

FORMANDEN HAR ORDET:

Af Lars Gjermandsen, formand for ULF



FOTO: RIKKE HASS CHRISTENSEN

FORMAND FOR ULF:

Lars Gjermandsen

FORMAND FOR ULF UNGDOM:

Rikke Sørensen

ANSVARSHAVENDE ULF/ULF UNGDOM:

Lars Gjermandsen

KONTAKTANNONCER:

Skal sendes til ULFs 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 ULFS KONTOR:

Mandag fra kl. 9.00-17.00
Tirsdag fra kl. 9.00-15.00
Onsdag fra kl. 9.00-15.00
Torsdag fra kl. 9.00-15.00
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

Digitale koder spænder ben for vores selvstændighed

Hemmelige koder fungerer i dag som nøgle til rigtig mange ting. Blandt andet skal vi allesammen huske en kode for at kunne betale med vores kreditkort eller hæve penge i bankens automat.

Det er rigtig svært for mange af os ULFere.

Endnu kan man få hjælp i banken, hvis man går op til kassen. Men det koster altså 40 kroner.

40 kroner er mange penge at bruge på ingenting, når man kun har en pension eller anden offentlig ydelse at gøre godt med.

En del af vores medlemmer har svært ved at bruge de digitale løsninger. Mange bekymrer sig om en fremtid, hvor de måske slet ikke kan leve op til nogen af de krav, de skal kunne opfylde for at klare sig som selvstændige borgere.

Jeg forstår dem godt.

Vores medlemmer vil gerne have reel mulighed for at følge med i deres egen økonomi. Spare op til ferier og større indkøb. Standse abonnementer og andre faste udgifter, der ikke

længere giver mening. Opdage fejl og snyd. Men det bliver rigtig svært, hvis alt bliver så digitalt, at ULFerne ikke længere kan finde ud af det. Personalet kan hjælpe med noget, men koderne skal man selv huske. Man må jo aldrig skrive koder ned eller give dem videre til andre.

Og bankerne skruer ned for den kundeservice, der er så vigtig for mange af os ULFere.

Flere har kontaktet ULF, fordi de ikke længere kan hæve penge i deres bank. Nogle skal til en helt anden by for at hæve penge. Det, forstår jeg godt, er rigtig irriterende.

ULF er i dialog med politikerne for at finde en løsning, vi kan være tjent med. Hvis du har en god idé til en løsning på det her problem, må du meget gerne kontakte os. For vi er ikke helt sikre på, hvordan vi gør det her bedst. Og en god løsning vil være rigtig meget værd for rigtig mange ULFere.

Du finder ULFs kontaktoplysninger på denne sideovre til venstre.

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 5. JANUAR

til karin.svennevig@gmail.com

Læserne har bladet mellem
10. og 17. februar.

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

Politiker i praktik



Frivillighuset i Svendborg har skabt en stærk tradition, der giver de lokale politikere praktisk forståelse for foreningernes liv og betydning.

TEKST: SVEND ERIK PEDERSEN • FOTO: KIRSTEN BASTHOLM

Frivillighuset Svendborg havde også i år en lokalpolitiker i minipraktik i en frivillig social forening. Formålet er bedre kendskab og samarbejde mellem foreninger og kommune, ved at praktikanten når hele vejen rundt om foreningernes arbejde, så foreningernes betydning for brugernes livskvalitet bliver lettere at forstå.

Palle Fischer fra Det Konservative Folkeparti besøgte ULF Svendborg Kreds, hvor formand Svend Erik Pedersen, kasserer Merete Pedersen og suppleant Kirsten Bastholm tog imod. Samtidig deltog Jonas Riis fra ULFs hovedkontor i Vejle og kredskonsulent Rikke Blomgren fra Lev.

Vi vil hinanden

I ULF har det stor betydning, at vi her har skabt vores egen organisation. Alle aktiviteter tager udgangspunkt i, at mennesker med særlige behov kan mange flere ting, end vi går og tror. Vi bliver selvfølgelig nødt til at bede om den hjælp, vi har brug for.

Den del af opgaven vokser vi også med.

“Vi har det så hyggeligt, og socialt får vi rigtig meget ud af det”, siger Kirsten Bastholm.

“Vi vil hinanden og ULF Svendborg giver os gode oplevelser, udvikling og tro på, at vi kan, hvad vi vil.”

En stor fornøjelse

Palle Fischer fik en god mini-praktik-dag i selskab med de tre fra ULF Svendborg Kreds.

“Det har været en stor fornøjelse at møde de udviklingshandicappede. De inspirerede til mange gode politiske dagsordner, som jeg vil bringe videre ind i byrådet. Jeg er virkelig ydmyg og taknemmelig for en dejlig eftermiddag sammen med ULF Svendborg,” siger Palle Fischer.

Kort efter skulle ULF Svendborg Kreds have været på torvet i Svendborg og fortælle om ULF. Men det kunne ikke lade sig gøre på grund af corona. Alle foreningerne skulle have været samlet på torvet for at dele materiale ud og snakke med folk.

Sådan påvirker corona ULFeres hverdag

Karriereværkstedet står for den beskyttede beskæftigelse af 400 borgere på handicap- og psykiatriområdet i Vejle. Karriereværkstedet løser opgaver for 55 virksomheder i hele kommunen.

ULF nyt har mødt Jonas Riis Ebbesen og Jesper Nielsen på Karriereværkstedet for at høre, hvordan deres hverdag fungerer under corona.

INTERVIEWS OG FOTOS: METTE CECILIE GADE, AFDELINGSLEDER I KARRIEREVÆRKSTEDET

Karriereværkstedet har fem linjer:
Servicelinjen
Kreativlinjen
Sundhedslinjen
Naturlinjen
Produktionslinjen



Jesper Nielsen, 48 år, arbejder med ler. Han laver blandt andet nisser, vaser og små skåle. Han maler også trækasser hvide.

