



nyt

20. ÅRGANG • NR. 2 • APRIL 2016



TEMA:

Vi er aktive medborgere

Staten skal
sige undskyld
til os

side 5

Maja er
besøgsven på
et plejehjem

side 10



UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND

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

ANNONCESALG

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

*hvor til alle spørgsmål
vedr. annoncer bedes rettet!*

Formand for ULF:
Lars Gjermansen

Formand for ULF Ungdom:
Jette Tastesen

Ansvarshavende ULF/ULF Ungdom:
Gitte Christensen

DEADLINE:
for indlæg er den 21. april.
Næste blad udkommer i juni.

Kontaktannoncer:
skal sendes til ULF's kontor:
ULF, Dæmningen 58, 7100 Vejle

Forsidefoto:
Martin, Allan og Maria

Grafisk tilrettelæggelse:
Rosengrenen ApS

Tryk:
Glumsø Bogtrykkeri A/S
Østergade 17 b, 4171 Glumsø

Åbningstider for ULF's kontor:

Mandag	fra kl.	9.00-17.00
Tirsdag	fra kl.	9.00-16.00
Onsdag	fra kl.	9.00-16.00
Torsdag	fra kl.	9.00-16.00
Fredag	fra kl.	9.00-13.00

Telefonen har altid lukket
mellem kl. 12.00-12.30

Formændene træffes på kontoret:
Tirsdag kl. 9.00-15.00.

Tidligere
folketingsmedlem (S),
Lise Von Seelen, er
ambassadør for ULF



Formanden har ordet

Af Lars Gjermansen

Medborgerskab

Medborgerskab er at have indflydelse i sit eget liv. At man bestemmer selv i sit eget liv. I ULF har vi politiske møder om alle de ting, vi mener, er vigtige for udviklingshæmmedes liv.

Jeg er selv en aktiv medborger ved at være formand for ULF. Ved at tage til møder, følge med i politik og bruge meget tid på at arbejde for ULF.

Politikerne hører, hvad jeg siger. Det er ikke sikkert, de gør alt, hvad jeg siger, de skal gøre. Men de lytter i hvert fald til mig. Det kan godt være svært nogle gange. Men jeg giver ikke op. Man skal bare indse, at det ikke

er enkelt, og at man ikke får sin vilje hele tiden.

I ULF arbejder vi for, at vi udviklingshæmmede får samme rettigheder som alle andre. Vi arbejder for, at vi kan komme ud og være en del af samfundet og være en del af arbejdsmarkedet. Dem, der ikke kan klare et arbejde, de skal have lov til at få deres pension. Ingen tvivl om det. Vi synes alle, der kan, skal ud at arbejde. Ud og prøve at arbejde på det almindelige arbejdsmarked. Men hvis man ikke kan eller vil, skal man ikke.

Kontanthjælp

ULF har været i Folketinget og snakke om kontanthjælp. Politikerne ville gerne blive klogere på, hvem der bliver ramt, hvis man skærer ned på kontanthjælpen.

Der var mange handicapgrupper med, og formanden for DH, Thorkild Olesen gav politikerne en opsang. Han sagde, at regeringens plan om et kontanthjælpsloft vil gå ud over handicappede. Flere handicappede vil blive fattige, og nogle vil ikke have råd til at betale husleje. Skal de så bo på gaden?

Hvis man ikke kan få pension, og ikke kan få et arbejde, så ender man på kontanthjælp. Og hvis regeringen så også vil skære i kontanthjælpen,

så ser det sort ud. Thorkild sagde, at nu vil vi handicappede ikke trækkes rundt i manegen mere. Nu skal politikerne sørge for, at vi kan få et arbejde. Der skal være arbejdspladser til os alle sammen.

Politikerne fra SF, Enhedslisten, Alternativet og Socialdemokratiet lyttede og blev klogere. De lovede, at de ville gøre tingene bedre for handicappede.

Og der er allerede nu blevet lavet om på reglerne, så der ikke bliver skåret i ydelserne, hvis man har et handicap og er på kontanthjælp.

Vi handicappede er nødt til at blive ved med at råbe politikerne op. Heldigvis lytter de en gang imellem.



Nyt fra formanden

Af Lars Gjermandsen

Staten skal sige undskyld for at have svigtet os

Den 2. februar diskuterede Folketinget, om staten skal sige undskyld til alle dem, der har oplevet vold og overgreb på statens institutioner. ULF synes, staten skal sige undskyld. For det er blandt andet nogle af vores medlemmer, det er gået ud over.

Mange udviklingshæmmede er blevet taget væk fra deres forældre og tvunget til at bo på institutioner i kortere eller længere tid. Det handlede om at gemme os udviklingshæmmede væk, fordi folk var bange for os eller ikke ville have os. Forældrene skammede sig over, at de havde fået

børn, der var udviklingshæmmede. Vi fik tæsk, blev truet og oplevede overgreb på institutionerne.

Nu kan vi til vores store rædsel se, at kommunerne igen begynder at opføre store boenheder. Blandt andet i Viborg og Birkerød. Boenhederne giver os dårlige minder om de gamle institutioner. Det skal stoppes.

Det eneste rigtige, folketingspolitikkerne kan gøre, er at lære af fortidens forfærdelige fejl og sige klart og tydeligt stop til institutioner. Lær af fortiden – og lad være med at gentage den.

Alle udviklingshæmmede skal have stemmeret

Der er flere og flere udviklingshæmmede, der bliver umyndiggjort. Det er fordi, det kan være svært at følge med. Især når det gælder IT og pengesager. Det er svært at lære at bruge computer og netbank og NemID.

Desværre må man ikke stemme, når man bliver umyndiggjort. Og det synes vi er uretfærdigt.

Men heldigvis har SF lige taget sagen op i Folketinget. Og det ser

ud til, at alle partier vil give stemmeret til udviklingshæmmede, der er umyndiggjort. Folketinget skal bare lige have stemt det igennem. Det synes vi er rigtigt godt.

Det eneste parti, der er imod, er Liberal Alliance. De synes, det er ligesom at give børn stemmeret. Vi har prøvet at forklare dem, at vi udviklingshæmmede er voksne mennesker og ikke børn. Men de vil ikke lytte til os.

Ferieledsagelse

Nu er det slået fast, at de borgere, der har betalt for personalets løn på ferieture, de skal have pengene tilbage. Kommunerne skal følge reglerne og ikke opkræve ulovlig brugerbetaling. Det er vigtigt, at udviklingshæmmede kan blive ved med

at komme på ferie. Hvis man har brug for pædagogisk personale for at komme på ferie, bør kommunen bevilge det. Og hvis man ikke behøver pædagogisk ledsagelse, kan man jo tage med et privat rejsetilbud, for eksempel ULF Ferie.



