



UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND

ULFnyt

25. ÅRGANG • NUMMER 5 • OKTOBER 2022

UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUNDS MEDLEMSBLAD



FOTO: ASGER DREWSEN

Sjovt med vilje

ULFs kredsansvarlige Hanne Nielsen fik på Vejle-kredsens sheltertur lært at smide en støvle baglæns over højre skulder. Det kan måske ikke bruges til så meget inde på kontoret, men i ULF går vi op i at have det sjovt sammen, MENS vi slås for selvbestemmelse, reel indflydelse og omgivelsernes respekt. Ring 75 72 46 88 og bed om Hanne, hvis du gerne vil slå et slag for fællesskabet i din kreds.

[Mere om shelterturen side 29.](#)

Holbæk set fra toppen
Mød kredsformand John Allan Poulsen
side 5

ULF-kunst hitter
Verden er vild med danske "outsidere"
side 8-11

Festen fortsætter
Indvielse af de nye lokaler i Sjællandsgade
side 19-23

FORMAND FOR ULF:

Lars Gjermandsen

FORMAND FOR ULF UNGDOM:

Rikke Sørensen

ANSVARSHAVENDE**ULF/ULF UNGDOM:**

Lars Gjermandsen

KONTAKTANNONCER:

Skal sendes til ULF's kontor:
Sjællandsgade 32, 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

FORMANDEN HAR ORDET:*Af Lars Gjermandsen, formand for ULF*

FOTO: RIKKE HASS CHRISTENSEN

Pengeløst samfund presser ULFeres rettigheder

Mennesker med handicap har jo også ret til (og ønske om) at bestemme over eget liv.

Men det er svært for os, når alt bliver mere og mere digitalt. Selv vores penge. Hele tiden skal vi lære noget nyt. Og det er ikke sikkert, pædagogerne har tid til at hjælpe med at logge ind og overføre. Det er heller ikke sikkert, de må.

Hele tiden nyt

Nu havde vi endelig lært at hæve penge i banken, handle i butikkerne, lægge budget og holde nogenlunde styr på pengene. I gamle dage havde vi en bankbog med overblik over alt, hvad der blev hævet og indsat. Så lærte vi at bruge et hævekort og gå på nettet for at få overblik.

Men det slutter ikke dér. Vi er på vej ind i "det pengeløse samfund, hvor

man kun kan betale med kreditkort og MobilePay. Nogle butikker nægter allerede at tage imod kontanter. Især om aftenen.

Tid til at lære

Kreditkort er svære at styre, fordi man kan lave overtræk og bruge flere penge, end man har. Jeg frygter, at flere vil blive umyndiggjorte, fordi udviklingen går så stærkt.

Jeg kan godt se, digitale penge på mange måder er smarte og måske også mere sikre end kontanter. Der er i hvert fald færre røverier i banker og butikker. Men det tager tid for os at lære det tekniske. Det, håber jeg, vil blive respekteret. Så også vi fortsat kan bestemme over vores egne penge.

Udviklingshæmmedes LandsForbund · Sjællandsgade 32 · 7100 Vejle · Tlf. 75 72 46 88 · Mail: ulf@ulf.dk · www.ulf.dk

ULFnyt er skudt og skrevet AF ULFere TIL ULFere

Tekst og billeder sendes

SENEST 26. OKTOBER

til karin.svennevig@gmail.com

Læserne har blad nr. 6 mellem
5. og 9. december.

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

FORMANDS PORTRÆT

MØD KREDSFORMÆNDENE I ULF

**DENNE GANG:
JOHN ALLAN POULSEN**

*Min opgave
er at give plads
til de andre
i bestyrelsen*



John Allan Poulsen har været formand for ULF Holbæk Kreds i flere år. Han arbejder til daglig med forsikring og medlemservice i Lev og KLAPjob.

“Jeg fortsætter som formand, til jeg ikke kan længere,” erklærer John Allan Poulsen.

For det giver god mening for ham at arbejde for at give ULFere mere selvbestemmelse og bedre vilkår.

At være formand handler nemlig ikke om at bestemme over andre. Tværtimod understreger John Allan.

“Min opgave er at give plads til de andre i bestyrelsen og alle deres gode idéer. Så de også kan være med til at skabe bedre vilkår for ULFere. Det er der brug for,” siger han.

“Men det er selvfølgelig mig, der har ansvaret for nogle ting. Kredsformanden skal f.eks. sørge for, at der bliver booket lokaler, når der afholdes møder og kurser for kred-

sen. Det er også mig, der holder regnskab med tilmeldinger til de aktiviteter, vi arrangerer.

Fulde navn: John Allan Poulsen.

Formand for: Holbæk Kreds siden 2004.

Alder: 62 år.

Interesser: Spiller og komponerer musik. Stor fan af Anne Linnet.

Job: Kontormedhjælp for KLAPjob i Levs sekretariat.



Solskin og
lækre
sandstrande

Vælg
mellem
1 & 2 uger

Rejsen er med
All Inclusive

RHODOS i maj - vælg mellem 1 & 2 uger

Turen går igen i år til den solrige græske ø. Her er der mulighed for at opleve både den smukke græske natur og den spændende oldgræske historie.

Hotellet vi skal bo på hedder Amira og ligger i Kalithea lidt udenfor Rhodos By. Hotellet har et dejligt poolområde med masser af plads. Der er mange solsenge og snackbar ved poolen, hvor man kan nyde en kølig forfriskning og mange hyggelige timer. Det er også muligt at benytte sig af hotellets tennisbane, billard, videospil eller hotellets cykeludlejning (alle mod betaling). WiFi er muligt på hele hotellet mod gebyr. Der ligger endvidere to større supermarkeder i nærheden af hotellet.

REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

1 uge

Afrejse: 27. maj 2023

Hjemkomst: 3. juni 2023

Pris pr. person i delt dobbeltværelse:

9.500,-

2 uger

Afrejse: 20. maj 2023

Hjemkomst: 3. juni 2023

Pris pr. person i delt dobbeltværelse:

12.900,-

Tillæg for eneværelse pr. uge: 1.600 kr.