“Tingene bliver brændt to gange. Jeg pudser dem, så de bliver flotte. Så maler jeg dem med glasur og så bliver de brændt igen,” fortæller Jesper Nielsen.

Corona gør det svært at snakke med folk på Karriereværkstedet, synes han, fordi man er delt op i grupper. Og pandemien har også ramt ham privat.

“Jeg plejer at gå i træningscenter og til hockey, men hockey er lukket lige nu. I weekenderne er jeg hos min mor og far i Horsens.”

Jesper Nielsen synes selv, han er blevet mere ensom.

“Jeg mangler nogen til at komme og besøge mig. Det er svært at komme til at snakke med de mennesker, jeg gerne vil snakke med,” forklarer han.

Jonas Riis Ebbesen, 21 år, hjælper med at ordne ting, der skal ud i butikkerne.

“Jeg er også begyndt at køre på løbehjul, for jeg skal træne min balance. Men jeg kan ikke løbe så langt. Jeg er faldet en gang. Det var vist fordi, jeg havde min indkøbspose med, og den var for tung. Så nu kører jeg på løbehjul om mandagen og handler onsdag”, fortæller Jonas Riis Ebbesen.

Han hører også musik og samler på klistermærker. Mange slags klistermærke med blomster, figurer og skum med glimmer. Og lægger puslespil. Jonas Riis Ebbesen synes, mange ting er anderledes på grund af corona. Han synes også, mange ting er lidt svære at huske, men det går alligevel. Han har nogenlunde vænnet sig til afspritning og hyppig håndvask. At holde afstand og være færre sammen ad gangen. Og at en masse ting lukker ned, så man ikke kan komme så meget ud og opleve noget spændende.

“Vi skal også bruge mundbind. En fordel ved mundbind er, at man kan hoste og nyse i mundbindet i stedet for i ærmet,” siger han.





Fine og nemme tips til sundere mad

De tre kokkeaftener for fynske ULFere blev et stort tilløbsstykke.

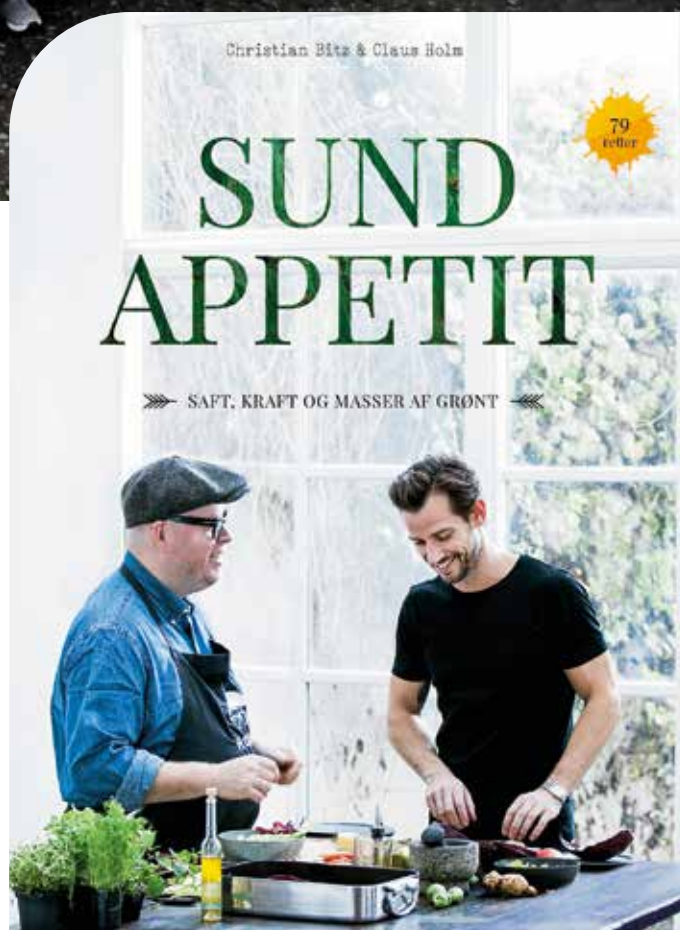
TEKST OG FOTOS: KIRSTEN BASTHOLM

Der er åbenbart god brug for tips og tricks til at lave bedre og sundere mad, så de fynske ULF-kredse og ULF Ungdom har allerede planlagt at gentage efterårets kokkeaftener med Claus Holm til næste år.

Under sin kendte kasket har Claus Holm nemlig masser af gode idéer til, hvordan mennesker med udviklingshandicap kan lave sundere mad til sig selv – og dermed blive mere selvhjulpne.

Overraskelser

Til næste efterår vil man prøve at lægge aftenerne på mandage og torsdage, da de to dage viste sig at være mere velbesøgte end onsdag.



Ved alle tre arrangementer var der små overraskelser til deltagerne. En gang fik de alle en kokkebog og en anden gang fik de flotte sorte forklæder med Claus Holms logo på.

Fisk, bær og søde kartofler

Det var spændende at prøve nye grøntsager som for eksempel søde kartofler, der er rigtig gode sammen



med – eller i stedet for – almindelige kartofler og endda feder mindre.

Det var også sjovt at bruge bær i madlavningen, og den sidste dag lærte deltagerne at lave fisk på fire-fem forskellige måder.

Der var folk lidt skeptiske. Mange er bange for at finde ben i fisk. Nogle var også bange for, at det måske ikke smagte godt.

Men det smagte godt. Når man får styr på, hvordan fisk kan tilberedes, smager det faktisk rigtig godt. Og fisk er meget sundt.

