi ofte i bofællesskabet.

Desuden elsker jeg at sidde udenfor og nyde solen, gå en lille tur i byen eller være sammen med min søde kat, der hedder Missi. Den følger mig i tykt og tyndt, og den er jeg rigtig glad for.

Jeg håber at høre fra dig, hvis du tror, vi kunne blive kærestes.

Med venlig hilsen

**Niels Juhl Larsen**

Egeparken 2 E, 5772 Kværndrup

## DEJLIG KVINDE SØGES

Jeg hedder Kenneth. Mine interesser er at spille i et band og gå ture. Du skal helst bo på Sjælland.

Venlig hilsen

**Kenneth Johansen**

Tlf. 31 34 51 20

## SØD KÆRESTE SØGES

Jeg hedder Carsten og er 33 år. Jeg bor i Thyregod ved Vejle.

Jeg kan godt lide dyr, musik, lave mad, se film og hjemlig hygge. Jeg søger en sød pige på 33-42 år.

Kærlig hilsen

**Carsten**

Tlf. 23 64 54 52

## KÆRESTE SØGES

Jeg hedder Sten og er 41 år. Jeg bor i Rask Mølle og har en hund, så du skal kunne lide dyr.

Jeg kan godt lide at lave mad og se gamle danske film. Du skal have et godt humør og kunne tåle lidt sjov. Du skal være mellem 30 og 41 år.

Venlig hilsen

**Sten Jørgensen**

Du kan ringe til mig på 42 45 69 59

## VENINDE I ODENSE SØGES

Jeg bor i et støttecenter i Odense, hvor jeg kan få hjælp, når jeg har brug for det.

Jeg hedder Annette, og jeg er 55 år. Jeg er stille og rolig, smilende og glad. Jeg er glad for at se gamle danske film og gå ture i naturen, og så elsker jeg en god middag. Jeg er rigtig glad for at lave mad, og jeg er også god til det. Du skal være en sød, smilende og glad pige og bo i Odense. Jeg glæder mig til at høre fra dig .

Venlig hilsen

**Annette**

Hvis jeg fanger din interesse, kan du skrive et brev til ULF, Dæmningen 58, 7100 Vejle.

Skriv billetmærke 1421 uden på kuverten, så ved ULF, hvem brevet skal sendes videre til.

## SMUK KÆRESTE SØGES

Jeg er en mand på 67 år, der søger en kæreste mellem 49 og 50 år.

Jeg kan godt lide at gå ture, hygge, tage i biografen, spise god mad samt at se håndbold og fodbold.

# KÆRESTESIDERNE



FIND FLERE KONTAKTANNONCE PÅ  
**KNUUS.DK**

Hun må godt være smuk, og hun må gerne bo i Slangerup, Frederikssund, Ølstykke eller i Hillerød, og hun må gerne have bil.

Jeg bor på Slangerupgårdsvej 7 i Slangerup på Sjælland.

Hilsen

**Kaj Bjarne Nielsen**

Tlf. 24 83 71 91

## **KVINDELIG KÆRESTE SØGES I HELE LANDET**

Jeg er en mand på 47 år, der går op i biler og fodbold. Jeg elsker hjemlig hygge og en god kop kaffe. Jeg kan også godt lide at tage ud at spise.

Jeg er en glad og positiv mand, der godt kan lide musik og fester. Jeg glæder mig til at høre fra dig.

Hvis du synes, jeg lyder interessant, så send et brev til ULF, Dæmningen 58, 7100 Vejle. Skriv billetmærke 3813 uden på kuverten. Så sender ULF brevet videre til mig.

## **ANSVARSFULD/TROFAST KÆRESTE SØGES PÅ SJÆLLAND**

Jeg er en frisk og kærlig mand på 68 år. Jeg bor i Gentofte. Mine interesser er dansk musik, gamle danske film og at male.

Vi kan hygge med at drikke kaffe og spise god mad.

Kærlig hilsen

**Per**

Tlf. 28 72 43 10

## **PIGE FRA NORDJYLLAND SØGER KÆRESTE**

Jeg hedder Anethe og er 51 år. Jeg bor i Nordjylland.

