



UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND

# ULFnyt

26. ÅRGANG • NUMMER 3 • JUNI 2023

UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUNDS MEDLEMSBLAD



FOTO: ASGER DREWSEN

ULF har rundet endnu et skarpt hjørne i storform. Det blev i april fejret af glade ULFere fra nær og fjern. Kirsten Bastholm og hendes mand gennem mere end 25 år, Per Windahl Nielsen, havde også en herlig dag. De to bor sammen i en lille vestfynsk landsby, der hedder Skalbjerger. Du kan komme med Per og Kirsten og alle de andre gæster til fest side 19, 20 og 21.

**NEJ BETYDER NEJ**  
Overgreb er aldrig OK,  
skriver Lars Gjermandsen  
side 3

**TÆT PÅ DE KENDTE**  
Med handipressen på Sølund  
Musik-Festival  
side 8 og 9

**UNGE JOB-DRØMME**  
Poul Frost giver gode råd  
til STU-elever  
side 22

**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:**

<b>Mandag</b>	<b>fra kl. 9.00-15.00</b>
<b>Tirsdag</b>	<b>fra kl. 9.00-15.00</b>
<b>Onsdag</b>	<b>fra kl. 9.00-15.00</b>
<b>Torsdag</b>	<b>fra kl. 9.00-17.00</b>
<b>Fredag</b>	<b>Lukket</b>

**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

**Nej betyder nej!**

Hvis du bor på et bosted, er din risiko for at blive udsat for et seksuelt overgreb SEKS GANGE så høj som for alle andre danskere.

Især pigerne på bostederne er udsatte, og mange af dem, der begår overgreb, er selv beboere på bosteder.

Som formand må jeg sige, at det er under al kritik. I mænd skal lade pigerne være i fred og respektere, at nej betyder nej.

Hvis du er i tvivl, betyder det nok også nej.

Ifølge samtykkeloven bliver det i dag regnet for voldtægt, hvis man har sex med en person, der ikke klart og tydeligt samtykker hele vejen.

At samtykke betyder, at man virkeligt gerne vil. At man deltager aktivt.

En person, der bliver overtalt eller lokket eller presset eller tvunget til sex, samtykker ikke.

Hvis en person har givet samtykke og derefter fortryder, skal det også respekteres.

Hvis én, du før har haft sex med, fx din kæreste, ikke ønsker at have sex med dig, skal det respekteres.

Stop øjeblikkelig, hvis din partner siger "nej", "stop" eller græder. Hvis det, du gør, er ubehageligt eller gør ondt, så sig undskyld og lov, at du aldrig gør det igen.

En kvinde, der trækker sig eller virker uinteresseret, ønsker IKKE at blive jagtet eller presset. Det ved alle vist inderst inde godt.

Seksuelt overgreb kan ødelægge et menneskes liv, for sex skal jo være trygt og kærligt og dejligt. Så til alle I derude, der åbenbart ikke respekterer en afvisning: I burde skamme jer. Det er slet ikke i orden.

Ingen har pligt til at have sex med dig. Det skal du gøre dig fortjent til med åbne ører og øjne, respekt og varme.



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 til ULFnyt nr. 4 sendes **SENEST 27. JUNI** til karin.svennevig@gmail.com

Læserne har blad nr. 4 mellem 29. august og 1. september.

**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:

## ALLAN FRIIS

FORMAND I

LOLLAND-GULDBORGSUND KREDS



*Foto: Mai-britt V. Nielsen*

*Tekst: Claus Frederiksen*

Allan Friis er nyvalgt formand for den ULF-kreds, der ligger lige syd for Sjælland, Lolland-Guldborgsundkredsen.

“For mig er en god formand sådan en, der gerne vil kæmpe og være der for alle i sin kreds,” siger han.

“Et forbillede for alle andre.”

### **Kæmper for de svageste**

Allan Friis er vant til at kæmpe. Han er aktiv lokalpolitiker for SF på Lolland og planlægger at stille op til næste kommunalvalg.

Og hvis han bliver valgt ind i byrådet, vil han kæmpe for alle, der har det svært:

“Mine mærkesager er de handicappede, de hjemløse, misbrugerne, alle de psykisk sårbare og de ældre,” forklarer han.

Allan Friis har også en voksen datter på 30 år et sted på Sjælland og en fortid som alkoholiker. Indtil videre har han været tørlagt i 12 år. Så den kamp har han også vundet.