Gentages næste år

Der var også plads til at eksperimentere lidt med råvarerne.

Så nu glæder de fynske ULFere sig til efteråret 2021, hvor det forhåbentlig lykkes at booke den kendte kok med de mange gode idéer til en ny serie af kokkeaftener.

Hvis man gerne vil kigge i kokkebogen og gøre det lidt mere lækkert at være selvhjulpen, skulle der stå et eksemplar på kontoret i Vejle.





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. Helt ekstraordinært er der i 2021 hele 6 deltagere i Cirkusrevyen, som samtidig er varslet til at blive Ulf Pilgaard's sidste sæson.

DAG 1

Vi ankommer til København omkring middag, hvor der er mulighed for at spise frokost, inden vi kører mod hotellet. Senere sætter vi kursen mod bakken, her vil der være tid til at nyde resten af eftermiddagen. Det kan anbefales at besøge "Matador-byen" Korsbæk, eller man kan prøve nogle af de mange sjove forlystelser. 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. Hvis der stemning for det, kan vi også hoppe af bussen og tage på en havnerundfart. Midt på eftermiddagen sætter vi igen kursen hjemad.

REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: den 26. juni 2021

Hjemkomst: den 27. juni 2021

Pris pr. person i delt
dobbeltværelse kr.

3.400,-

INKLUDERET I PRISEN

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

MULIGE TILKØB

- Tillæg for eneværelse: kr. 300,-

BETALING

Depositum på kr. 1.000,- betales ved tilmelding (send tilmeldingsblanket, pr. brev eller mail)

Restbeløbet på kr.: 2.400,- ved dobbeltværelse

Restbeløbet på kr.: 2.700,- ved eneværelse

betales senest den 26. marts 2021

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

Naturen må stadig krammes

ULF Assens Kreds havde en fin og hyggelig "kram naturen"-tur i september.



En lille sluttet flok tog på en smuk efterårsdag ud for at nyde en lækker frokost i det grønne. Fremmødet var ikke helt så stort, som man kunne have håbet.

Måske fordi mange var bange for coronasmitte.

Men det var netop et meget coronasikkert arrangement.

Deltagerne gik rundt i det fri og studerede naturens farver på grene og træer, snakkede om natur og årstider og nød den medbragte frokost med kaffe, burgerboller og håndsprit.

Alle kommuner burde have et Team U-frivillig

Dette er den tredje og sidste artikel i serien om fynske Team U-frivillig, der skaber ny mening og fællesskab for alle borgere i Odense. Med og uden udviklingshandicap.



TEKST: KIRSTEN BASTHOLM OG SONJA NIELSEN FOTOS: TEAM U-FRIVILLIG

Der er ingen tvivl om, at det er svært at se fremad, og specielt i en tid hvor Covid-19 fylder så meget. Pandemien har lukket stort set alle aktiviteter ned og for Team U-frivillig har det betydet aflysning på aflysning.

En "skraldedag" i samarbejde med Ren Natur er det dog blevet til. Og en enkelt ferietur til Blåvand. Alt andet har corona-pandemien aflyst.

Nye opgaver udendørs

Vi er ikke i tvivl om, at der er behov for en forening af frivillige hjælpere som Team U-frivillig. En forening der gør mennesker med udviklingshandicap til en værdifuld ressource ved offentlige arrangementer. En forening der skaber sammenhold og mening for så mange. Men det kræver en kreativ hjerne at finde ud af, hvordan vi skal operere i en tid som denne. Heldigvis er vi godt i gang med finde på nyt,

så det fine fællesskab mellem borgere i Odense kan opretholdes.

Afstandskravet og forsamlingsantallet skal overholdes. Derfor har vi tænkt, at fremtiden for Team U-frivillig ligger i den fri natur. Det kan være, vi skal arrangere hyggelige gåture i byen eller i de mange skovarealer. Og måske enkelte sportsaktiviteter, som kan afholdes udendørs. Vi har også planer om flere "skraldedage", hvor vi hjælper Odense Kommune med at holde grøfter og andre arealer rene og pæne. Flere steder flyder det med skrald, så vores hjælp vil her være tiltrængt.

Mens vi venter på vaccinen

Vores kursusforløb skal også rundes af. Foreningen fik penge fra DH-puljen, og vi troede, at midlerne

Fortsættes side 17



kunne bruges frem til sommeren 2020. Desværre viste det sig, at denne opfattelse ikke holdt "i retten", og derfor måtte vi tilbagesende ubrugte midler i september måned. Vi kan dog søge igen, og det har vi så sandelig tænkt os at gøre. Der er også stadig planer om at oprette et "kontorhold", som skal samle trådene og administrere foreningens arbejde.

Informationsarbejde er også en vigtig del, og her arbejdes der sammen med ULF Odense Kreds om et arrangement i Rytterkasernen, hvor rigtig mange

borgere kommer til hverdag. En anden idé går på at fortælle de øvrige fynske kommuner om Team U-frivillig, for alle kommuner kunne have glæde af en forening som vores.

Som allerede nævnt lever vi i en usikker tid, hvor vi som frivillig-forening skal passe ekstra på de sårbare medlemmer og borgere, som vi gerne vil være noget for. Vi krydser fingre og håber, der snart kommer en vaccine, som kan sætte de gode kræfter og fællesskabet fri igen.



Formanden kan lave en flæskesteg fra bunden

Thorbjørn Nielsen er formand for ULF Favrskov Kreds.



TEKST OG FOTOS: KIRSTEN BASTHOLM OG JØRGEN NIELSEN

Thorbjørn T. Nielsen er 45 år gammel og opvokset i Vissing på et gammelt nedlagt husmandssted. Han gik i folkeskole på Skovvangsskolen i Aarhus og senere på efterskole i Talne ved Aalborg midt imellem Frederikshavn og Aalborg. Det blev til tre dejlige år på efterskolen, husker han.

