

# ULF UNGDOM

UNGE • LIGHED • FÆLLESSKAB

3. årgang • nummer 4 • december 2017



ULF UNGDOMS NYE FORMAND • UNGE-RABAT PÅ REJSE MED ULF FERIE  
EFTERÅRSKURSUS • JULEHYGGE OG BAGVÆRK I AARHUS • PROJEKTET:  
JEG STYRER MIN EGEN ØKONOMI • TAK FOR KNÆK CANCER-INDSAMLINGEN



# FORMANDEN HAR ORDET

AF RIKKE SØRENSEN, FORMAND FOR ULF UNGDOM

Jeg er jeres nye formand og glæder mig så meget til at lære jer at kende og lave en masse fede ting sammen med jer.

Jeg vil fortælle lidt om mig selv, så I kan få et billede af, hvem jeg er. Jeg hedder Rikke Sørensen og bor i Odense i et støttecenter.

Jeg er 22 år. Jeg har et skånejob på ca. 16-20 timer om ugen i Vero Moda, som er en tøjbutik, i Tarup Center. Jeg hjælper kunder og hjælper også med at pakke varer ud og opfyldning i butikken, og det er jeg rigtig glad for. Jeg har de sødeste kollegaer, og det betyder en del for mig.

I min fritid er jeg meget aktiv. Jeg går i en løbeklub ca. 3 gange om ugen, og det er sådan nogle søde løbemakkere, jeg har. Og så svømmer jeg også ca. 1-2 gange om morgenen, og det synes jeg er en rigtig dejlig start på dagen.

Jeg har en dejlig kæreste, som hedder Lennie, som jeg også bruger en del tid sammen med. Vi går mange ture sammen. Vi kan også rigtig godt lide at lave noget ➤

## ANNONCESALG

Dansk Blad Service ApS · Vestergade 11 A · 5540 Ullerslev

Tlf. 70 70 12 25 - kl. 8.30-12.00 og 12.30-15.00

E-mail: [info@danskbladservice.dk](mailto:info@danskbladservice.dk)

*- hvortil alle spørgsmål vedr. annoncer bedes rettet!*

DEADLINE FOR  
NÆSTE NUMMER

**16.**  
februar

### FORMAND FOR ULF UNGDOM:

Rikke Sørensen

### ANSVARSHAVENDE ULF UNGDOM:

Gitte Christensen

### FORMANDEN TRÆFFES PÅ KONTORET:

Onsdag kl. 10.00-15.00

### ÅBNINGSTIDER FOR ULF'S KONTOR:

Mandag kl. 9.00-17.00

Tirsdag kl. 9.00-16.00

Onsdag kl. 9.00-16.00

Torsdag kl. 9.00-16.00

Fredag kl. 9.00-13.00

Telefonen er altid lukket mellem kl. 12.00-12.30

ULF Ungdom · Dæmningen 58 · 7100 Vejle · Tlf. 75 72 46 88

[ulf-ungdom@ulf-ungdom.dk](mailto:ulf-ungdom@ulf-ungdom.dk) · <https://da-dk.facebook.com/ULFUngdom>

god mad og få et dejligt glas vin til. Ellers har jeg en del veninder, som jeg også ser tit. Vi får bl.a. tiden til at gå med at shoppe, snakke, bage, og hvad vi lige finder på.

Nu har I hørt lidt om mig, så nu er det på tide, at I hører om, hvorfor jeg lige havde lyst til at være jeres nye formand. Jeg synes, vi skal have lov til at bestemme over vores eget liv ligesom alle andre. Men det er ikke altid, vi får lov til det, fordi vi er mennesker med særlige behov, og det SKAL laves om efter min mening.

### DE NÆSTE 2 ÅR VIL JEG GERNE ARBEJDE MED:

- Bedre oplysning til de unge om, hvad ULF Ungdom og ULF kan tilbyde.
- Netværk mellem unge.
- Ledsageordning.
- Arbejde med løsrivelse fra forældre og pædagoger og at blive mere selvstændig.
- Arbejde med både STU'en og videreuddannelse/efteruddannelse.