*Fulde navn:* Allan Friis.

*Formand for:* Lolland-Guldborgsund Kreds

*Alder:* 59 år.

*Privat:* Bor i et rækkehus i Maribo på Lolland.

*Interesser:* Samvær med vennerne og gåture med labradoren Basse (billedet).



## Julestemning og hygge i Tyskland



# JULEMARKED • STADE & HAMBURG • 3 DAGE

Tag med på juletur til Nordtyskland, og oplev de traditionelle julemarkeder med julelys, brændte mandler og varm kakao. Turen går til Stade og Hamburg, hvor vi besøger deres smukke julemarkeder.

Efter påstigning kører vi til Hamburg, som i den grad er et besøg værd. Her juler man igennem gader og stræder, og vi nyder et par timer i den smukke gamle by, inden vi kører til Stade, hvor vi tjekker ind på Hotel Schwedenkronen. Her bliver der tid til afslapning inden middagen kl. 18, hvorefter det er muligt at blive på hotellet eller gå en aften tur i Stade og suge julestemningen til sig og nyde en kop glühwein (gløgg).

På andendagen starter vi med morgenbuffeten på hotellet. Kl. ca. 11 kører bussen en tur og vi ser området omkring Stade. Efter rundturen med bussen har vi resten af dagen til at besøge julemarkedet og kigge på de mange boder.

På tredjedagen begynder vi hjemrejsen, men inden vi når grænsen, gør vi stop ved et lille charmerende ølbryggeri med tilhørende kro. Her spiser vi en let frokost, får en rundvisning og smagsprøver. Sidste stop på turen, inden vi igen lander ved vores udgangspunkt, er grænsen, hvor der er mulighed for at handle og købe aftensmad i cafeteriaet.

### REJSETIDPUNKT OG PRISER

Afrejse: 24. november 2023

Hjemkomst: 26. november 2023

Pris pr. person i delt dobbeltværelse:

Tillæg for eneværelse: 450 kr.

**4.300,-**

### INKLUDERET I PRISEN

- Busrejse til Stade og Hamburg t/r
- Rundstykke og kaffe i bussen (dag 1)
- Frokostsandwich (dag 1)
- Overnatning på Hotel Schwedenkronen
- Rundvisning på Ricklinger Landbrauerei
- 1 x frokost på Ølbryggeriet
- 2 x Aftensmad på hotellet
- 2 x Morgenbuffet på hotellet
- Deltagelse af ULF Feries frivillige

### TILMELDING OG BETALING

Tilmelding hurtigst muligt

Depositum på 1.500 kr. betales ved tilmelding (Send tilmeldingsblanket eller tilmeld dig på [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk))

Restbeløb ved dobbeltværelse på 2.800 kr.

Restbeløb ved eneværelse på 3.250 kr.

Betales senest d. 1. september 2023

Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst: Dit navn/Stade

### OBS!

Se den nye opsamlingsliste på vores hjemmeside [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk). Er der ikke et opsamlingssted i nærheden af dig, anbefaler vi, at du tager toget til Fredericia banegård hvor bussen samler op. Transport til/fra opsamlingssted står den enkelte gæst selv for.



ULF Ferie er formidler for Vejle Turisttrafik. Vejle Turisttrafik er teknisk udbyder.  
Vejle Turisttrafik CVR. nr: 35388311, medlem af rejsegarantifonden nr. 2476



# Frivillige kommer helt tæt på stjernerne

Kirsten Bastholm fortæller om sine mange år i Handipressens tjeneste på Sølund Musik-Festival. En unik mulighed for alle, der har lyst til at møde deres idoler live.

*Foto: Kirsten Bastholm, Peter Pedersen og Susanne Dencker • Tekst: Claus Frederiksen*

Man kan møde sine idoler i virkeligheden. Det er bare én af flere fantastiske ting ved at være en del af Handipressen foran og bag scenen på Sølund Musik-Festival, fortæller Kirsten Bastholm, som selv har været med i mere end ti år. Indtil videre.

“Et højdepunkt var, da jeg sammen med Niels Bagge skulle interviewe superstjernen Lukas Forchhammer, der nok er bedre kendt som Lukas Graham,” fortæller hun.