“Jeg lærte mange ting, som gjorde, at jeg blev mere selvstændig. Jeg har blandt andet lært at lave ribbensteg/flæskesteg fra bunden.”

Varieret arbejde

Thorbjørn T. Nielsen bor i en lille lejlighed, og han synes, de halvandet værelse er meget passende til en enkelt beboer. Der bor fire andre ULFere i det samme lejlighedskompleks.

“Jeg får tiden til at gå med at passe mit arbejde. Jeg arbejder ved en kirke i Hadsten tirsdag, onsdag og torsdag i tre en halv time med løntilskud. Fredag arbejder jeg i malerværkstedet på et aktivitetscenter og kløver brænde,” siger han.

Thorbjørn Nielsen er med til at pynte gravsteder med respekt for årstiderne. Det er sæsonpræget arbejde, så en del af året arbejder han i stedet i et naturværksted.

Han har været aktiv i ULF i næsten syv år og blev konstitueret kredsformand i 2015.

Thorbjørn er samler

Siden 1994 har Thorbjørn Nielsen samlet på Zippo-lightere. Han har nu næsten 70 og købte sin allerførste i Kvickly i Hadsten.

Zippo-lighteren stammer fra Østrig, men produceres i dag i USA. I bunden af en Zippo-lighter står en kode. Koder, der begynde med A, viser, at lighteren er en af de ældste, der findes.

Thorbjørns fineste Zippo er en helt ny årgang 2020. Han har også en årgang 2018 af de mere sjældne. Den er fremstillet her i Norden, og der er kun solgt 150 stk.

Thorbjørn kalder sine Zippoer for sin “pensionsopsparing”.





Ungdom i evigt oprør

Det kapitel i livet, hvor vi kalder os "unge", bliver længere og længere. Ungdomskulturer ændrer sig, blander sig og overdøver hinanden.

TEKST: CLAUS FREDERIKSEN (SOM UNG STOR FAN AF BRUCE LEE OG JAMES BOND) • FOTO: CLAUS FREDERIKSEN, PIXABAY OG PRIVAT

Ungdomskultur er faktisk en ret ny ting. Indtil 2. Verdenskrig var overgangen fra barn til voksen ganske kort. Man gik i skole, kom måske ud at tjene, og så blev man gift, fik børn, børnebørn og måske pension. Men i 1950'erne blev især den vestlige verden rigere, og det gav nye muligheder for at være ung og lidt mere fri i længere tid.

Ungdommen fik sin egen kultur og gjorde oprør imod forældrenes generation.

De unge begyndte at høre deres egen musik, se deres egne film, gå i ungt modetøj og blande sig i politik.

De voksne blev bekymrede og kaldte den nye ungdomskultur "farlig". Men de unge var ligeglade. Nu ville de selv bestemme, så de droppede forældrenes idealer, begyndte at klæde sig "sejt" i stedet for "pænt", holde fester og høre rytmisk musik.

Alt det, forældrene syntes, var trygt og rigtigt og ordentligt, skulle vendes på hovedet.

Og lige siden har ungdommen været på tværs.

Når en ungdomskultur får rigtig godt fat, kan man være sikker på, der kommer en modkultur og vender det hele på hovedet.

Da ungdommen blev sat fri

I 1960'erne blev det muligt for de store efterkrigsårgange at vælge den uddannelse, de havde mest lyst til. De fik adgang til p-piller og senere fri abort. Så der blev festet igennem.

De unge i 60'erne lod håret gro ned over ørerne. Prøvede grænser af. Droppede drømmen om kernefamilien og flyttede i kollektiv. Blev militærnægtere og fredsaktivister. Hørte helt nye former for musik: Beat og pop. Eksperimenterede med alkohol og stof-



Leif Madsen, født i april 1949:

Ung i 60'erne og 70'erne

“Jeg kom ret sent ud i nattelivet. Har nok været 19 år eller sådan noget. Vi gik i byen og havde det faktisk rigtig hyggeligt. Kom hinanden mere ved, end jeg synes, man gør i dag. Alle var søde og rare. Jeg lærte, at man skal turde gå ud og feste med andre. Vi hyggede os sammen, lavede noget mad, fik nogle øl, hørte Beatles og al den gode musik, der kom frem dengang. Min far kunne ikke fordrage Kim Larsen og Poul Dissing. Min mor syntes, jeg købte for mange plader og for lidt tøj. Men det var en god ungdom, hvor jeg også blev politisk interesseret og aktiv i Socialdemokratiet.”

fer. Gjorde de voksne til grin og nægtede at blive voksne selv.

Forældrene var bekymrede. Med god grund må man nok sige.

Oprøret fortsatte op gennem 1970'erne. Håret blev længere og længere. Ungt modetøj måtte gerne se laset og lappet ud. For økonomien blomstrede, og de unge gjorde oprør imod forældrenes forbrug, der nærmest eksploderede i de år: Hårde hvidevarer, fjernsyn og parcelhuse blev allemandseje. Men den var de unge ikke med på. De ville beskytte naturen imod de voksnes overforbrug og grådighed.

Oprør på oprør på ...

Hippierne så vilde ud med deres lange hår, spraglede tøj og oprørske livsstil.

Og punkerne var endnu vildere. De piercede sig, farvede håret sort, gik med masser af make-up (også drengene) og hørte monoton, aggressiv musik. Punkerne prægede især ungdomskulturen i 1970'erne og 1980'erne. Deres holdning var, at alle bare skulle gøre præcis, hvad de ville, for verden gik alligevel under i morgen.

“Punkerne” kunne godt lide at lave ballade og besætte huse. Gerne sammen med “hippierne”, som senere blev kaldt “flipper”.