INKLUDERET I PRISEN

- Fly Billund/København – Rhodos lufthavn tur/retur
- Transport mellem lufthavn og hotel
- Ophold på Hotel Amira
- Hotelophold med All Inclusive
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Danske rejseledere fra Bravo Tours

TILMELDING OG BETALING

1 uge

Depositum på 2.500 kr. betales ved tilmelding

(Husk tilmeldingsskema online eller på papir)

Restbeløb ved dobbeltværelse: 7.000 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 8.600 kr.

Restbeløb betales senest d. 1. marts 2023

2 uger

Depositum på 5.000 kr. betales ved tilmelding

(Husk tilmeldingsskema online eller på papir)

Restbeløb ved dobbeltværelse: 7.900 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 11.100 kr.

Restbeløb betales senest d. 1. marts 2023

Kontonummer til betaling: Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst på overførslen: dit navn/Rhodos

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.: 41762019, medlem af rejsegarantifonden nr. 3320

Begejstret borgmester til fernisering med outsidersere:

“KUNST OG KULTUR ER FOR OS ALLE”



Socialdemokratisk borgmester i Horsens Peter Sørensen sammen med ULF-formand Lars Gjermandsen.

Tekst og foto: Claus Frederiksen

“Denne udstilling viser helt tydeligt, at ligegyldig hvilke udfordringer man har i livet, så er der ALTID et talent at spore og udvikle på,” sagde skoleleder i FOF Sydøstjylland og dermed også leder for Kunstsolen Snurretoppen i Horsens, da der var fernisering på sommerens kunstproduktion 25. august.

På Kunstsolen Snurretoppen har samtlige elever nemlig én eller anden form for udviklingshandicap. Og de begejstrer hele verden med deres kunst. Snurretoppen har haft udstillinger i både Japan, USA, Sverige og Skotland.

Eleverne tager hvert år på studierejse for at få ny inspiration. De har blandt andet været i Berlin, Hamborg, Amsterdam og Rom.

Internationale outsidersere

En af de udstillende kunstnere, Michael Rasmussen, laver sine værker af tråd og ting, han finder rundt omkring. Det har han vundet en pris for i Finland i 2021. Han har haft

sin faste gang i Snurretoppen siden 2005, og senere på året har han værker med på en kunstmesse i Paris.

“Jeg maler også. Og laver tegninger. Inden efterårsferien skal mine brødre og jeg en tur til Helsinki, for finnerne har udvalgt et af mine værker igen,” fortæller han.

“Kunst bringer mennesker sammen”

“Outsider-kunst” kalder man kunst lavet af mennesker med handicap. Og Snurretoppen er altså kendt langt ud over landets grænser. Helt ind på rådhuset i Horsens hvor borgmester Peter Sørensen, Socialdemokratiet var med til sommerfernisering for 10. gang.

“Jeg synes det er en stor succes med en masse spændende og flot kunst. Niveaue er højt her. Kultur og kunst er noget, der bringer os mennesker sammen. F.eks. står vi ved et maleri, og der er så mange indtryk, som kan sætte sit præg på mig en onsdag eller en mandag. Og derfor er kunst og kultur for os alle her,” sagde borgmesteren blandt andet.



Find flere billeder og gode historier om outsider-kunst her:
Snurretoppens Facebookside: <https://www.facebook.com/snurretoppen>
Snurretoppens hjemmeside: <https://www.snurretoppen-fof.dk/>



Mette Larsen

er én af de outsider-kunstnere, der har sin faste gang i Snurretoppen i Horsens:

“For mig er det her sted både en skole og en arbejdsplads,” sagde hun ved ferniseringen.

Fortsættes side 11



Troels Krøyer

er 47 år, bor i Hedensted og har gået i Snurretoppen siden 2009, altså i 13 år. Denne gang har han en håndfuld malerier med. Nogle af dem ses her bag ham.

“Jeg har min egen stil. Det kan folk der kigger på kunst godt lide,” siger han.



Michael Rasmussen

har haft sin faste gang i Snurretoppen siden 2005. Han har udstillet i flere lande og skal både til Helsinki i Finland og Paris i Frankrig med sin kunst inden længe.

“For mig er det ligesom at gå på arbejde, og jeg kommer her hver dag tidligt om morgenen og arbejder på værkstedet,” siger han.

KØGE:

ULF flashede fællesskab ved festugen

ULF stillede op med en stand fuld af imødekomende ULFere ved Danmarks største gratis festival, Køge Festuge, i august-september.

“Det er vigtigt, at vi gør os mere synlige ude i landet, så der ikke er nogen, der ikke ved, hvem ULF er,” sagde Maria Tøndering, formand for ULFs Køge-kreds og repræsentant i Hovedbestyrelsen og nummer to fra højre på gruppe-billedet.

Festugen afvikledes midt på Køge Torv, og der var masser af god livemusik med blandt andre Kim Larsens søn Hjalmer, funkbandet Blæst og “Scarlet Pleasure”, som nok især er kendt for superhittet “What a life” fra Thomas Vinterbegs prisbelønnede film “Druk”.

Maria Tøndering var rigtig godt tilfreds med interessen for ULFs stand. Det samme var Ken Novotny, som ses yderst til venstre på gruppebilledet. Også han er medlem af bestyrelsen i Køge.

“Det bedste var brugerbandet “Musik til Kaffen” fra Job & Aktivitetscenter Vestegnen,” syntes han.

Job & Aktivitetscenter Vestegnen er for mennesker med fysiske og psykiske funktionsudfordringer.

“Musik til Kaffen” er et band baseret på livsglæde og gode rytmer. De spiller en kombination af egne numre og covernumre.