Socialøkonomiske virksomheder

Beskæftigelsesminister Jørn Neergaard Larsen har sagt, at han vil lave om på reglerne, så socialøkonomiske virksomheder ikke kan have så mange førtidspensionister ansat.

Men det vil gå ud over os udviklingshæmmede, psykisk sårbare og andre, der er på førtidspension. Mange af os udviklingshæmmede arbejder i en socialøkonomisk virksomhed. Hvis vi ikke kan blive ved med det, hvad skal vi så lave? Vi vil ikke sendes tilbage på beskyttet værksted.

ULF har været med til at protestere over det her. Heldigvis har det været meget i medierne. SF og Socialdemokraterne og andre har støttet os og sagt til beskæftigelsesministeren, at han ikke skal gøre det sværere for førtidspensionister. Og de mener, at han godt vil lytte til dem. ULF fortsætter med at holde øje med sagen.



ULF NYT har snakket med ULF's æresformand **Lisbeth Jensen**.
Lisbeth fortæller her om, hvad medborgerskab er.

Medborgerskab handler om, at man har selv- og medbestemmelse. At jeg selv er med til at bestemme over mit liv, hvordan mit liv skal være, og hvad jeg vil lave. Det er vigtigt at præge, hvad man gør i sit liv. Det er kun en selv, der ved, hvad man vil. Det ved personalet ikke.

Hvis man ikke selv er med til at bestemme, er der andre, der tager beslutningen. Det er vigtigt at blande sig og sige sin mening.

I bofællesskaber vil man gerne høres og være med til at bestemme. Man skal være med til det. At man får mulighed for at lave det, man vil og ikke bare får et bestemt tilbud, og så skal man tage imod det.

Det er vigtigt, at man selv får lov at bestemme, om man vil arbejde på et beskyttet værksted, eller man vil ud på en virksomhed. For eksempel som en medhjælper på en skole eller et supermarked.

Det går nogle steder den rigtige vej og nogle steder den forkerte vej. Når det handler om selv- og medbestemmelse, så skal det være et reelt valg. Nogle gange siger pædagogerne, at de arbejder med selv- og medbestemmelse og borgerinddragelse. Men så bestemmer de alligevel mange af tingene. Nogle gange tror udviklingshæmmede, at de har medbestemmelse, men så har de det ikke alligevel. De bliver bildt ind, at de har det.

Det kommer meget an på, hvordan man stiller spørgsmål. Man skal have nogle ting at vælge ud fra. Hvis man har valget mellem at få spegepølse eller ost, men hellere vil have syltetøj eller pålægschokolade, så er man jo ikke selv med til at vælge. Det samme gælder arbejde eller bolig, eller hvad der ellers er vigtigt i ens liv.

ULF har haft stor indflydelse på udviklingen. Vi har lavet materiale sammen med Socialstyrelsen om medborgerskab. Vi har lavet kurser om medborgerskab, om selv- og medbestemmelse.

I dag bliver ULF'ere taget med på råd, og der bliver lyttet, når vi siger noget. Fordi det er det, vi gerne vil. Det er vigtigt, at ULF'ere har en stemme og bliver taget alvorligt. Det er vigtigt, at vi siger noget. Hvis vi ikke siger noget, er der andre, der tager beslutningen på vores vegne. Så kan man ikke brokke sig bagefter.

ULF bliver ikke arbejdsløs i fremtiden. Jo mere vi er med til at bestemme, jo bedre er det. Jeg synes også, at ULF skal arbejde med medborgerskab fremover. Der kommer altid nye ting at sætte sig ind i og fortælle medlemmer om.

Udviklingshæmmede skal være aktive medborgere i Aarhus

Af Thomas Medom, socialrådmand

"Vi har lige været igennem en 2-årig proces, hvor borgere og politikere har siddet ved samme bord og udviklet en medborgerskabspolitik. Vi har haft utallige middage og arrangementer. Der har både været abstrakte tanker og konkrete idéer og aktiviteter.

Borgerne har været meget interesserede i, at Aarhus skal være for alle, og at Aarhus er en god by at bo i. Det var der rigtig mange, der var interesseret i, både virksomheder, socialt udsatte borgere og hr. og fru Aarhus.

Jeg synes, vores arbejde med medborgerskab er nået meget bredere ud, end jeg havde forestillet mig. Der er rigtig mange, der har taget fat, og det er ikke kun de samme mennesker, der gør det hele tiden.

Hvad gælder "GLÆDEN", så er det et fantastisk eksempel på medborgerskab. Her bliver det hele vendt på hovedet. Udviklingshæmmede, som man tænker er dem, der skal modtage hjælp, er dem der giver hjælp. De er besøgsvenner på et plejehjem. Beboerne er meget glade for dem, og det udvikler sig ofte til venskaber.

Jeg bor i Hjortshøj, og her har jeg kunnet følge på tæt hold, hvordan udviklingshæmmede er begyndt at arbejde hos den lokale bager og i mine børns børnehave.

Før blev udviklingshæmmede pakket væk på institutioner, og nu bliver de fuldt integreret som ligeværdige medborgere her i Hjortshøj. Det har været spændende at følge den udvikling, både som nabo og som socialrådmand. "



Thomas Medom er socialrådmand i Aarhus Kommune. Det betyder, at han er med til at styre, hvordan det går på det sociale område i Aarhus. Han har fulgt med i, hvordan udviklingshæmmede kommer ud og er en del af samfundet. Det synes han er en rigtig god ting. Han synes, det er vigtigt, at udviklingshæmmede er aktive medborgere.

Vi udviklingshæmmede bidrager til samfundet



Maja er besøgsven på et plejehjem, og det er hun rigtig glad for



Hvordan blev du besøgsven?

Jeg har længe tænkt på, at der sidder nogle på plejehjem og er alene. De ser ikke deres familie så meget, så de mangler nogen at snakke med. Så jeg ringede til plejehjemmet i Nykøbing Sjælland, lige ved siden af hvor jeg bor. Jeg spurgte, om jeg måtte være besøgsven. De spurgte, om jeg kunne komme ind til et møde. Så fortalte jeg, hvem jeg var, og hvad jeg kunne tilbyde. Så efter noget tid fik jeg besked fra plejehjemmet om, at jeg godt måtte være besøgsven. De havde fundet en, jeg kunne være ven med.