Fortsættes side 22



Punkerne ville gerne slå. Det sammen ville "rock-erne", som mest af alt mindede om 1950'ernes unge vilde, og som gerne kørte rundt på motorcykler og knallerter iført lædertøj.

Vold passede ikke helt så godt til hippiernes ungdomskultur, for de gik ind for fred i verden.

Nogle ungdomskulturer har ry for at være mere voldelige end andre. Nogle ungdomskulturer prøver bevidst at se farlige og voldelige ud. Men måske er der ikke så stor forskel i virkeligheden.

De kyniske 1980'ere

I begyndelsen af 1980'erne opstod begrebet "yuppie" i USA. En engelsk forkortelse af "ung professionel byboer". Altså en ung person med (vellønnet) arbejde. For nu blev det moderne at være ung, rig, smuk og gerne lidt hensynsløs.

Selv om "yuppie" næsten rimer på "hippie", betyder det nærmest det modsatte.

Hippierne ville passe på jorden og fællesskabet. Yuppies ville passe sig selv og deres egen succes. De viste deres foragt for både hippier, punkere og rockere ved at flashe dyrt tøj, ure og smykker, bo i dyre lejligheder, gøre lynkarriere, være ligeglade med bløde værdier som familie og miljø og kaste om sig med penge.

Det var yuppiesne, der gjorde cafélivet i de store byer populært.



Svend Erik Pedersen, født i februar 1955:

Ung i 1970'erne

"Det var udfordrende, da jeg var ung. Vi lærte ikke, hvordan man klarer sig selv. Det lærte jeg af andre unge. Og der var mange ting ved ungdomskulturen, mine forældre ikke syntes så godt om: Trompetbukser, mine valg af sko, spionfilm, cowboyfilm, Christiania. Altsammen ting, jeg syntes, var spændende, men det var min far og mor altså ikke enige i. Senere forstod jeg dem bedre, så inden jeg siger noget om ungdommen i dag, tænker jeg altid lige på, at jeg selv har været der."



En undergruppe af yuppies blev kaldt "DINKS" (Double Income No Kids). Der blev ikke født særlig mange børn i 1980'erne. Familieliv var blevet umoderne.

2020: Internettet har ændret alt

I slutfirserne og begyndelsen af 1990'erne hed den nye ungdomskultur Grunge.

Bands fra nordvestlige amerikanske byer som Seattle, Washington, Olympia, Washington og Portland lancerede musikken, som forbindes med Generation X (født mellem 1965 og 1980).

I 00'erne blev alle verdens unge og ungdomskulturer forbundet på "Facebook". Flere sociale netværk kom til, og i dag kan en ung trend gå viralt verden over på få minutter og forsvinde lige så hurtigt igen. I dag kan unge blive synlige hurtigere end nogensinde før. Og i 2010'erne blev det muligt at høre musik og se film, når og hvor man vil. Det har i den grad ændret ungdomskulturen, og meget tyder på, at de unge kommer til at bruge tilgængeligheden til hele verden mere politisk i 2020'erne.

Ungdommen bliver længere og længere

De unge vil have de voksne til at standse klimaforandringerne: Forbruge mindre, spise mindre kød, genbruge mere og tænke sig meget mere om.

De nye unge vil have mere ligestilling. Ned med racisme, sexismen og undertrykkelse af alle former



Bettina Deublein Nielsen, født december 1972:

Ung i 1990'erne

"Det eneste, mine forældre ikke var så vilde med, var, at jeg begyndte at ryge.

Jeg kan huske en episode, da min søster var 14 år, det har været i 1989. Hun ville tage mig med i byen, ned på noget, de kaldte "Bondegården". Det var første gang, jeg var sådan rigtig i byen. Og min mor gav min søster skrappe ordrer om at passe på mig. Så min søster nåede at blive meget bekymret, da jeg lige var væk et øjeblik. Jeg skulle bare på toilettet. Så det har vi da grinet meget af siden."

for mindretal (herunder mennesker med udviklingshandicap).

Det kommer ikke til at gå stille af, og man kan allerede nu se tydelige tegn på et nyt ungdomsoprør. Genbrugstøj er blevet moderne. Det er in at være veganer, vegetar eller i det mindste nappet et par ugentlige kødfri dage. Elbiler og elløbehjul hitter. Og sorte musikere bruger n-ordet om sig selv for at tage pis på de hvide, som tror, de har ret til at undertrykke.

Siden 1950'erne er ungdommen blevet længere og længere.

Dengang var man ung i teenageårene fra omkring 14 år til omkring 19 år.

I dag begynder ungdommen i 10-12-årsalderen (preteens) og fortsætter til langt op i 30'erne. Folk venter med at få børn for at nyde ungdommen i 20 år eller mere.

Og den udvikling ser ud til at fortsætte. Ungdommen med oprør, fest og modediller fylder mere og mere i et helt almindeligt menneskeliv. Måske fordi det er dér, vi finder ud af, hvem vi egentlig er og gerne vil være.



ULF med til Skalbjergets 725-års jubilæum

Tre repræsentanter for ULF Assens Kreds var inviteret med til landsbyjubilæum i den lille fynske by Skalbjerget i oktober.

Det blev en meget speciel dag med kaffe, kage og boblevand til både børn og voksne.

ULF havde fået lov at lave lidt reklame og blev godt modtaget. Mange var interesserede i at høre om foreningen, der er mennesker med udviklingshandicaps helt egen.



Nordjyder på valg

Reportage fra en inspirerende generalforsamling i Frederikshavn 21. oktober.

TEKST OG FOTOS: LISSY SIMONSEN

Der var nyttig viden om hacking og falske Facebookprofiler som sidegevinst, da ULF Frederikshavn Kreds i oktober holdt generalforsamling på Gimle i Frederikshavn.