Danskernes
feriefavorit i
Grækenland



Rejsen er med
All Inclusive

KRETA i juni 2023

Hvis du holder af sol og varme, så er de græske øer en sikker vinder. Kreta har med sin sydlige placering over 300 solskinsdage om året. På Kreta er der rig mulighed for at opleve den smukke natur, enten på afstand, eller aktivt med f.eks. en vandretur. Som i resten af Grækenland er Kreta naturligvis også fyldt med levn fra fortiden, og man kan opleve antikke templer, og høre de spændende myter om de græske guder.

Vi skal bo på det meget populære hotel Sirios Village, som er et af de større hoteller på Kreta. Hotellets beliggenhed er tæt på strand og lokalt centrum, hvilket gør det nemt at udforske lokalområdet. Der er masser af faciliteter og aktiviteter på hotellet. Her er fx underholdning om aftenen, hvor forskellige artister indtager scenen, og hotellet har også et godt wellnessprogram.

REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: 9. juni 2023

Hjemkomst: 16. juni 2023

Pris pr. person i delt dobbeltværelse:

9.750,-

Tillæg for eneværelse pr uge: 2.400 kr.

Bemærk: Begrænsede antal værelser til denne pris

INKLUDERET I PRISEN

- Fly Billund/København – Chania tur/retur
- Transport mellem lufthavn og hotel
- Ophold på Hotel Sirios Village
- Hotelophold med All Inclusive
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Danske rejseledere fra Bravo Tours

TILMELDING OG BETALING

Depositum på 2.500 kr. betales ved tilmelding (Husk tilmeldingsskema online eller på papir)

Restbeløb ved dobbeltværelse: 7.250 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 9.650 kr.

Restbeløb betales senest d. 1. marts 2023

Kontonummer til betaling: Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst på overførslen: dit navn/Kreta

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.: 41762019, medlem af rejsegarantifonden nr. 3320

Nordjyde nød Sønderjylland

Lissy Simonsen fra Skagen var med på ULF Feries Sønderjyske ø-hop 22.-25. august. Hun sender her en hilsen fra A.P. Møllers fødeø.

Tekst og foto: Lissy Simonsen

Mens andre tager på ø-hop i Grækenland, har corona åbnet danskernes øjne for, hvor mange fine ferieoplevelser, vi kan få herhjemme.

For der er både smuk natur, hyggelige byer og masser af spændende historier i Sønderjylland.

Vi var otte ULFere og to frivillige, som kom fra alle egne af landet, men for vores vedkommende begyndte turen i Aalborg, hvorfra vi kørte ned til turens første stop: Hotel Ballumhus i Bredebro, hvor vi fik vores faste base.

En seværdig landsdel

Første dag besøgte vi Årø, Løgumkloster og Schackenborg Slot, hvor Hans Kongelige Højhed Prins Joachim boede med sin familie i mange år.

I den lille landsby Gallehus så vi stedet, hvor de berømte guldhorn blev fundet.

Jeg var lidt i tvivl, om jeg kunne være med på turene til Sild og Rømø næste dag. For mit pas var udløbet. Og øen Sild, eller "Sylt", som den hedder på tysk, ligger i Tyskland.

Men det gik alligevel.

På Rømø så vi Rømø Kirke og Kommandørgården, hvor der var et stort skelet af en kaskelothval.

Gårdejerne på Rømø blev faktisk rige på hvalfangst i gamle dage.

A.P. Møller familien kom fra Rømø

Andre blev rige, da de rejste fra øen. Som skibskaptajn Peter Mærsk Møller, der sammen med sin søn Arnold Peter Møller stiftede rederiet D/S Svendborg i 1904, der med tiden skulle udvikle sig til den enorme familiekoncern, vi i dag kender som A.P. Møller-Mærsk.

Vi nåede også at få en dukkert på Rømøs bedste strand, Lakolk Strand.

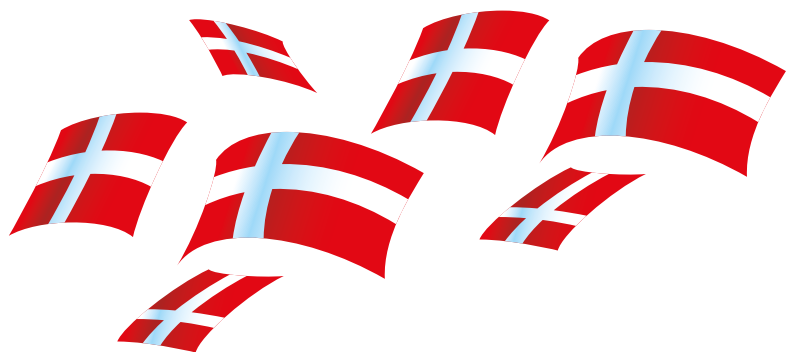
Programmet var rigtig godt. Vi blev kørt med traktor til Mandø, mens det var lavvande. Turen tager 45 minutter, og det er vigtigt, at man kommer frem og tilbage, mens det er lavvande. Vi nåede at få en dejlig frokost på den lille ø, før traktoren kørte os tilbage til fastlandet igen.

Ribe er en meget smuk og dejlig by med smukke bindingsværkshuse, døre og vinduer. Også domkirken er et besøg værd. Jeg gik sammen med Betty og Kirstine. På fjerde-dagen kørte vi fra Ballumhus til Esbjerg, hvor vi skulle sejle over til Fanø for at gå en lang spadseretur. Sejlturen over til Fanø tager ca. 40 minutter. Og på Sønderho Kro kunne de, der turde, smage på baskuld, der er tørret, stegt og saltet fisk.



Sidder ned tv: Christian Møller. Stående: Peter Ebbesen, Lothar Schmidt, Per Simonsen, Ole Nielsen. Forrest: Hanne Nielsen, Lissy Simonsen, Betty Nissen.

Nye lokaler fejret



med fedt fællesskab, gratis drinks
og pandekager for enhver smag!

Indvielsen af ULF-kontoret i Sjællandsgade, Vejle, blev en forrygende fest.