Snakker I godt sammen, dig og din besøgsven?

Ja det gør vi. Min besøgsven er en mand på 96 år. Han ser ikke rigtigt sin familie. Så han er ensom. Jeg kom og besøgte ham. Vi så hinanden lidt an. Om vi kunne snakke godt sammen. Det gik godt, og nu kommer

jeg fast hver mandag formiddag i en times tid. Nogle gange snakker vi så meget, så vi kunne sagtens bruge meget mere tid. Det er ligesom at snakke med en god ven. Han hører ikke så godt, så jeg skulle lige lære at snakke højt. Ellers kan han ikke høre mig. Han kan godt glemme nogle gange, men det kan vi andre jo også. Ellers er han meget frisk i hovedet.

Vi snakker om alt muligt, store og små ting. Hvad vi har set i fjernsynet. Krig og flygtninge. Dansk politik. Vi får begge noget ud af det. Jeg fortæller for eksempel om noget sjovt, jeg har oplevet. Og så har han måske oplevet noget lignende. Så griner vi af det. Det er lidt som om, det er min bedstefar, jeg sidder og snakker med.

Hvordan blev du taget imod?

Personalet er meget positive over for mig, og jeg får meget opbakning.

Hvordan bliver man besøgsven?

Alle kan være besøgsven. Selvom jeg er udviklingshæmmet, er det ikke noget problem. Dem, som sidder i kørestol, kan også være besøgsvenner.

Det duer bare ikke, hvis man kun sidder og kigger ud i luften. Det får din besøgsven jo ikke noget ud af.

Man skal kunne føre en almindelig samtale. Man skal spørge ind til den, man besøger. Jeg plejer at spørge: Har du haft en god uge? Eller: Har du sovet godt? Hvis han siger nej, så siger jeg, at det kender jeg godt.

Får du penge for det?

Jeg får ikke penge for det. Jeg gør det frivilligt, fordi jeg gerne vil gøre noget for et andet menneske, som er ensomt. For jeg får også noget igen. Jeg vil anbefale jer andre at prøve det.



Anette hækler tæpper til syge børn



Anette Hansen er udviklingshæmmet og bor i Odense. Hun hækler tæpper til børneafdelingen på Odense Universitetshospital. De får et tæppe af Anette hver uge. Anette gør det for at hjælpe de søde små børn. Børneafdelingen er meget glad for Anettes hjælp. Her fortæller Anette om, hvordan det var at komme ind på børneafdelingen og blive vist rundt:

Vi kom ind i venteværelset, hvor der sad en masse børn med deres forældre. Vi spurgte personalet, hvor vi kunne finde Mette Kjær, som vi havde en aftale med. Vi fandt hende ved hovedindgangen, og hun viste os rundt på næsten alle afdelingerne.

Hun viste os nogle billeder fra 1970'erne af indlagte børn. Derefter var vi nede i kælderen, hvor Mette viste os forskellen på børnehospitalet og det almindelige hospital. På børnehospitalets gange var der malerier af dyr i naturen, mens gangene udenfor deres område var hvide og kolde med vogne hele vejen ned.

Så så vi et lokale, hvor forældrene kunne lege sammen med deres børn. Derefter så vi et andet venteværelse med masser af legetøj og billeder af dyr på væggene. Så kom vi til en gang, hvor der hang masser af billeder af kendte personer, som har besøgt børnehospitalet.

Der hang også sportstrøjer, som var blevet doneret, bl.a. med verdens bedste fodboldspiller, Pelé. På gulvene var der tegnet hinkesten, som børnene kunne lege på.

Hvert af børnene havde deres eget skab med forskellige dyr på, og nøglen til skabet havde det samme dyr på.

Et andet sted var der en projektor, som lyste ned på gulvet, så man via en computer kunne projektere forskellige sportsbaner ned på gulvet, som man så kunne konkurrere på.

Til sidst holdt vi et møde, hvor der kom forskellige informationer, bl.a. at tæpperne skulle være ensfarvede, at de skulle vaskes inden aflevering, og at sutterne, som følger med, skal være pakket ind i plastik. På et tidspunkt kom der en overlæge ind, som var meget imponeret over mit arbejde og sagde, at han var glad for, at det ikke var ham selv, der skulle lave tæpperne, for det ville han aldrig kunne finde ud af.



Vi udviklingshæmmede kan rigtig mange ting. Vi skal være stolte af os selv og alt det, vi kan. Nogle skal måske først lige opdage alt det, de kan. Andre er allerede godt i gang med at lave en masse ting. På disse og de efterfølgende sider præsenterer vi nogle ULF'ere, som er meget aktive medborgere.



John Allan er glad for at være på arbejdsmarkedet



Jeg hedder John Allan Poulsen og er født den 11. august 1960. Jeg blev fejlplaceret på Andersvænge, hvor jeg var i 9 år.

1. september 1971 kom jeg på et skolehjem i Ringsted, hvor jeg var til jeg var 15 år. Det var ligesom et børnehjem. Den 1. august 1976 kom jeg på skolehjem i Kalundborg, hvor jeg ikke kunne lide at være. Bagefter kom jeg på et pensionat, som det hed dengang. Der kunne jeg heller ikke lide at være.

Den 1. februar 1987 skete der det, at jeg skulle prøve at bo ude selv. Det var svært i starten, men jeg har lært at klare det selv. Jeg arbejdede på beskyttede værksteder fra 1981 til 1992, bl.a. på Kig ind på Markeds-

pladsen 5. At være på værksted var et rent helvede for mig.

Den 1. april 2008 kom jeg på SAC i Holbæk, der var jeg kort tid, før jeg kom ud igen. Det gik mig på nerverne, og jeg kom ud af det beskyttede værksted. Nu har jeg et godt job i kantinen i Holbæk Kommunes Borgerservice, hvor jeg gerne vil blive, til jeg bliver pensioneret.

Nogle gange siger folk grimme ting til mig, og så bliver jeg meget ked af det. Så får jeg brug for hjælp fra hjemmevejlederen. Når jeg har brug for hjælp, så siger jeg det til folk. For eksempel til mine kollegaer, min familie eller min hjemmevejleder. Jeg er også aktivt medlem af Det Konservative Folkeparti, og de hjælper

mig også. Blandt andet Brian Mikkelsen. Og så er jeg også aktiv i ULF og har været det i mange år. I 2004 startede jeg en ULF-kreds i Holbæk sammen med Jassim Hadsbjerg. Jeg har været glad for at være aktiv i ULF i de mange år.