Pengesager blev der også orienteret om, for mange ULFere synes, det er lidt af en jungle at finde rundt i rentesatser, valg af bank mv.

Gitte Steen Jensen og Henrik Adler Wennerwald blev valgt ind i bestyrelsen, mens kredsens kasserer, Per Simonsen, blev valgt til at sidde med i hovedbestyrelsen.

Formand Poul Frost fortalte om kredsens aktiviteter i de to år, der er gået, og derefter var der lejlighed til at komme med idéer til de næste to år.



Mange ULFere kan ikke huske koden til deres egne penge

Den flinke bankassistent er blevet afløst af automater og digitale betalingsordninger. I praksis betyder det, at velfungerende mennesker med udviklingshandicap må opgive at ordne deres pengesager selv.

TEKST CLAUS FREDERIKSEN • FOTO: CLAUS FREDERIKSEN OG DANSKE BANK



ULF får en del henvendelser fra ULFere rundt omkring i landet, der på forskellig vis har fået svært ved at hæve og bruge kontanter.

“Flere banker lukker for, at man kan gå ind og hæve penge ved skranken. Nogle steder kan det stadig lade sig gøre, men det koster. Og ULFere har jo typisk ikke så mange penge at gøre med. Så det er et kæmpe problem. Rigtig mange ULFere og ældre har svært ved at bruge hæveautomater og huske pin-koder. I sidste ende kan teknologien gøre disse mennesker økonomisk umyndige, fordi de ikke længere er i stand til at håndtere deres egen økonomi og deres egne penge,” siger ULFs politiktolk, Ole Christian Madsen.

Gode idéer efterlyses

Han har præsenteret problemet for mange politikere i sit netværk, og de fleste vil faktisk gerne give ULFerne nogle bedre muligheder. Men det er småt med gode idéer.

“Vi skal helt sikkert nok få tekniske løsninger, som alle kan bruge. For eksempel ansigtsgenkendelse og fingeraftryk. Men de koster penge, og mens vi

venter, kan det ende med, at nogle bliver økonomisk umyndiggjorte, fordi de ikke kan huske en pin-kode, bruge mobilen som betalingsmiddel eller finde ud af udviklede betalingsløsninger på nettet,” siger han.

“Mange af vores medlemmer har for eksempel lært at tanke deres rejsekort op med kontanter. Det har fungeret i mange år, men så lukker automaten i Viborg på grund af corona. Og pludselig skal folk fra Viborg så til enten Aarhus eller Herning for at få penge ind på rejsekortet. Det er rigtig ærgerligt for alle, der ønsker, at mennesker med udviklingshandicap skal være mere selvhjulpne,” peger Ole Christian Madsen på.

Penge er blevet umoderne

Bankerne, Rejsekortet og de handlende har ingen interesse i at gøre det sværere for mennesker med udviklingshandicap at handle, rejse, spare op og tage økonomiske beslutninger på egen hånd. Problemet er bare, at rede penge er godt på vej til at gå af mode. Behovet for sedler og mønter er blevet mindre, som kommunikationsmedarbejder i Middelfart Sparekasse Bjarne Jacobsen forklarer:

“Brugen af – og behovet for kontanter er faldet markant over de seneste år. Og den udvikling går kun hurtigere under corona-krisen, hvor mange butikker helst ikke modtager kontant betaling. Derfor er der også færre pengeinstitut-filialer med kassebetjening tilbage.”

Det betyder dog ikke, at kontanter er på vej til at blive afskaffet, understreger han.

Banken hjælper med teknologien

“Det er i høj grad en politisk beslutning, hvor der også skal tages hensyn til de borgere, som måske har svært ved at håndtere digitale penge. For det er

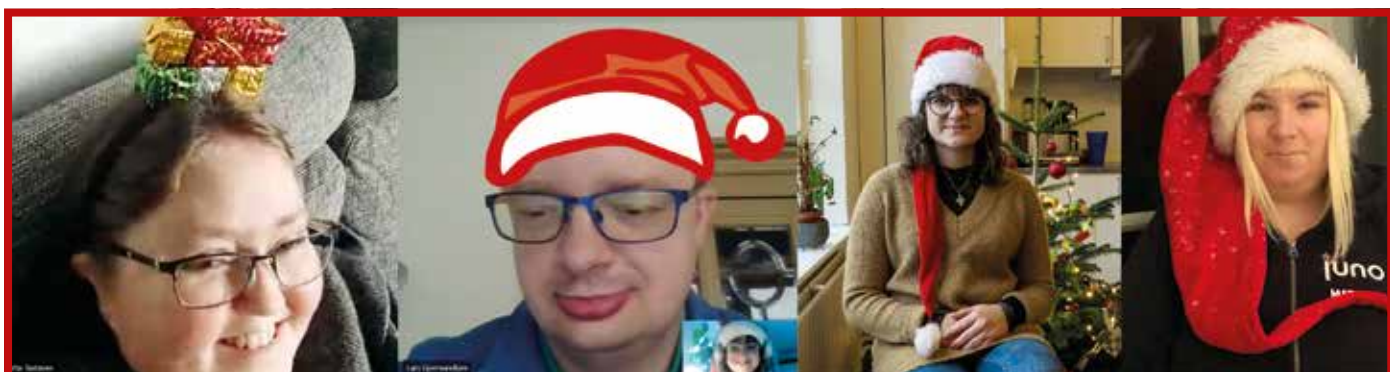
Fortsættes side 29

bare lettere at forstå penge som et fysisk produkt, man kan have i hånden. Jeg kan i hvert fald se på mine børn og mig selv, at det gør mere ondt at betale med en 500-kroneseddel i en butik end at køre kortet igennem,” siger han.