Tekst: Claus Frederiksen • Foto: Claus Frederiksen og Asger Drewsen



Se og læs meget mere på side 20-23



Æresformand Lisbeth Jensen holdt tale.



Holger Emil Hansen, Mads Jensen og Martin Jensen.



Lars Gjermandsen, ULF-formand, Jette Tastesen, næstformand ULF, Rikke Sørensen, formand ULF Ungdom.



Poul Ivan Person og Inga Ørbæk Madsen.

Fotograf Asger Drewsen har fanget fotograf Claus Frederiksen i aktion.





Jens Bach.



Tina Madsen og Gitte Christensen.



Jette Tastesen, næstformand i ULF og Sonja Nielsen fra Odense-kredsen..



Hans Hansen, formand for Assens Kredse.





"Jeg forsøger stadig at inspirere ULF'erne ved at sige min mening og minde ULF'erne om, at her er det os, der bestemmer."

*Lisbeth Jensen
æresformand, tidligere medstifter
og formand for ULF.*

"Jeg har set rigtig mange ULF'ere udvikle sig rigtig meget og blive stærkere og bedre til at tage hånd om deres eget liv."

*Gitte Elisa Christensen
daglig leder i ULF gennem 20 år,
nu æresmedlem.*

"Kommunerne ville ikke samarbejde med os, fordi de mente, at vi ville give mennesker med udviklingshandicap lyst til at få børn. Men projektet viste sig jo at have den stik modsatte virkning."

*Jane Jensen
tidligere adm. direktør i ULF,
nu æresmedlem.*

Endelig oprandt den store dag den 27. august 2022, hvor ULF havde inviteret alle medlemmerne til festligt fællesskab og lidt godt til ganen. Det har taget nogle måneder at komme helt på plads i de nye lokaler i Sjællandsgade, men nu skulle de altså fejres sammen med ULF's fortid, fremtid og nutid.

De nye lokaler ligger tæt på banegården i Vejle og bussernes endestation. Gæsterne blev dog ikke bare overladt til selv at finde vej. De blev hentet og fulgt til Sjællandsgade af et par stødte ULF'ere.

Mens gæsterne myldrede ind, kunne selve festen skydes i gang med velkomsttaler af næstformand i ULF Jette Tastesen, formand Lars Gjermansen og Rikke G. Sørensen, som er formand for ULF Ungdom.

To nye æresmedlemmer

Både tidligere daglig leder Gitte Elisa Christensen og tidligere direktør i ULF Jane Jensen blev ved samme lejlighed udnævnt til æresmedlemmer og fejret med et fint nyt messingskilt på ULF's historiske trillebør, der i sin tid markerede dannelsen af ULF som forbund for mennesker med udviklingshandicap.

Udnævnelsen fik minderne til at myldre frem hos begge de nye æresmedlemmer.

"Jeg har set rigtig mange ULF'ere udvikle sig rigtig meget og blive stærkere og bedre til at tage hånd om deres eget liv. Og jeg håber da, jeg har inspireret mange med mine erfaringer ved at være, som jeg er, og bruge alt det, som jeg selv har lært igennem ULF i livet," sagde en tydeligt rørt Gitte Elisa Christensen, som gennem 20 år var ULF's daglige leder.

Samme oplevelse delte Jane Jensen, som har arbejdet for ULF siden 1990'erne og gik på pension sidste år.

"Jeg har lært at møde medlemmerne i øjenhøjde, lytte til deres ønsker og prøve at forstå, at mange ting kan lade sig gøre, selv om jeg tit tænkte "nej, det kan man da ikke" eller "sådan gør man ikke," mindedes Jane Jensen.

"For eksempel da Gitte (Elisa Christensen) og Lisbeth (Jensen) ville have babysimulatorer i 2004. Dengang var det jo nærmest bandlyst, at mennesker med et udviklingshandicap skulle have børn. De fleste var steriliseret. Man talte ikke engang om det. Så jeg sagde til Gitte og Lisbeth, at det kunne ikke lade sig gøre. At ingen ville samarbejde med os om sådan et projekt. Men det ville de ikke høre på. "Enten søger du penge til babysimulatorer eller også er du fyret," sagde de ligeud".

Det lykkedes faktisk Jane at få Sygekassernes Hel-

sefond til at hjælpe med 425.000 kr., som de første par babysimulatorer blev købt ind for.

Tro på det

“Vi lavede nogle projekter i Vejle, Kolding, Esbjerg og Århus. Men det holdt hårdt. Kommunerne ville ikke samarbejde med os, fordi de mente, at vi ville give mennesker med udviklingshandicap lyst til at få børn. Men projektet viste sig jo at have den stik modsatte virkning,” erindrede Jane Jensen med et grin.

For hende har de 27 år som blæksprutte, underviser, referent, regnskabschef og repræsentant for ULF faktisk ikke været arbejde, men en gave og en livsstil, sagde hun i sin takketale for titlen som æresmedlem.

Den eneste post i ULF, som Jane Jensen aldrig har siddet på, er formandsposten. For den post kan man kun få, hvis man har et udviklingshandicap.

Også ULFs æresformand, tidligere formand og medstifter af ULF Lisbeth Jensen var mødt op for at ønske tillykke med de nye lokaler.

“Jeg forsøger stadig at inspirere ULFerne ved at sige min mening og minde ULFerne om, at her er det os, der bestemmer. Sammen kan vi dele erfaringer, lytte til hinanden og bruge det, vi har lært,” sagde hun blandt andet.

Kig ind en anden dag

Vejret var dejligt, så der blev hygget, snakket og guffet friskbagte pandekager med mange slags fyld både udendørs og indendørs.

“Jeg er medlem af ULF og elsker at tage med på ture og opleve verden,” fortalte én af de glade gæster, Holger Emil Hansen fra Tinnet nord for Vejle, der nød både solen, serveringen og selskabet i fulde drag.