At komme ud af værkstedet var en lettelse. Jeg har udviklet mig. Jeg er meget mere frisk og glad nu. At være på værksted gik mig meget på nerverne, og jeg var i dårligt humør.

Nu er jeg glad hver dag, når jeg står op og skal på arbejde. Jeg er blevet meget aktiv og har mere overskud og selvtillid.

Så jeg kan helt klart anbefale andre at prøve at komme ud og være på arbejdsmarkedet.



Flemming ordner cykler



Flemming er vild med at ordne cykler. Han kom i skånejob hos en cykelhandler, hvor han lappede og skiftede dæk. Nu er han i fleksjob i DLF, Den Fynske Græsfabrik, hvor han gør rent.

Men Flemming ville ikke sidde og kede sig inde i lejligheden, når han havde fri. Han ville hellere arbejde.

Så han besluttede sig for at begynde at ordne folks cykler. Han har en masse værktøj, og hvis bare hjemmevejlederen kan hjælpe lidt med

regnskab, så går det alt sammen. Faktisk går det rigtigt godt.

Flemming er fiks på fingrene og kan ordne mange ting. Han ordner både cykler, barnevogne, cykeltrailere, børnetrailere og rullestole. Og han lapper og pudser til billige penge.

Hvis du vil have ordnet en cykel eller noget andet, så kig forbi Poppehaven 40 i Odense, så kan Flemming hjælpe dig. Men det er en god idé at ringe først og lave en aftale med Flemming på tlf. 29 85 40 76.

Tina samlede sponsorgaver

Det er vigtigt, at man hjælper til med det, man kan. Man kan for eksempel hjælpe med at lave nogle aktiviteter i den klub eller den café, hvor man plejer at komme. Det gjorde Tina Madsen. Hun hjalp med at finde gaver til bankospil.

Vi skulle have bankospil i Café Amalie i Horsens den 23. februar. Og så manglede vi jo nogle gaver, så man kunne vinde en gave i banko.

Jeg meldte mig til at samle gaver ind til bankospil. Jeg skulle gå rundt i byen og samle gaver ind sammen med to andre. Så fik vi et stykke papir, hvor der stod, at vi skulle finde gaver til bankospil. Det var underskrevet af personalet i caféen. Så gik vi rundt til en masse butikker i Horsens og spurg-

te, om de ville give en gave til vores bankospil. Vi vidste jo ikke, hvordan det ville gå. Det var vi lidt spændte på. Ville vi få nogle gaver? Eller ville de alle sammen sige nej til os?

Det var mig, der gik ind i butikkerne, og de andre der skulle bære gaverne. Det viste sig, at de alle sammen var flinke og høflige og tog pænt imod os. Så det var en god oplevelse. Nogle gav os gaver, andre sagde, at de ikke kunne give os noget.



Vi fik faktisk samlet 25 sponsorgaver i butikkerne. Det var både punge, frisørshampoo, benvarmere, bluser og håndklæder. Så tog vi hjem i caféen og holdt amerikansk lotteri. Jeg råbte tal op, og dem, der så havde nummeret, vandt en gave. Det var et rigtigt godt bankospil.

Jacob lærer andre udviklingshæmmede om IT



Jacob Aakjær Bang fra Aarhus arbejder i en IT-café for udviklingshæmmede.

Her sidder han hver uge og hjælper udviklingshæmmede med IT.

Jacob er rigtig god til at bruge computer, spille computerspil, bruge NemID, bruge Netbank, Facebook og alle de andre ting man laver med computer og mobiltelefon.

Det vil han gerne hjælpe andre udviklingshæmmede med. "Det er

en god idé, fordi vi er i samme båd og bedre kan forstå hinanden. Hvis folk som os kommer ind på et almindeligt kursus, så vil der være nogen, som ikke kan følge med, fordi vi har behov for, at tingene foregår helt nede på jorden," siger Jacob.

Så hvis man bor i Aarhus-området, kan man bare kigge forbi hver mandag på Graham Bells Vej 1 i Aarhus. Så vil Jacob og hans venner i IT-caféen gerne hjælpe dig.



Sabine elsker sit arbejde i supermarkedet

Jeg hedder Sabine, jeg er 30 år og bor i Vejen. Jeg voksede op i Brørup og gik på almindelig skole i specialklasse. Så kom jeg på CSV i Esbjerg og gik der i 2 år. Der lærte jeg ikke så meget. Bagefter kom jeg på værksted i Elmegade i Vejen. Der prøvede jeg forskellige ting, for eksempel montagearbejde og planteskole. Jeg var der i 5 år. Så ønskede jeg at prøve noget andet.

Nu havde jeg været mange år på værksted og ville gerne prøve noget nyt. En ansat fra værkstedet og en KLAP-konsulent hjalp mig med at få et job i Løvbjerg supermarked. Her arbejdede jeg i køl, frost og kolonial. Det var rigtig godt arbejde. Jeg var i Løvbjerg i 2 år. De ville have nye elever ind, og så måtte jeg finde et andet arbejde.

Bagefter fik jeg mit nuværende arbejde i Rema 1000. Det går ud på, at jeg sætter varer på plads i køle- og frostafdelingen. Det er et fast arbejde, og jeg arbejder der 25 timer om

ugen. Det er et skånejob, så jeg får min pension ved siden af.

Jeg snakker også med kunderne. De spørger om forskellige ting. For eksempel om nogle tilbudsvare, eller om en vare er god eller dårlig.

Kunderne er venlige. Og Rema 1000 har taget godt imod mig, også kollegaerne. Jeg er den eneste i butikken, der har et handicap.

I starten var det lidt underligt at skifte fra at arbejde på beskyttet værksted til et arbejde i supermarkedet. På værkstedet var der trykrammer. Det er der ikke i supermarkedet. Der siger de, hvad man skal gøre, og så skal man bare gøre det. Man bliver ikke taget i hånden. Men jeg kan altid spørge om hjælp. Hvis der er udstilling af varer, spørger jeg en kollega, om det er pænt nok, som det er sat op. Eller hvis der er kommet nye varer, spørger jeg, hvor de skal stå.

Før var jeg ligeglad med tingene. Men da jeg begyndte at arbejde i

supermarked, begyndte jeg at udvikle mig og blive bedre til opgaverne. Jeg går mere op i det nu og vil gøre tingene rigtigt. Det er sjovere, når man gør sig umage. Det duer ikke, når der ligger pap og flyder på gulvet. Så kan kunderne falde over det.