Jeg kan godt lide at være social, se danske film og spille bingo og andre spil.

Du skal helst komme fra Nordjylland eller Midtjylland.

Du må gerne være god til at lave mad.

Venlig hilsen

**Anethe**

Tlf. 26 11 09 17

## **SØD OG KÆRLIG KÆRESTE SØGES**

Jeg hedder Svend Aage og er 52 år. Jeg bor i Nysted på Lolland.

Jeg søger en sød og kærlig kæreste, som jeg kan drikke kaffe og se danske film sammen med.

Kærlig hilsen

**Svend Aage**

Rødsandsrevle 2, 4880 Nysted

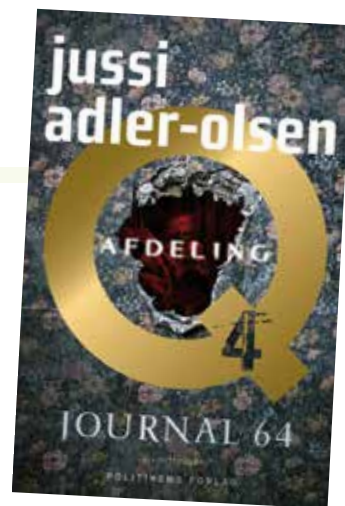
**Send en lille tekst om dig selv, og hvem du gerne vil møde, til:  
ULF, Dæmningen 58, 7100 Vejle**

ULFnyt og knuus.dk er kun for ULFere, og du får hurtigst kontakt, hvis du skriver telefonnummer i din annonce. Du kan også bede om at være anonym, men ULF skal selvfølgelig have dit navn og telefonnummer/adresse at sende svarene videre til. Kontaktannoncer uden kontaktoplysninger bliver kasseret.

# ULFere anbefaler:

## Læs den eller se den

**Bjarne Jensen vil gerne anbefale denne krimi, som blandt andet handler om forrige århundredes umenneskelige forhold for mennesker med udviklingshandicap. En spændende bog/film, man også bliver klogere af.**



Jussi Adler-Olsens krimi "Journal 64" er en klassiker fra 2010. En spændende og meget dramatisk fortælling om en pige, Nete Hermansen, der i 1961 bliver sendt til den Kellerske Anstalt for kvinder på Sprogø, fordi hun har haft en affære med sin fætter.

På Sprogø må Nete og de andre piger gå meget ondt igennem, og det onde får følger mange år frem. I 1987

forsvinder flere mennesker, og det er dem, Afdeling Q er i gang med at efterforske, da tre mumificerede lig dukker op i en lejlighed i København.

Det er jo en krimi, så her skal ikke afsløres så meget mere. Men bogen er absolut værd at læse. Den kan også ses som film på Viaplay med Nikolaj Lie Kaas og Fares Fares i rollerne som makkerparret Carl og Assad.



## Reception for Jane Jensen

I anledning af at en af ULF's ildsjæle, Jane Jensen, har lagt energi og hjerteblod i foreningen i 25 år, vil vi gerne invitere til jubilæumsreception og fejring af hendes store indsats. Receptionen vil desuden være Janes afskedsreception, da hun har valgt at gå på pension ved udgangen af 2021.



**Receptionen foregår fredag den  
10. september kl. 13.00 – 16.00 i  
Torvehallerne i Vejle, Fiskergade 2-8, 7100  
Vejle**

Vi modtager gerne din tilmelding til receptionen til [bettina@ulf.dk](mailto:bettina@ulf.dk) eller pr. telefon 7572 4688



UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND



# Det sker i kredsene

Du finder info om mange flere ULF-aktiviteter på hjemmesiden [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk)  
Klik på fanen "aktiviteter" øverst på siden.

## HORSENS KREDS

### Valgmøde om handicappolitik

Hvad kan og vil politikerne i Horsens gøre for mennesker med udviklingshandicap de kommende fire år? Det kan man smutte ind på ASU, Nørrebrogade 38 i Horsens og blive klogere på tirsdag 28. september klokken 19 til 21.30. ULF's Horsens-kreds har inviteret lokalpolitikere til debataften i samarbejde med LEV Horsens.