Holger Emil Hansen bor på Tinnetgaard, en bo- og erhvervsskole for unge mellem 17 og 30 år, som lærer at skabe deres egen hverdag.

“Jeg er nok lidt af en ”Georg Gearløs”. Har altid sådan noget som sejl garn og båndstrammer med på turene med ULF. Man skal jo aldrig gå ned på værktøj,” grinede han.

Hvis nogen gik og troede, at mennesker med udviklingshandicap ikke kan finde ud af ret meget, skulle de have kigget forbi det nye ULF-kontor 27. august. For her var masser af eksempler på det modsatte. Hovedbestyrelsesrepræsentant og kandidat til kasserer-posten i Aabenraa Kreds Nikolaj Christensen benyttede således lejligheden til lige at minde alle ULF-medlemmer om, at de altid kan kontakte ULF-kontoret for at få hjælp.

“Jeg synes, vi gør et godt stykke arbejde i ULF. Vi kan allesammen inspirere hinanden ved at vise, hvordan vi griber tingene an,” sagde han blandt andet.

Indvielsen blev en spændende og sjov dag med masser af liv i ULF-kontoret, hvor medlemmerne selvfølgelig altid er velkomne. Der er fællesskab nok til alle. Også på en ganske almindelig hverdag. Selv om pandekagebagerne er taget hjem og der nok heller ikke vanker gratis drinks, kan du altid regne med at møde både godt humør, hjælpsomhed, høj til loftet og masser af øjen-åbnende aktiviteter her i Sjællandsgade 32. Du er SÅ velkommen!



*“Jeg er medlem af ULF og elsker at tage med på ture og opleve verden.”
Holger Emil Hansen
fra Tinnet*



Ferieeventyr i dansk farvand

Kirsten Bastholm Christensen fortæller om en uforglemmelig tur i oldefars fine gamle skonnert.

Tekst og foto: Kirsten Bastholm Christensen

Vores familie er sejlere, men familieskonnerten Bonavista fra Marstal har i flere år ligget på land for at blive repareret fra køl til mast. Nu er Bonavista, som blev bygget af min oldefar i årene fra 1910 til 1914 og i dag er solgt videre til nye ejere udenfor familien, endelig blevet klar til et nyt liv på havet takket være et sponsorat fra A.P. Møller.

Min kusine Jonna Stegmann Hansen og jeg var med på en aftensejlad fra Marstal 15. juli. Vi nød turen, selv om mange af de andre ombord blev syge af bølgegangen. At sejle er eventyrligt. Lige min slags ferie. Jeg elsker min

families gamle skib og blev faktisk inviteret med til Fyn Rundt på Bonavista næste år i uge 30.

Jeg glæder mig allerede. Selv sproget er anderledes til søs. Mad hedder PROVIANT. Dér, hvor man sidder og spiser, hedder MESSEN. Køkkenet kalder man et PANTRY.

Og stedet, hvor personalet på skibet sover (på Bonavista sover de i hængekøjer), hedder BANJEN.

Så ved du det, næste gang du skal ud at sejle i et fint gammelt sejskib.

Jeg håber, det bliver lige så eventyrligt for dig som for mig!



BANJEN hvor GASTERNE (dem, der arbejder på skibet) sover.



PANTRY er det samme som køkken. Eller spisekøkken. Indeni skibet kan det godt være småt med plads. Det gør bare oplevelsen ekstra hyggelig.



MESSEN er en form for lillebitte spisestue under DÆK (altså nede i skibet, hvor det ikke regner).



Kåret til Europas
bedste rejseland
i 2018



Rejsen er med
All Inclusive

ALGARVEKYSTEN i juni 2023

Denne gang går turen til Portugal og til Algarvekysten, som er kendt for sine hvide sandstrande, smagsfulde madoplevelser og mange solskinstimer.

Langs den 205 km lange kyststrækning er der gode muligheder for at finde små private strande mellem flotte klippeudspring. Strandene i Algarve blev i 2018 kåret til Europas bedste strande af World Travel Awards - og man finder hurtigt ud af hvorfor, når man rejser til Portugal.

Vi skal bo på Hotel Auramar Beach Resort, som har en helt fantastisk høj beliggenhed med en vidunderlig udsigt over kysten og Atlanterhavet. Denne udsigt kan også nydes fra hotellets pool, som ligeledes ligger højt. Ved lavvande er det muligt at gå langs stranden ind til den gamle by i Albufeira på kun cirka 20 minutter. Hotellet har også en shuttlebus, der kører til og fra hotellet flere gange dagligt, hvis du foretrækker at tage gåturen i selve byen. Der ligger et lille mini-marked ved hotellet.

OBS! Denne tur egner sig ikke for gangbesværede.

REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: 3. juni 2023

Hjemkomst: 10. juni 2023

Pris pr. person i delt dobbeltværelse: **10.900,-**

Tillæg for eneværelse: 2.900 kr.

INKLUDERET I PRISEN

- Fly Billund/København – Faro tur/retur
- Transport mellem lufthavn og hotel
- Ophold på Hotel Auramar Beach resort
- Hotelophold med All Inclusive
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Danske rejseledere fra Bravo Tours

TILMELDING OG BETALING

Depositum på 2.500 kr. betales ved tilmelding (husk tilmeldingsskema online eller på papir)

Restbeløb ved dobbeltværelse: 8.400 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 11.300 kr.

Restbeløb betales senest d. 1. marts 2023

Kontonummer til betaling: Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst på overførslen: dit navn/Algarve

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.: 41762019, medlem af rejsegarantifonden nr. 3320

Nu ved vi, at mad over bål tager lang tid

Tekst: Claus Frederiksen

Foto: Asger Drewsen

Vejle-kredsens shelterweekend blev afviklet i Mørkholt, som ligger et stykke udenfor Vejle. Deltagerne valgte selv, om de ville sove i shelter eller spejderhytte.