Jeg synes, jeg har udviklet mig rigtig meget og fået mere selvtillid. Nu viser jeg nye ansatte rundt. Der kommer også flygtninge og arbejder i butikken. Så hjælper jeg dem og viser dem, hvordan de skal arbejde i butikken. Så går de og hjælper mig med at sætte varer på plads.

Jeg ville ikke gide at gå derhjemme hver dag. Så ville jeg ikke have noget at stå op til. Jeg vil ikke ligge på sofaen hver dag. Jeg er glad for mit arbejde, og jeg vil anbefale til alle at prøve at have et skånejob i en virksomhed. Jeg vil helst være i supermarkedet. Der sker mere. At være på værksted er mere at sidde stille.

Det jeg kan, gør jeg selv

"Det jeg kan, gør jeg selv" siger vi i ULF. Og det er også titlen på et projekt vi har kørt i Fredericia siden 2012. Projektet går ud på, at udviklingshæmmede bruger stoltheder som et mål. At man skal sætte sig nogle mål og blive stolt over, at man udvikler sig. Og så handler det om at være "herre" i eget liv. Det er os udviklingshæmmede, der selv skal bestemme, hvordan vi vil udvikle os. Det er ikke pædagogen, forældrene eller sagsbehandleren.

I projektet har deltagerne øvet sig meget i, at det er dem selv, der bestemmer, hvordan de vil udvikle sig. De har selv valgt deres stoltheder. Stolthederne kan du se her på denne side og de næste sider. Stolthederne blev også præsenteret på en stor konference om "Det jeg kan, gør jeg selv"-projektet den 29. februar 2016 i Fredericia.



Søren: Min stolthed er at være formand for ULF Fredericia Kreds og at være god til at samarbejde med kommunen.



Flemming: Min stolthed er, at jeg kan være handyman. Jeg kan hjælpe folk med praktiske opgaver.



Malene: Min stolthed er, at jeg selv har planlagt mit bryllup og holdt bryllup og er blevet gift med min mand.

Det jeg kan, gør jeg selv

Vi udviklingshæmmede har mange udfordringer i forhold til handleplansmøder hos sagsbehandleren.

Til mødet hos sagsbehandleren deltager ofte personale fra bostedet eller fra værkstedet samt familien. De har alle en mening om, hvad der er vigtigt for os. Så det kan være svært at få sagt, hvad man selv ønsker.

Samtidig er der nogle, som har været så vant til, at andre tager styringen. Så de har svært ved at mærke, hvad der faktisk er vigtigt for dem.

I vores projekt "Det jeg kan, gør jeg selv", hjælper vi udviklingshæmmede med at mærke efter, så man lærer at udtrykke sine egne ønsker. Samtidig er der udviklingshæmmede, der er uddannede som brugervejledere. De kan hjælpe en med at finde ud af, hvad for et mål man skal sigte efter. Brugervejlederne støtter også undervejs, når man skal kigge på, om man har udviklet sig. Og om man er ved at nå sit mål, eller om det er svært.

Projektet er en stor succes. Faktisk slutter det nu her. Men Fredericia Kommune vil bruge det fremover i deres arbejde. Faktisk har de officielt sagt, at udviklingshæmmede skal tilbydes en samtale med en brugervejleder, inden man skal ind til handleplansmøde. Både fordi det skaber mere livskvalitet for udviklingshæmmede, og fordi samarbejdet mellem udviklingshæmmede, pædagoger og sagsbehandlere bliver bedre.

Jeg kan mere, end du tror

Mange af os er vant til at høre om, hvad vi ikke kan, og hvad vi har behov for hjælp til. Så kan man godt nogle gange føle, at man ikke kan særlig meget – og det, man kan, er nok ikke særlig vigtigt. De fleste af os vil altid have behov for en eller anden støtte eller hjælp i vores hverdag, men det er også vigtigt at sætte fokus på de positive vinkler.

Frem for at kigge på, hvad vi ikke kan, og hvad vi har behov for hjælp til, så fokuserer vi på det positive, nemlig de ressourcer og kompetencer som vi udviklingshæmmede har.

Vi opbygger stolthed omkring de ting, som vi kan, og de ting vi lærer. Vi oplever, at stoltheden giver energi og giver mod på mere og dermed større selvtillid og selv-



Martin: Min stolthed er, at jeg arbejder i Rema 1000, og at jeg er blevet lager-assistent.



Maria: Min stolthed er at komme ud at bo selv sammen med min kæreste.



Allan: Min stolthed er at komme ud at bo for mig selv.

stændighed. Når stolthederne fortælles videre til andre, er de samtidig med til at inspirere og motivere andre til også at sætte sig mål, lære nyt og klare ting selv. Vi kalder det en "stolthedsstafet". Vi er med til at inspirere og motivere hinanden – til i højere grad at klare det selv, som man allerede kan. Til at sætte sig nogle mål og til at bevare motivationen. Til at fortsætte med at arbejde med målet, selvom det kan være svært undervejs.

Jette Sørup Tastesen er næstformand i ULF, hun har gennem de seneste år været igennem en rivende udvikling:

Jeg er i dag glad for, at jeg er blevet så selvstændig som overhovedet muligt, jeg har rykket mig rigtig meget gennem de seneste par år, særligt efter jeg er kommet ind i ULF, fordi jeg har fået lov til at prøve kræfter med ting, jeg før slet ikke troede, at jeg ville kunne klare.

Jeg er kommet så langt i min udvikling, at jeg er rykket videre fra bofællesskabet til et center, der hedder Kraftcenteret. Et center med blandede handicap, blandt andet autister, psykisk syge, og sådan en som mig, en bedre fungerende udviklingshæmmet.

Det sjove her er, at hvis jeg har en samtale med de andre og fortæller jeg er udviklingshæmmet, kan folk godt finde på at sige, at man ikke kan mærke på mig, at jeg er udviklingshæmmet. Det er netop fordi, jeg har kæmpet mig frem til, hvor jeg er nu.

I hele mit liv har mine forældre altid vist mig, at det er vigtigt, at man kæmper for de ting, der betyder noget for en. Mit højeste ønske har altid været, at jeg kunne klare mig så selvstændigt som overhovedet muligt. I dag klarer jeg mig stort set selv, det er fordi jeg har taget kampen op og ikke givet op, hvis jeg mødte lidt modgang. Snakker jeg med mine forældre, hører jeg tit: "Jette vi er bare så stolte af dig, du er kommet så langt i dit liv!"