I næste blad vil I høre mere om, hvordan jeg vil arbejde med tingene, men en ting er helt sikkert: Jeg glæder mig for vildt til

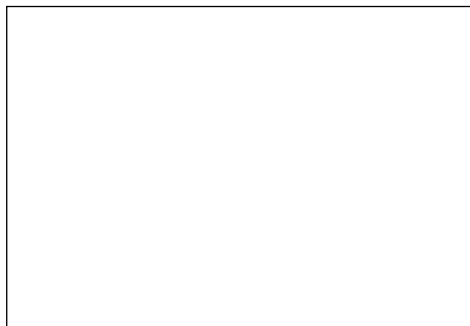
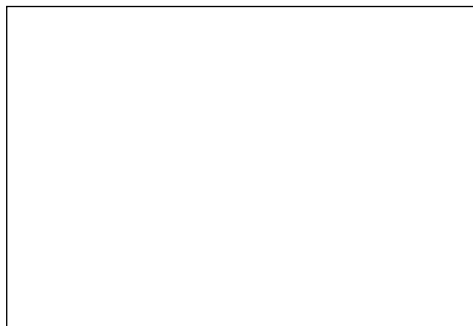
at komme i gang med det. Og også at jeg kan hjælpe alle jer medlemmer, så jeres hverdag kan blive nemmere og sjovere.

Jeg har et stort ønske om, at vi alle skal lære hinanden at kende. Derfor synes jeg, vi skal lave nogle sjove ting sammen i 2018, så hvis I har en supergod ide til en aktivitet, så er I velkomne til at sende mig en mail på [ulf-ungdom@ulf-ungdom.dk](mailto:ulf-ungdom@ulf-ungdom.dk) eller ringe på telefon 21 24 82 88.

Hvis I har lyst til at høre om, hvad ULF Ungdom er, så kan I sende mig en mail eller ringe for at booke os. Jeg vil rigtig gerne ud og fortælle om, hvad jeg brænder for, men også høre jeres ideer til, hvordan vi kan gøre ULF Ungdom til en endnu federe forening, da jeg drømmer om, at vi skal have det bedste samarbejde.

Så hvis du har noget, som du synes, der skal laves om, er du velkommen til at kontakte mig.

*Jeg vil gerne ønske jer alle en glædelig jul og et godt nytår.*





## UNGE-rabat på rejse med ULF Ferie

ULF Ferie har fået penge af TopDanmark Fonden, som skal bruges til, at 30 unge under 30 år kan komme billigere med os ud at rejse i 2018.

Vi ved, at flere og flere unge er på kontanthjælp, og så kan det være en stor udfordring at få sparet sammen til at komme ud at rejse.

Så er du under 30 år gammel og medlem af ULF Ungdom, har du mulighed for at få rabat på en rejse med ULF Ferie. Vi har mulighed for at tilbyde 1.000 kr. i rabat på en valgfri rejse, dog kræver det, at rejsen normalt koster mindst 2.000 kr.

Du kan se vores udbud af rejser på vores hjemmeside [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk) Der kommer løbende nye rejser til. Tilbuddet gælder kun i 2018 og kun de første 30 unge, der tilmelder sig. Du skal selv sørge for at gøre opmærksom på, at du ønsker rabatten, når du tilmelder dig.

# EFTERÅRSKURSUS

Det var to hyggelige dage på vandrehjem den 28. og 29. oktober i Odense, hvor der deltog 35 kursister.

Jette Tastesen, næstformand i ULF, fortalte om, hvordan hun levede sundt, og hvor meget det betyder for hende. Der var skattejagt, og præmien var sunde snacks, som der blev delt opskrifter på.