“På sådan en tur bliver man rystet rigtig godt sammen. Det, synes vi, er vigtigt i ULF,” siger Asger Drewsen, som er bestyrelsesmedlem i Vejle-kredsen.

“Vi fik lært noget nyt i nye omgivelser. Nu ved vi, at mad over bål tager lang tid.”

Der var ni ULFere med på shelterturen og for at styrke sammenholdet ekstra meget, var der også arrangeret nogle samarbejdsøvelser og lege, blandt andet støvlekast.



Cirkus når det er bedst

Tekst og foto: Kirsten Bastholm Christensen

Odensekredsens fælles udflugt til Kerteminde for at se Cirkus Arenas 65-års jubilæumsforestilling blev et hit, som sagtens kan tåle en gentagelse.

Lokale medlemmer havde foreslået en tur i cirkus. Og det er vigtigt at lytte til medlemmerne, ved de i Odensekredsen. For det er tit fra medlemmerne, de bedste idéer kommer.

Der var både trapez-artister, som lavede deres halsbrækende numre helt oppe under teltdugen, smukke heste og et hundenummer, som gik lige i hjertekulen.

To en halv times fantastisk underholdning, som Bubber og Julie Berthelsen styrede med sikker hånd.



Helt tæt på Johnny og drengene

Tekst og foto: Poul Frost Kjeldsen

Publikum fik lov at komme op på scenen til Kandis, da de spillede ved årets Ballonfestival i Vejle 20. august. Ballonfestivalen er en festival udviklet af og for mennesker

med tilknytning til Karriereværkstedet i Vejle. Festivalen afholdes hvert år i slutningen af august. Om det var sjovt? Ja. Billedet taler vist for sig selv.



KÆRESTESIDERNE

FIND FLERE KONTAKTANNONCER PÅ KNUUS.DK

HJØRRING KALDER

Mand på 66 år søger en kvinde mellem 40 og 70 år. Efter sigende er jeg meget sød og hjælpsom. Mit humør er også godt. Jeg bor på en gård, hvor jeg har et frilandsgartneri. Jeg ryger ikke (kun ned ad trapperne en gang imellem). Bor i Nordjylland og interesserer mig for coaching, kryds og tværs, god mad, mit frilandsgartneri og dig. Jeg kører på en 45-knallert, den kan også køre over/ned til dig.

Ring eller skriv til: **Andreas Johan Petersen**
Lønstrupvej 391, 1. sal, 9800 Hjørring, tlf. 6148 4149

KÆRESTE PÅ FYN SØGES

Jeg hedder Flemming, er 53 år og bor alene i en lejlighed i Seden syd for Odense NØ. Jeg søger en kæreste på mellem 40 og 55 år.

Jeg kan godt lide at tage ud sammen, gå ture, gå i zoo og nyde et måltid mad.

Du kan kontakte mig på 2985 4076.

Venlig hilsen Flemming Olesen

Billetmærke: 2883, som skal stå synligt på kuverten.

Brevet sendes til ULF, Sjællandsgade 32, 7100 Vejle.

ULF sender brevet videre.

SØD PIGE SØGES

Jeg er en mand på 50 år, der søger en kæreste/veninde, som gerne må bo på landet. Jeg kan selv komme rundt med bus og tog.

Mine interesser er musik, koncerter, hjemlig hygge, god mad, restaurant-besøg, ferie-ture samt gå-ture.

Jeg cykler hver dag, er kærlig, trofast, gavmild, glad og hengiven.

Dit udseende spiller ingen rolle, bare du er sød og rar at være sammen med.

Glæder mig til at høre fra dig.

Kærlig hilsen Michael

Billetmærke: 3813 skal stå synligt på kuverten.

Brevet sendes til ULF, Sjællandsgade 32, 7100 Vejle. ULF sender brevet videre.



KÆRLIG MAND SØGES

Jeg er en pige på 40 år. Jeg kommer fra Brabrand, men nu bor jeg i Skovby i Galten, der ligger imellem Aarhus

og Silkeborg. Jeg er epileptiker og har astma. Jeg har fået angst og en depression, så jeg er ofte træt.

Har tidligere været butik-assistent, men går nu hjemme på grund af sygdomme.

Mine interesser er at lave mad, strikke/hækle, tegne/male, gåture, shoppe, tage på café, høre musik samt spille spil og minigolf.

Jeg har ingen bil og kan ikke få nogen bil. Jeg har ingen børn og kan heller ikke få nogen.

Jeg bor alene og søger en partner på omkring 40-43 år.

Du skal bo i Aarhus eller deromkring. Du må gerne have børn, da jeg er glad for børn. Du må også gerne have bil.

Jeg sætter pris på, at du er sød ved mig og holder så meget af mig, at du vil med til min familie.

Jeg håber også, du er en god og dejlig kæreste/ven, jeg kan hygge-snakke med og holde af.

Du skal helst være ikke-ryger. Og du må gerne have lyst til at spille spil.

Med venlig hilsen Trine Assentoft

Mail: trineassentoft@yahoo.dk

DAME SØGES TIL FAST FORHOLD

Sød dame mellem 56 og 66 år med adresse i Midtjylland søges som kæreste. Jeg håber, du har lyst til at tage på ture, gå ud at spise, se gamle film og meget andet.

Jeg bor i egen lejlighed og kan lide sang, musik og anatomi, da jeg er førstehjælper. Jeg har haft en hjerneskade, siden jeg var 8 år.

Du skal være ikke-ryger. Håber du vil kontakte mig på telefon eller pr. brev.

Med venlig hilsen Lars Per Jensen

Grønnegade 8, 1.sal. lej. 3, 8600 Silkeborg, tlf. 2561 6594

MODEN KVINDE SØGES

Jeg er en mand på 64 år, der bor i Lystrup nær ved Aarhus.

Jeg søger en kvindelig kæreste mellem 50 og 63 år. Du skal bo i nærheden af Aarhus. Du skal have godt humør og let til smil.