De kan tydeligt se, at jeg trives og har fundet min plads i samfundet. De er stolte over, at jeg kan rumme at yde så meget frivilligt arbejde i ULF. De ved også godt, at det betyder alt for mig at hjælpe andre, som har de samme problemer som jeg selv. Jeg tror, at jeg fungerer som en person, som folk kan se lidt op til. For hvis jeg kan udvikle mig så meget, så kan andre også.



Jeanette: Min stolthed er, at jeg er besøgsven for en ældre ensom dame.



Jette: Min stolthed er, at jeg laver rigtig meget frivilligt arbejde i ULF.



Rita: Min stolthed er, at jeg har lært selv at lave kaffe.

Jeg udfordrer mig selv

Den 18. november 2015 stod Nadja over for en af de største udfordringer hidtil; hun havde sagt ja til at holde oplæg på KL's Handicap- og Psykiatrikonference. I den store sal foran 500-600 mennesker.

En overvældende situation for de fleste, men for Nadja var det en ekstra stor udfordring.

Nadja er blevet uddannet som brugervejleder i "Det jeg kan, gør jeg selv"-projektet.

I starten troede hun ikke rigtigt på, at hun kunne klare det. Hun havde det svært med uvante steder og nye mennesker. Selv når hun skulle ringe på ringklokken, når hun skulle besøge en veninde, kunne hun nogle gange blive så nervøs, at hun bare gik hjem igen.

Derfor virkede det ikke oplagt at blive uddannet brugervejleder, hvor hun skulle stille sig op og holde oplæg foran andre og have samtaler med andre.

Men en af pædagogerne på arbejdet mente, at projektet ville være godt for hende. Så hun gik med til at prøve. Hun gik i gang med at uddanne sig og øvede og øvede på at holde oplæg. Og så skulle hun i gang med at holde oplæg og samtaler.

Hun var nervøs i starten, men det gik godt. Hun fik overrakt et diplom, da hun havde gennemført uddannelsen. Hun har haft mange samtaler med udviklingshæmmede om, hvordan man kan udvikle sig.

Hun har holdt mange oplæg og har allerede fået meget erfaring. Hun har holdt oplæg på pædagoguddannelsen og oplæg for lederne og for sagsbehandlerne i Fredericia Kommune. Og så har hun været til den store "eksamen".

Hun skulle holde oplæg til Kommunernes Landsforbunds handicapkonference. Hun skulle tale foran 600 mennesker fra alle landets kommuner. "Jeg følte, at hvis



Nadja: Når jeg arbejder som brugervejleder og med mine stoltheder, så får jeg sådan en "Yes, jeg kan bare"-følelse.

jeg kunne gøre det her, så kan jeg alt". Hun fortalte om projektet, om at hun er blevet bedre til at komme frem med sin egen stemme, og at hun er stolt over det, hun kan.

Budskabet ligger Nadja meget på sinde. Hun har selv oplevet at sidde til møde hos sagsbehandleren og føle sig overflødig. For en del år siden havde hun en sagsbehandler, som fik hende til at føle, at hun ikke var noget værd og ikke kunne noget.

I dag ved hun, at hun kan en masse, hun skal bare turde tage skridtet.

Hun har gang i flere stoltheder, og har til statusmødet med sin nuværende sagsbehandler selv sørget for at fortælle, hvad hun gerne vil have, at der skal arbejdes med.

"Når jeg arbejder som brugervejleder og med mine stoltheder, så får jeg sådan en "Yes, jeg kan bare"-følelse. Jeg skal ikke have personalet eller familien til at hjælpe mig hele tiden, jeg kan bare selv. Så tænker man:

Ja, det er MIG!! Mig der har været et nul! Og se: Nu kan jeg hjælpe andre".

KONTAKT ANNONCER

EN MAND PÅ 46 ÅR SØGER EN SØD KÆRESTE

Jeg søger en kæreste. Jeg er 46 år og bor i Rødovre i egen lejlighed. Jeg kan godt lide at gå i byen og er rar og sød. Du må gerne være mørkhåret eller rødhåret eller blondine. Du må gerne være 160-190 cm høj. Du må gerne være 30-52 år gammel. Jeg ryger ikke.

Hvis dette virker interessant, må du gerne ringe til mig eller sende mail til mig.

Det skal kun være seriøse henvendelser og kun henvendelser fra kvinder.

Med venlig hilsen Claus fra Rødovre

Tlf. 2674 0483 . email: claus.c.pedersen@mail.dk

SØD OG RAR PIGE SØGES

Hej. Jeg hedder Lasse Kristensen. Jeg er 31 år og svagt-seende. Jeg bruger blindestok. Jeg er sportsfan og ser meget sport i TV. En gang imellem er jeg i Parken og ser en FCK-kamp. Jeg kan godt lide koncerter og shows. Jeg hygger tit i min lejlighed. For eksempel spiller jeg Playstation og hører musik. Jeg kan godt lide massage og er god til at give massage.

Savner du ligesom mig en at dele oplevelser med, så kontakt mig gerne på telefonnummer 42 21 83 68. Jeg bor i bofællesskab i Kalundborg.

Hilsen Lasse

HEJ

Jeg er en kvinde på 62 år, som søger en veninde, som jeg kan skrive sammen med og eventuelt tage på caféture samt andet med. Jeg har ikke selv meget familie, og da mit sociale netværk uden for institutionen ikke er så stort, søger jeg en god veninde, som kan give mig noget nyt indhold i min hverdag.

Jeg bor på en døgninstitution i Brøndby Strand og arbejder på et aktivitetscenter i hverdagen. Jeg er en glad

og sød kvinde, som elsker at hygge og være social. Jeg elsker at opleve ting, såsom koncerter, caféture, biffen, svømning og andet. Jeg har nemt til latter og elsker humor. Min mailadresse er: mphansen53@gmail.com

Med venlig hilsen Marianne Philip Hansen
Lagesminde Allé 60, 2660 Brøndby Strand
Tlf. 43 28 33 92

SØD KÆRESTE/VENINDE SØGES

Jeg hedder Kurt og er 46 år gammel, jeg bor i Brædstrup. Jeg søger en veninde og måske en kæreste mellem 40-50 år. Du skal være sød, ærlig og kærlig. Jeg er udviklingshæmmet. Jeg var skindød, da jeg blev født, og der er en nerve inde i mit hoved, som ikke fungerer, som den skal. Ellers er jeg helt normal.

Jeg er super dygtig til at tage busser og tog fra sted til sted. Det vil være rart, hvis du ikke bor for langt væk. Jeg klarer mig selv, men jeg mangler en at dele oplevelserne og kærligheden med. Jeg kan besøge dig, men du må også godt kunne komme hjem til mig.