På kurset talte vi om, hvordan man undgår at blive syg, og hvad følgesygdomme kan

medføre. Der blev også afprøvet, hvor hurtigt en sodavand kan få blodsukkeret op – og bare ved at danse rundt i 5 minutter dalede det hurtigt igen.

Forsøget viste, at det er vigtigt, at man får motion. Om aftenen så vi alle Knæk Cancer, det var hyggeligt.





Julehygge  
BAGVÆRK  
I ÅRHUS

Hver weekend i december

Du kan møde  
**Moccazine**

som er madkundskab til mennesker med udviklingshæmning til julemarked hos Århus Streetfood hver weekend i hele december.

Vi har fyldt boden op med hjemmebakte godter, juleknas og vores nyeste kursusaktiviteter.

Vi glæder os til at møde dig

**MOCCAZINE**



madkundskab

for mennesker med udviklingshæmning



# Vil I med i projektet: **JEG STYRER MIN EGEN ØKONOMI?**

Formålet med projektet er at give unge og voksne med et udviklingshandicap redskaber, så de bedre selv kan styre eller få indblik i deres privatøkonomi. Dette inkluderer undervisning i og udvikling af manualer for brug af NemID, netbank, budgetlægning og gode regler for sund økonomi.

## BORGERVEJLEDERE

Der uddannes borgervejledere, som selv har erfaring med at bruge moderne redskaber til at styre deres privatøkonomi. Borgervejlederne er mennesker med udviklingshandicap og/eller særlige behov, som selv har prøvet at have økonomiske udfordringer og oplevet, hvad det betød for deres hverdag. Borgervejlederne fortæller om deres erfaringer og udfordringer.

## MÅLGRUPPEN

projektets målgruppe er mennesker med udviklingshæmning og/eller særlige behov. Det er personer, som ønsker at forvalte hele eller dele af deres privatøkonomi, eller som bare ønsker at få indblik i deres økonomi. Det er personer i egen bolig, bofællesskaber og ungdomsfællesskaber.

## PROJEKTET

Der skal udvikles materiale til borgeren, så det bliver lettere og mere overskueligt for borgeren at have indblik i egen privatøkonomi. Yderligere skal materialet gøre borgeren mere bevidst om, hvad det betyder for deres privatøkonomi, hvis de køber på afbetaling, og hvor meget de

reelt set kommer til at betale for en vare i forhold til kontantprisen.

Gennem spil og dialogkort får borgeren kendskab til økonomiske begreber, som vedrører privatøkonomi. Der laves små film, som skal vise, hvordan man hæver penge i en kontantautomat, bruger NemID og går på Netbank.

Materialet udvikles, så man kan bruge det hele eller dele af det afhængig af, hvilke udfordringer borgeren har.

Der vil løbende, mens projektet er i gang, blive uddannet økonomi- og borgervejledere, som skal videreformidle og være tovholdere ude i bofællesskaberne.

## ØKONOMIVEJLEDERE

I hver af de deltagende kommuner skal der uddannes økonomivejledere, som er pædagogisk personale, der dagligt arbejder med målgruppen. Økonomivejlederne uddannes i brugen af materialet "Mine egne penge," så de kan formidle dette videre til andre i kommunen, som ønsker at arbejde med at inddrage borgeren i egen økonomi eller blot synliggøre for borgerne, hvad deres penge går til.

Hvis I på jeres botilbud eller Særligt Tilrettelagt Ungdomsuddannelse ønsker at deltage i projekter, kan I kontakte:

Jane Jensen

Mail: jane.@ulf.dk - Tlf. 51 33 23 07



UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND

# KNÆKKERCANCER

Hele 34.902 kr. var I med til at samle ind  
til Kræftens Bekæmpelse.

En stor tak skal lyde til alle jer, som var  
med til at gøre det muligt.



**ULF**  
**UNGDOM**

ønsker vores annoncører,  
medlemmer og læsere en  
rigtig glædelig jul og  
et bragende godt nytår.