I min fritid kan jeg godt lide at cykle, tage ud og spise og tage til Aarhus Festuge. Du kan kontakte mig på tlf. 5151 5983.

Hilsen Henning Nielsen



VIGTIGT om billeder og kontaktinfo i din GRATIS kontaktannonce i ULFnyt

HUSK at sende navn, telefonnummer, e-mailadresse, postadresse eller billetmærke sammen med din annonce.

Hvis du ikke kan kontaktes, kommer annoncen ikke med!

Vil du være anonym, kan du sende din annonce til ULF **MED KONTAKTOPLYSINGER** og bede om at få den bragt med billetmærke. Du kan også vælge at sende et **FOTO** med. Formatet skal være .jpg.

Sæt **IKKE** billeder ind i et andet dokument. De skal sendes for sig selv. Ellers kan de ikke trykkes.

Venlige hilsner og pøj pøj med din annonce. Redaktionen på ULFnyt



Når drømmen
bliver til
virkelighed...



Rejsen er med
Halvpension

BALI i oktober 2023

Bali er en af de flotteste og mest gæstfrie øer i Det Indiske Ocean. Den lille grønne ø danner rammen om en perfekt eksotisk ferie. Du kan opleve Balis frodige natur, som byder på grønne rismarker, hvide sandstrande, flot blåt hav med delfiner og vulkaner. Øen byder derudover på smukke templer, farverig balinesisk dans og billig shopping – alt dette kombineres med en smilende og gæstfri befolkning, som gerne giver en smagsprøve på deres lokale traditioner og ceremonier.

Vi starter med at bo på det smukke hotel The Alantara i Sanur, hvorfra vi besøger områdets seværdigheder og markeder. Derefter rejser vi videre til Courtyard by Marriott i Nusa Dua, hvor vi tilbringer den sidste uge. I rejsens pris er der inkluderet halvpension samt 3 udflugter. Rejsens fulde program kan ses på vores hjemmeside.

REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: ca. 22. oktober 2023

Hjemkomst: ca. 8. november 2023

Pris pr. person i delt dobbeltværelse: **31.900,-**

Tillæg for eneværelse: 1.500 kr.

OBS! Vi anbefaler at du har en afbestillingsforsikring inden du bestiller denne rejse, så er du dækket hvis du bliver syg inden afrejse.

INKLUDERET I PRISEN

- Fly Billund/København – Denpasar lufthavn tur/retur
- Transport mellem lufthavn og hoteller
- 6 nætter på The Alantara Sanur
- 6 nætter på Courtyard by Marriott Nusa Dua Resort
- 3 udflugter ifølge programmet
- Hotelophold med halvpension
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Engelsktalende rejseledere

TILMELDING OG BETALING

Depositum på 8.000 kr. betales ved tilmelding (Husk tilmeldingsskema online eller på papir)

Restbeløb ved dobbeltværelse: 23.900 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 25.400 kr.

Restbeløb betales senest d. 1. maj 2023

Kontonummer til betaling: Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

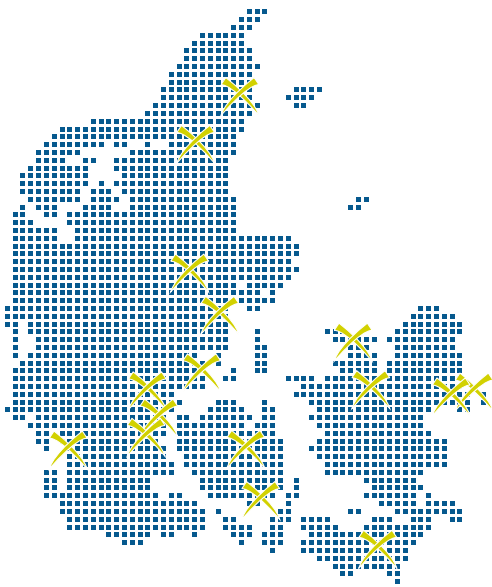
Tekst på overførslen: dit navn/Bali

Obs: På denne rejse, skal du være 100% mobil, rejsen er ikke egnet til kørestolsbrugere eller rollator. Medbring lomme penge til 1 måltid om dagen samt drikkeelse.

Husk: Du skal have en rejseforsikring som dækker hele verden til denne tur. Det er ofte et tilkøb du kan gøre til din alm. rejseforsikring.



ULF ferie er formidler for Bravo Tours. Bravo Tours er teknisk udbyder.
Bravo Tours CVR. nr.: 41762019, medlem af rejsegarantifonden nr. 3320



Det sker i kredsene

Du finder info om mange flere ULF-aktiviteter på hjemmesiden www.ulf.dk – Klik på fanen "aktiviteter" øverst på siden.

KOLDING KREDS

Generalforsamling

Hvis du bor i Kolding Kommune og har lyst til at være med til at bestemme, hvad der skal ske i din ULF-kreds, kan du møde op til Kolding-kredsens generalforsamling tirsdag 25. oktober klokken 16.00-18.00 i Kulturhuset, Levisonsvej 22, 6000 Kolding. Det er gratis, og hvis der er noget, du gerne vil spørge om inden, kan du kontakte formand Annesofie Niemann Pedersen på tlf. 5126 0646.

VEJLE+KOLDING KREDS

Julebagning

Medlemmerne i Vejle og Kolding Kommune er inviteret til julehygge med bagning af julesmåkager 10. december klokken 10-17 i Foreningernes Hus, Vissingsgade 31, 7100 Vejle. Prisen er 150 kr. for alle ingredienser til julebagning plus en dejlig frokost. Vi plejer at bage flere ting. For eksempel vaniljekranse, havregrynskugler og pebernødder. Tilmelding til Hanne Nielsen på telefon 7572 4688 eller mail hanne@ulf.dk senest 1. december. Pengene sættes ind på reg.nr.: 7562 kontonr. 1005539 senest 1. december.