Jeg elsker fodbold og er holdtræner i håndbold. Jeg elsker at tage ud og høre musik, specielt Kandis.

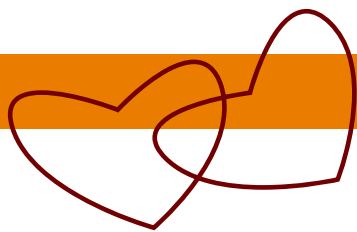
Jeg har min egen lejlighed, og jeg har job i Rema i en beskyttet stilling, og jeg er rigtig glad for at være der. Jeg er ikke-ryger. Det gør ikke noget, hvis du er ryger. Husk at skrive dit telefonnummer og gerne et billede. Du skal bo i Jylland. Glæder mig så meget til at høre fra dig.

Kærlig hilsen Kurt Damgård Pedersen
8740 Brædstrup. Tlf. 42 37 35 27

SØGNING EFTER EN KÆRESTE

Jeg er en stille og rolig mand på 47 år, som søger en pige at være kæreste med og tage på ferie sammen med. Jeg kan lide at tage ud at spise og at se danske film. Skriv til mig.

Billetmærke: Medlemsnummer 2883



KONTAKTANNONCER

SØD KÆRESTE SØGES I NORDSJÆLLAND

Jeg er en kvinde på 55 år. Jeg har rødt hår og blå øjne, jeg er stille og rolig og har et godt humør. Jeg søger en sød, stille og rolig kæreste på 50-58 år.

Du må gerne ryge smøger, det gør jeg selv. Du skal bo i Nordsjælland, jeg bor i Humlebæk. Jeg kan godt lide at se film og høre musik og være i naturen.

Jeg har en kat på 9 måneder. Jeg arbejder på et træværksted. Jeg er ikke glad for kulde og vinter, så jeg glæder mig til det bliver forår og sommer.

Venlig hilsen Billetmærke 4759 Humlebæk

HEJ, JEG ER EN FYR PÅ 43 ÅR

Jeg søger en kvinde mellem 40-45 år, skal bo omkring Horsens, Vejle og Skanderborg. Hun skal være ærlig, loyal, venlig og tålmodig.

Jeg spiller billard og går ture og er god til at lave mad. Og jeg kan godt lide at gå i byen, på café, restaurant, biograf og på tur – kan godt lide hotelophold.

Kun til faste forhold. Alm. udseende og intelligens.

Billetmærke 93

HEJ

Jeg hedder Sussanne. Jeg er 34 år. Jeg søger en sød kæreste, som er alderssvarende til mig.

Den kæreste, jeg søger, skal være mobil, da jeg godt kan lide at gå en tur, tage på café og lignende. Jeg er ryger, og min kæreste må derfor gerne være ryger.

Min kæreste skal helst bo i egen lejlighed – må gerne være i et bofællesskab.

Jeg har planer om at flytte vejle, men der er ikke bestemt et givent tidspunkt endnu.

I min fritid hører jeg musik.

Adresse: Bofællesskabet Frissenborgparken 85, dør 6, 7430 Ikast. Tlf. 20 20 87 19

SØD FYR FRA HOVEDSTADEN SØGES

Jeg hedder Carina. Jeg er 38 år. Jeg bor i min egen lejlighed tæt ved Albertslund Centrum.

Jeg kan godt lide at holde i hånd og kysse. Jeg har det bedst med at SMS'e, tale i telefon og skriver også e-mail.

Jeg vil ikke have, at nogen bestemmer over mig. Jeg kan godt lide at gå ud i byen og spise.

Du skal være en mand på mellem 40 og 45 og helst bo i Københavns-området.

Kontakt mig på telefonnummer 20 96 62 57 eller e-mail: carinalandinnielsen@com

FRISK UNG DAME SØGES

Jeg hedder Palle, jeg er 55 år og bor i et støttecenter i Odense. Jeg er et morgenmenneske. Jeg kan lide at se fjernsyn, se danske film og køre en tur.

Jeg søger efter en kæreste, der er mellem 35-50 år. Du skal bo på Fyn, for så kan vi nemt besøge hinanden. Jeg kunne godt tænke mig en kæreste at hygge mig med, tage på tur med, hvis vi kunne gå ud at spise og spille bowling sammen.

Jeg glæder mig til at få en ny kæreste, jeg kan hygge mig med og være sød ved. Så ring til mig på tlf. 20 37 26 01.

Hilsen Palle

HEJ, JEG HEDDER JACOB

Jeg er 39 og er glad for sport. Jeg søger sød kvinde 35-40 år, du må gerne være glad for sport ligesom jeg selv. Jeg kan godt lide bowling, gymnastik og svømning.

Jeg hygger mig med at se gode film i fjernsynet derhjemme og gå i biografen en gang imellem, og jeg ser også nogle gange dvd i min lejlighed. Jeg kan også godt lide at høre musik og gå til koncerter.

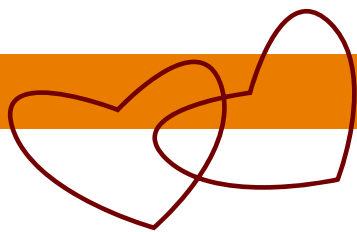
Savner du også en at dele dine oplevelser med så bare kom! Du skal helst bo Fyn, da jeg ikke har kørekort til bil, men du må meget gerne have kørekort til bil.

Det gør ikke noget, at du bor uden for Odense, da jeg er god til offentlige transport.

Håber at høre fra en sød pige.

Kærlig hilsen Jacob

jacobhemberg@gmail.com



KONTAKTANNONCER

FRISK MAND SØGER SØD PIGEKÆRESTE

Hej. Jeg hedder Steen og er 56 år gammel. Jeg søger en sød kæreste mellem 40-50 år gammel. Du må meget gerne bo i Jylland, da jeg bor i Thisted. Jeg bor i min egen lejlighed men får hjælp fra et støttecenter lige overfor hvor jeg bor.

Du må gerne komme og besøg mig, evt. komme på weekend.

Jeg kan godt lide danske film og gåture. Jeg vil også gerne ud at spise, og du kan møde min familie.

Til dagligt arbejder jeg på et værksted i snedkeriafdelingen, det vil jeg også gerne vise dig.

Jeg bruger briller og har høreapparat. Jeg elsker traktorer og ved en hel masse om det.

Håber der er en sød, rar pige til mig derude.