“Vores opgave er selvfølgelig også at hjælpe vores kunder med at lære de digitale muligheder at kende, og det gør vi både 1-1 og på vores hjemmeside.”

Bjarne Jacobsen bruger Apple som eksempel på, hvordan teknologien udvikler sig.

“Først skulle man bruge fire- eller sekscifrede koder, så kom fingeraftrykket, og nu åbner jeg stort set alle apps på min telefon med face-id. Mit pas er også forsynet med fingeraftryk, og der vil helt sikkert komme mere udvikling på den front. Sikkerheden er selvfølgelig vigtigst. Men der arbejdes også meget på at gøre det så enkelt som muligt at bruge de mange nye teknologier,” siger han.



God julestemning fra Jette Tastesen, næstformand i ULF, Lars Gjermandsen, formand for ULF, Rikke Gravgard Sørensen, formand for ULF Ungdom og Mathilde Faber, næstformand i ULF Ungdom.



RIGTIG GOD JUL

Landsformændene i ULF vil rigtig gerne ønske alle en rigtig glædelig jul og et godt nytår. Julen i år bliver nok ikke som tidligere år på grund af corona. Alle må vi tage vores forholdsregler. Men julen kan sagtens blive hyggelig alligevel. Vi glæder os til at genses i 2021.

ULFere anbefaler:

Bjarne Jensen, som arbejder på ULFs kontor i Vejle, læser rigtig mange bøger. Her i ULFnyt vil han gerne dele sine erfaringer og anbefalinger af de bedste bøger, han har læst.

Er man ikke så meget for at læse, fås de anbefalede bøger også som lydbøger.

”Jeg foretrækker krimier, for det vigtigste for mig er, at bøgerne er spændende,” fortæller Bjarne Jensen.

”Når man læser, finder man ro og underholdning.”

Lydbøger kan man høre, mens man laver alt muligt andet; stryger, går tur, rydder op, maler...

Men Bjarne foretrækker trykte bøger, for han har været i gang med læsningen i mange år, så det er han vant til.

Ring til Claus Frederiksen på ULF-kontoret, hvis du har brug for hjælp til at gå på biblioteket. Digitalt eller i virkeligheden. Det er nemt. Det er gratis.



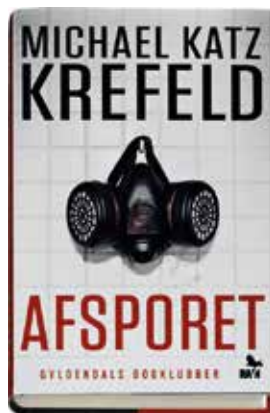
Og det er sjovt/uhyggeligt/lærerigt/spændende/sørgeligt at læse. Du bestemmer selv.

Få hjælp af en bibliotekar, hvis du har særlige ønsker.



Download appen eReolen, hvis du ikke har den allerede.

ANBEFALING:



AFSPORET

Af Michael Katz Krefeld

Bjarne Jensen anmelder:

Det er en spændende krimi, hvor der sker mange uhyggelige ting.

Læs ikke lige før, du skal sove. Når du først er i gang, kan du næsten ikke lægge den fra dig.

KOLDKRIGSMUSEUM



**LANGELANDS
FORTET**

Svend Erik Pedersen, formand for ULF Svendborg Kreds, anbefaler en tur til Langelandsfortet:

Fortet er virkelig et besøg værd. Der er også et museum og en ubåd, man kan komme ind og se. Der er beskyttelsesrum, soldateruniformer og film.

Når man er færdig, kan man gå sig en tur og nyde de smukke omgivelser.

KÆRESTESIDERNE



FIND FLERE KONTAKTANNONCER
PÅ KNUUS.DK

MAND SØGER KÆRESTE

Jeg hedder Lasse og er 36 år. Jeg bor i Kalundborg. Jeg kan godt lide musik og stand-up. Jeg søger en sød kvinde med humor i alderen 30 til 40 år. Du skal helst bo på Vestsjælland.

Kærlig hilsen Lasse

Tlf. 42 21 83 68

HUMORISTISK KVINDE SØGES

Jeg hedder Sten og er 40 år. Jeg bor i Ørum på Djursland.

Mine interesser er at lave mad, se danske film, tage til koncerter, hjælpe med haven og kløve træ. Jeg har en hund, og jeg kan godt lide at tage ud at fiske.

Det betyder ikke så meget, hvor du kommer fra, men du skal helst være mellem 39 og 42 år, og du skal kunne tåle lidt humor.

Venlig hilsen Sten Jørgensen

Tlf. 23 84 54 30

IKKE-RYGER SØGES

Jeg hedder Kåre og er 42 år. Jeg bor i Holbæk. Jeg søger en kæreste som er mellem 27 og 44 år. Du skal være ikke-ryger og bo i Jylland eller på Sjælland.

Venlig hilsen Kåre Friis

Tlf. 21 53 43 63 eller 59 44 44 02

PRINSESSE SØGER PRINS

Du skal være mellem 55 og 57 år og bo i København. Du må meget gerne have bil. Du må meget gerne være glad for dyr. Du skal være ærlig og kærlig. Mine interesser er danske film og dansk musik. Husk et billede og dit telefonnummer, når du skriver til mig.

Hilsen Prinsessen – billetmærke 2573

Sendes til Dæmningen 58, 7100 Vejle.

Skriv billetmærke-nummeret øverst på kuverten.

KVINDE SØGER MAND

Jeg hedder Trine, er 38 år og bor i Skovby/Galten. Jeg søger en ven mellem 36 og 41 år. Jeg søger en, der kan lide at gå på cafe, shoppe og bowle.

Du må gerne være god til at lave mad. En man kan hygge og snakke godt med. Du skal være ikke-ryger.