HORSENS KREDS

Generalforsamling

Hvis du bor i Horsens Kommune og har lyst til at være med til at bestemme, hvad der skal ske i din ULF-kreds, kan du møde op til Horsens-kredsens generalforsamling mandag 24. oktober klokken 16.30-17.30 på ASV, Nørrebrogade 38A, 8700 Horsens. Det er gratis, og hvis der er noget, du gerne vil spørge om inden, kan du kontakte formand Tina Madsen på tlf. 3115 7492.

RIBE KREDS

Generalforsamling og bankospil

Alle ULFere fra Esbjerg Kommune er inviteret til generalforsamling og bankospil fredag 11. november klokken 14.00-18.00 på Vindrosen, Exnersgade 4, 6700 Esbjerg. Hvis du har lyst til at være med til at bestemme, hvad der skal ske i din ULF-kreds, skal du bare møde op. Det er gratis at deltage, og det koster kun otte kroner pr. plade, hvis man ønsker at deltage i bankospillet bagefter. Tilmelding til Hanne Nielsen senest 1. november på telefon 7572 4688. eller e-mail: hanne@ulf.dk

SVENDBORG KREDS

Spisning og foredrag om H.C. Andersen

Kom og hør Mogens Godballe fortælle om H.C. Andersens eventyr og om, hvordan det er at gå på højskole. Under foredraget vil der være kaffe og te med småkager. Efter foredraget vil der være aftensmad. Arrangementet foregår 26. oktober klokken 16.30-20.00 i Frivillighuset, Havnegade 3, 5700 Svendborg. Pris for arrangementet er 100 kr., som sættes ind på reg.nr.: 7562 kontonr.: 1077686 senest 18. oktober. Tilmelding til Svend Erik på telefon 2924 9202 eller email: emil44pedersen@gmail.com senest 18. oktober 2022.

SVENDBORG KREDS

Lækker mad med mindre madspild

Svendborg-kredsen arrangerer madskole, hvor vi inviterer en underviser til at lære os at lave nem, lækker og billig mad Det foregår lørdag 12. november 2022 kl. 11-15 på Grønnemoseværkstedet, Grønnemosevej 7, 5700 Svendborg. Det er gratis at deltage. Tilmelding til Svend Erik på telefon 2924 9202 eller mail: emil44pedersen@gmail.com

SVENDBORG KREDS

Julefrokost

Tag med ULFs Svendborg-kreds til julefrokost tirsdag 29. november klokken 17-22 på Restaurant Asia House, Vestergade 167K, 5700 Svendborg. Her er lækker mad for enhver smag i den store kinesiske buffet. Arrangementet koster 200 kr. pr. person. Pengene sættes ind på reg.nr. 7562 kontonr.: 1077686 senest 21. november. Tilmeldingsfrist er ligeledes 21. november til Svend Erik på telefon 2924 9202 eller mail emil44pedersen@gmail.com

ODSHERRED KREDS

Generalforsamling

Hvis du bor i Odsherred Kommune og har lyst til at være med til at bestemme, hvad der skal ske i din ULF-kreds, kan du møde op til Odsherred-kredsens generalforsamling torsdag 3. november klokken 16.00-18.00 i Aktivitetscenteret, Vesterbro Torv 4, 4500 Nykøbing Sj. Det er gratis, og hvis der ellers er noget, du gerne vil spørge om, kan du kontakte formand Maja. M. G. Hansen på tlf. 4159 3729.

AABENRAA

Filmaften

Aabenraa-kredsen inviterer til filmaften i Nygadehuset, Nygade 23A, 6200 Aabenraa lørdag 5. november klokken 12.00-22.00. Arrangementet koster 150 kr., hvilket inkluderer aftensmad og chips/popcorn. Pengene sættes ind på reg.nr.: 7562 kontonr.: 1138876 senest 25. oktober. Tilmelding til Poul Pelle senest 25. oktober på telefon 2999 9842 eller mail poulpelleulf@gmail.com

Stor tak til gavegiverne

Over 100 mennesker støttede i 2021 ULF med 200 kroner eller mere. Gavegiverne kan trække pengene fra i skat, og fordi så mange støtter os, er ULF blevet godkendt efter ligningslovens paragraf 8A.

Det betyder, at ULF oveni gaverne får nogle økonomiske fordele, blandt andet i forhold til moms.

Vi vil gerne sende en stor tak til de mange medlemmer, som vælger at støtte ULF økonomisk udover at betale for deres medlemskab.

Ligeså takker vi ULF's ansatte, pårørende og venner af ULF for at støtte med 200 kroner eller mere.

For at beholde godkendelsen skal ULF også i 2022 have over 100 gavegivere!

Hvis du gerne vil støtte ULF med en penge-gave eller hvis du kender nogen, der gerne vil, kan du/I/de udfylde gavegiver-formularen herunder og sende den til:

Udviklingshæmmedes Landsforbund
Sjællandsgade 32, 7100 Vejle
eller til mailen: **ulf@ulf.dk**

GAVEGIVER-FORMULAR

Jeg vil gerne støtte ULF's arbejde som gavegiver.

Navn: _____

Adresse: _____

Postnr.: _____

By: _____

Tlf.: _____

E-mail: _____

Jeg ønsker at støtte med 200 kr. eller et andet beløb (skriv beløbet her) _____

Bankoverførsel til reg.nr. 7244, kontonr. 1009171 (skriv "gave til ULF" som meddelelse)

MobilePay 805020 (skriv "gave til ULF" som meddelelse)

Dato: _____

Underskrift: _____

Ved underskrift giver du samtykke til, at vi behandler dine oplysninger fortroligt og efter lovgivningen.

ULF takker for din støtte!

Formularen ligger også på ULF's hjemmeside **www.ulf.dk** under "medlemskab" – "Støt ULF – Bliv gavegiver".

Hvis du vil vide mere om, hvordan du kan trække din støtte fra i skat, kan du ringe til Charlotte på ULF's hovedkontor: 7572 4688.