Kærlig hilsen Steen Knakkegaard

Markstræde 6 a, st. tv., 7700 Thisted

Tlf. 97 92 13 07

DAME SØGES

Jeg er en mand på 42 år, der hedder Jan. Jeg søger en dame mellem 35 og 45 år. Du må gerne bo i Vejle, Kolding, Fredericia eller Horsens.

Mine interesser er: At lave mad, gå i byen, se film, gå ud at spise, gå i biografen og høre musik.

Hilsen fra Jan

Tlf. 25 39 09 97

SØD KÆRESTE SØGES

Hej, jeg hedder Flemming og er 47 år og har mørkt hår. Jeg er en sød, rolig mand med masser af godt humør.

Mine interesser er musik og ud at spise sammen og se en god film derhjemme.

Jeg kan godt lide oplevelser, f.eks. rejser, fester og koncerter. Jeg savner en rar og rolig dame mellem 35-55 år, som bor på Fyn. Ring eller skriv til mig på telefonnummer 29 85 40 76.

STØT ULF – giv en pengegave

Det går rigtigt stærkt i ULF for tiden. Der er mange, der gerne vil arbejde sammen med ULF. ULF er i kontakt med kommuner, pædagoger, bofællesskaber, værksteder og så videre. Vi arrangerer rejser, ferieture, fester, politikermøder, foredrag og meget andet. Der er virkelig gang i butikken. Vi skal løbe stærkt for at nå det hele.

Men vi skal også have penge nok for at kunne få det hele til at løbe rundt. Økonomi er jo altid en usikker størrelse i disse tider.

Så giv ULF en pengegave, hvis du vil støtte vores arbejde for, at udviklingshæmmede bliver mere selvbestemmende i deres eget liv, og for at udviklingshæmmede kan stå fast på deres rettigheder.

Pengene kan sættes ind på vores konto i Jyske Bank, reg. nr. 7244, konto nr. 1009171. Hvis du betaler 200 kr. eller mere, så bliver det nemmere for ULF at arve penge skattefrit. Men du bestemmer selv hvor meget eller hvor lidt, du giver. Alle gaver vil blive taget imod med kyshånd!

På forhånd tak!



AKTIVITETER I ULFS KREDSE



UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND



ODENSE KREDS

Fyraftensmøde med Brian Skov Nielsen, Rådmand i Odense Kommune, der fortæller om selvbestemmelse og livskvalitet for udviklingshæmmede og handicappede. Svend Erik fra Odense-kredsen holder oplæg om ULF den 28. april 2016 kl. 15.30 til 17.00 på Rytterkasernen 19, 5000 Odense.

Tur til Egeskov slot

Den 3. juni. Pris 350 kr. Vi mødes i Kulturhuset, Rytterkasernen 19, 5000 Odense kl. 13.00, og vi er hjemme igen ca. kl. 19.00. Man kan tage en madpakke med hjemmefra. Husk at have kontanter med i bussen, da der er mulighed for at købe drikkevarer

Generalforsamling og fyraftensmøde

Den 19. maj kl. 15.30 -17.00. Med Anja Laursen der fortæller om udviklingshæmmedes liv og om de gamle institutioner.

FREDERIKSHAVN KREDS

Generalforsamling den 11. juni kl. 16-17.

Diskoteksaften med grillmad den 11. juni 2016 kl. 18.00 til 23.00 på Klub Gimle, Baldersvej 11, 9900 Frederikshavn. Pris: 100 kr. Tilmelding til Klub Gimle på tlf. 98 45 78 95.

KOLDING KREDS

Generalforsamling 10. maj kl. 18-19

Foredrag om rusmidler og narko den 10. maj 2016 kl. 19.00 til 21.00 på Kulturhuset Levisonsvej 22, 6000 Kolding.

ÅLBORG KREDS

Generalforsamling 2016

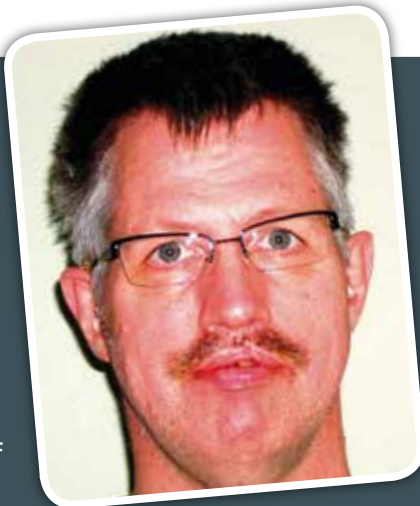
Den 27. maj kl. 18.30 til 20.30 på Kastetvej 26 K, 9000 Ålborg.

HUSK AT KOMME HVIS DU TILMELDER DIG EN AKTIVITET, FOR SÅ REGNER VI MED, AT DU KOMMER. HVIS DU IKKE KAN KOMME ALLIGEVEL, SKAL DU HUSKE AT MELDE AFBUD I GOD TID!

BJARNE JENSEN FRA ULF har selv skrevet en bog om sit liv. Den udkommer i april måned. Bogen handler især om Bjarnes opvækst på institution i Brejning 1958-1974.

Bjarne fortæller uden filter om, hvordan det var dengang. Bogen er på cirka 160 sider og med billeder i. Den koster 125 kroner for medlemmer af ULF.

Vi har også indtalt bogen som lydbog. Du kan købe bogen og lydbogen for 185 kr, hvis du er medlem af ULF.



HVEM ER ULF?

Udviklingshæmmedes LandsForbund er drevet af – og for – udviklingshæmmede. Foreningen har mere end 4000 medlemmer, og hovedkontoret i Vejle drives af udviklingshæmmede. Vi har også medarbejdere, der er kvalificerede til at køre projekter og styre økonomien.

ULF ARBEJDER BLANDT ANDET PÅ AT:

- Blive hørt og få indflydelse på sager, der handler om udviklingshæmmede.
- Informere andre udviklingshæmmede om for eksempel med- og selvbestemmelse.
- Arrangere kurser og ferieture.
- Eliminere mobning og diskriminering af udviklingshæmmede.
- Nedbryde fordomme om udviklingshæmmede.
- Skabe netværk, venskab og kærlighed mellem udviklingshæmmede, fx gennem datingsitet knuus.dk.

VI SIGER TIT:

”Vi kan mere, end du tror, men vi behøver din hjælp”. Vi mener det faktisk. Din hjælp er vigtig for ULF. Sammen kan vi nemlig nå mange mål, som vi for blot få år siden måtte opgive, fordi vi blev overset og holdt ude.

Udvikling • Ligestilling • Forskellighed