Det er gratis at være med, og man behøver ikke tilmelde sig, men har du nogen spørgsmål til debataftenen, er du velkommen til at ringe til Tina Madsen på telefon 25 74 74 92 efter uge 31.

## ODENSE KREDS

### Generalforsamling

7. oktober klokken 16.30 og en time frem holder Odense-kredsen generalforsamling i Rytterkasernen 19, Odense C. Det er gratis at deltage, og alle, der møder frem, kan få indflydelse på, hvad der skal ske i ULF. Fællesspisning? Udflugter? Hvad har du lyst til?

## ODSHERRED KREDS

### Generalforsamling

Onsdag 6. oktober klokken 13-14 inviterer kredsen alle interesserede til generalforsamling på Thorshøj, Venusvej 1, Nykøbing Sjælland.

Kig forbi, hvis du gerne vil være med til at bestemme, hvad der skal ske i ULF. Det er gratis at være med.

## SVENDBORG KREDS

### Generalforsamling

Mandag 27. september klokken 13-15 byder kredsen alle interesserede velkommen til generalforsamling på Grønemoseværkstedet, Grønnemosevej 7 i Svendborg. Det er gratis at deltage, og alle er velkomne til at byde ind med meninger og gode idéer til fremtidens hyggelige aktiviteter i ULF.

## AALBORG KREDS

### Generalforsamling

9. september klokken 19 til 21 har du en enestående chance for at få indflydelse på, hvad der skal ske i din ULF-kreds. Fællesspisning? Udflugter? Hvad har du lyst til og behov for?

9. september er der nemlig generalforsamling i Aalborg-kredsen på Perlen, Kastetvej 26 K i Aalborg, det er gratis, og alle er velkomne.

## EN FRISK TUR FOR FÆLLESSKABET

*Mogens Hansen fra ULF Horsens Kreds fortæller om kano-turen 14. og 15. maj 2021:*

Vi mødtes i Horsens den første dag og gik i gang med at sætte kanoerne i vandet ved Silkeborg Langsø Øst. Så sejlede vi til Kongensbro på Gudenåen og overnattede i shelters.

Der var kun et enkelt hold "sømænd," der kændrede, men de havde selvfølgelig redningsveste på og kunne svømme i land. De skiftede til tørt tøj og kom til hægtterne igen.

På grund af dårligt vejr, blev dag nummer to ikke helt som planlagt, og folk vendte næsen hjemefter.

**Turen var sponsoreret af puljen 1.000 NYE FÆLLESSKABER mod ensomhed.**



## INVITATION:

# Der er også en plads til dig i ULFnyt-redaktionen

Hvis du kan lide at være kreativ sammen med andre, er vi lige nu på udkig efter friske ULFere fra hele landet, der vil byde ind med gode idéer til ULFernes helt eget blad.

De heldige bliver del af det lille men stærke sjak, der skruer artiklerne sammen til ULFnyt. Vi har hele tiden antennerne ude for at finde gode inspirerende historier om at leve med udviklingshandicap.

### Stor frihed

Det er frivilligt arbejde, og der bliver ikke krævet et bestemt antal artikler eller idéer. Du skal bare have tid og lyst til at være med, tage billeder og/eller interviewe.

Det er bedst og sjovest, hvis du kan deltage i de ca. seks årlige mediemøder, hvor vi planlægger næste blad. Møderne foregår i Vejle som regel om eftermiddagen, og de varer typisk to timer. Og det er OK at deltage virtuelt, hvis man foretrækker det.

### Mindst en fra hver kreds

Som minimum bør hver af ULF's kredse have en repræsentant i mediegruppen, så vi er sikre på, bladet når godt rundt i landet.

Har du lyst til at være med eller brug for svar på flere spørgsmål, så send en mail til [claus@ulf.dk](mailto:claus@ulf.dk) eller ring til kontoret på 75 72 46 88 og spørg efter Claus fra ULF Medie.



SNAPSHOT FRA SENESTE MØDE I REDAKTIONSGRUPPEN