Venlig hilsen Trine Assentoft

trineassentoft@yahoo.dk

KÆRESTE SØGES

Jeg hedder Dennis og er 32 år. Jeg bor i Viborg. Jeg kan godt lide at spille bowling, tage ud at spise, tage i biografen og gå en tur.

Du skal være 25 til 38 år, og du må komme fra alle dele af landet.

Venlig hilsen Dennis Lauridsen

Tlf. 22 44 24 60

KÆRESTESIDERNE



FIND FLERE KONTAKTANNONCER
PÅ KNUUS.DK

KVINDELIG KÆRESTE SØGES

Jeg søger en sød og charmerende pige. Jeg er en trofast, ærlig og glad mand på 47 år.

Jeg kan godt lide musik, fest, cykelture, at tage ud at spise og hjemlig hygge. Glæder mig til at høre fra dig.

Billetmærke: 3813

Hvis du finder kontaktannoncen interessant, så send et brev til ULF, Dæmningen 58, 7100 Vejle. Husk billetmærke-nummeret øverst på kuverten.

KÆRESTE/VEN SØGES I NORDSJÆLLAND

Jeg er en dame på 59 år. Jeg bor i min egen lejlighed i Nivå i Nordsjælland. Jeg kan godt lide at gå ture, høre musik og se film i biografen eller på DVD.

Jeg kan også godt lide god mad og en dejlig kage. Du skal helst bo på Sjælland.

Mange hilsner EV

Tlf. 22 73 69 05

KÆRESTE SØGES PÅ SJÆLLAND

Jeg er en frisk mand på 67 år. Jeg bor i min egen lejlighed i Gentofte. Jeg elsker god mad, kaffe og hygge.

Jeg kan rigtig godt lide dansk musik, gamle danske film og at male. Jeg er en god ven og kæreste.

Kærlig hilsen Per

Tlf. 28 72 43 10

Send en lille tekst om dig selv, og hvem du gerne vil møde til:

ULF, Dæmningen 58, 7100 Vejle

Vores erfaring er, at 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 for at kunne sende svarene videre til dig.

Kontaktannoncer uden kontaktoplysninger bliver kasseret.

Hvis du gerne vil have din kontaktannonce ind på knuus.dk, så skal du skrive det i brevet.



HYGGELIGE OG SMUKKE FYN OG ÆRØ



Fyn og Ærø - Danmark

Tag med ULF Ferie til hyggelige og smukke Fyn og Ærø. Vi bor på Hotel Faaborg Fjord, der ligger tæt ved vandet, så man har mulighed for at smutte ned og dyppe tærerne. Alle værelser har balkon eller terrasse, hvor det er muligt at sætte sig og nyde en stille stund. Opholdet er med halvpension.

På denne rejse kommer vi bl.a. forbi Egeskov slot og den smukke park. Vi besøger en af de mest populære øer i det sydfynske øhav, nemlig Ærø, hvor vi kommer rundt i både Ærøskøbing og Marstal. Vi kommer også forbi Lundeborg, som du måske kender fra Lundeborghymnen. I Kerteminde kigger vi forbi havnen og har man lyst, kan man købe en billet til Fjord & Bælt oplevelsescenter, hvor man har mulighed for at røre ved mange af fiskene og skaldyrene i akvarierne. På hjemrejsen besøger vi Odense, hvor man kan gå med på en lille byrundtur eller kigge rundt på egen hånd.

REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: den 12. juli 2021

Hjemkomst: den 15. juli 2021

Pris pr. person
i delt dobbeltværelse kr.

5.995,-

Tillæg for eneværelse: kr. 800

INKLUDERET I PRISEN

- Busrejse til Fyn og Ærø t/r
- Hotelophold på Hotel Faaborg Fjord
- Morgenmad (man. - tors.)
- Aftensmad (man.-ons.)
- Rundrejse i henhold til beskrivelse
- Entré til park og udstillinger ved Egeskov Slot
- Dansk guide på rejsen
- Deltagelse af ULF Feries frivillige

BETALING

Depositum på kr. 1.500,- betales ved tilmelding (indsend skema)

Restbeløb ved deleværelse: 4.495 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 5.295 kr.

betales senest den 12. april 2021

Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst: navn/Fyn

OBS

Bussen samler op i hele Danmark, 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

Coronakunstnere

Som du kan se på forsiden, har kunstholdet i bofællesskabet Hindhøjlen i Hinnerup ved Aarhus skrevet dette sjove digt om corona.

CORONA DIGT

DIGTET AF SILLE, DINNA, HENRIK T.

VI SKAL PÅ HINANDEN
 PASSE PÅ
 ELLERS GÅR DET HELE
 I STÅ!

CORONA ER BÅDE GOOT OG SKIDT
 MEN VI VIL HELLERE VÆRE DEN KVIT

VI HAR VÆRET PÅ EKSTRA TURE
 OG VI VAR SLET IKKE SURE

VI KUNNE IK' KOMME PÅ JOB
 FORDI VI TOG ET HOP I EN KOP! -

VI SKULLE VÆRE HJEMME
 DET KAN VI IKKE GLEMME

VI SAD OG SPISTE I HOLD
 OG SÅ BLEV MADEN KOLD OG KLOKKEN DEN BLEV TOLL!

VI BRUGER SPRIT
 HVER GANG VI TAGER ET SKRIDT, DET GØR VI TIT

DET ER IK' EN AND, VI HOLDER AFSTAND!

VI SKAL HA' MUNDBIND PÅ I BUSSEN
 ELLERS KOMMER FRU KNUDSEN

VI HÅBER DET SNART ER OURE
 FORDI DET ER MEGET SJØVERE
 NÅR DET ER OURE!

LAVET TIL KUNST
 D.
 24/9. 2020