Det interview var en stor oplevelse af flere grunde, mindes Niels Bagge. Såvidt han husker var det i 2016:

“Dagen efter ringede TV2 og spurgte, om de måtte låne det interview til et indslag, fordi Lukas Graham afslørede for os, at han skulle være far til en pige. Og det var første gang, han fortalte det til pressen. Interviewet gik viralt på de sociale medier. Så det var en speciel oplevelse,” erindrer han.

Man kan også møde forsanger Johnny Hansen fra Kandidis eller forsanger i Minds of 99 Niels Brandt. Kirsten

Bastholm har både interviewet verdensstjerner som Tamra Rosanes og brugerbands som Brangstrup All-Stars.

“I mit arbejde på Handipressen er der mange gyldne øjeblikke. Vi laver jo også interviews med gæsterne, møder nye mennesker og gamle bekendte,” fortæller hun.

## Kirsten blæksprutte

Mange ULFere kender allerede Kirsten Bastholm, for hun er lidt af en blæksprutte i ULF: Kredsformand i Odense, suppleant i Svendborg, kasserer i Assens, repræsentant i hovedbestyrelsen, medlem af Forretningsudvalget og medlem af redaktionen på ULFnyt.

Blandt andet.

“Noget, jeg er meget stolt af, er mit arbejde som frivillig i ULF Ambassadør, hvor jeg er med ude og holde foredrag om at leve godt med et udviklingshandicap,” siger hun.



*Niels Bagge bor i Odense og har ligesom Kirsten Bastholm arbejdet i Mediehuset, hvor de mødtes og blev venner.*



Lukas Graham, der også hedder Forchammer til efternavn, breakede nyheden om, at han skulle være far, til de frivillige journalister på Sølund Musik-Festival. Og så gik interviewet viralt.



Kirsten Bastholm og Niels Bagge har arbejdet sammen i Handipressen i mange år.

Der er i år Sølund Musik-Festival fra 13.-15. juni i Dyrehaven, Skanderborg. Mere info om Handipressen finder du på hjemmesiden: [Handipressen.dk](http://Handipressen.dk)





# Har du en frisk fotojournalist i maven?



Vidste du, at alle ULFere er velkomne til ULF-nyts mediemøder? Du kan også være med til at skruе bladet sammen og fortælle de gode historier om mennesker med udviklingshandicap.

Møderne forgår i Sjællandsgade 32, 7100 Vejle på ULF's landskontor, der ligger indenfor gåafstand fra Vejle Banegård og Trafikcenteret. I resten af 2023 ser planen for Mediemøder således ud:

**Blad nr. 5: 9. august – fra 15-17**

**Blad nr. 6: 13. september – fra 15-17**

Hvis du er god til at tage billeder, skal vi nok finde nogle spændende opgaver til dig. Dine rejseudgifter bliver refunderet af ULF, hvis vi ikke kan finde en, du kan køre sammen med.





# Send dine festivalbilleder ind til ULFnyt



Det er blevet lettere for mennesker med et udviklingshandicap at deltage i sommerens mange musikfestivaler. Fx. gør Roskilde Festival nu en ekstra indsats for alle handicappede, der både kan være med som frivillige og som almindelige festivalgæster.

Hvis du skal på festival og tager et eller flere gode bille-

der, skal du være meget velkommen til at sende det/dem ind til ULF's redaktion. Skriv til [claus@ulf.dk](mailto:claus@ulf.dk) eller ring på 9282 6804 og hør nærmere.

Husk at skrive HVEM, der har taget billedet, HVEM man ser på billedet og HVOR/HVORNÅR. Deadline til ULFnyt nr. 5 er 4. september.



FOTO: KIM MATTHAI LELAND/ROSKILDE FESTIVAL

På Roskilde Festival ser du de orange veste overalt på festival-pladsen. De er der for at hjælpe dig. Du kan ringe efter hjælp døgnet rundt på 46 36 66 13. Hvis du f.eks. får brug for hjælp til at finde tilbage til dit telt.



# Odense, Assens og Svendborg kredse besøgte den gamle digters hus



*Man kunne gå rundt med høreboffer og få læst op af H.C. Andersens eventyr og beretninger fra danske herregårde, mens man studerede hans papirklip og notater. Her er det Kirsten Bastholm og Søren Aalborg, der får en på opleveren.*



*Tekst: Svend Erik Pedersen*

*Foto: Svend Erik Pedersen og Kirsten Bastholm*

2. april er den danske digter H.C. Andersens fødselsdag. De tre fynske ULF-kredse fejrede dagen sammen med en tur til H.C. Andersens hus i Odense.

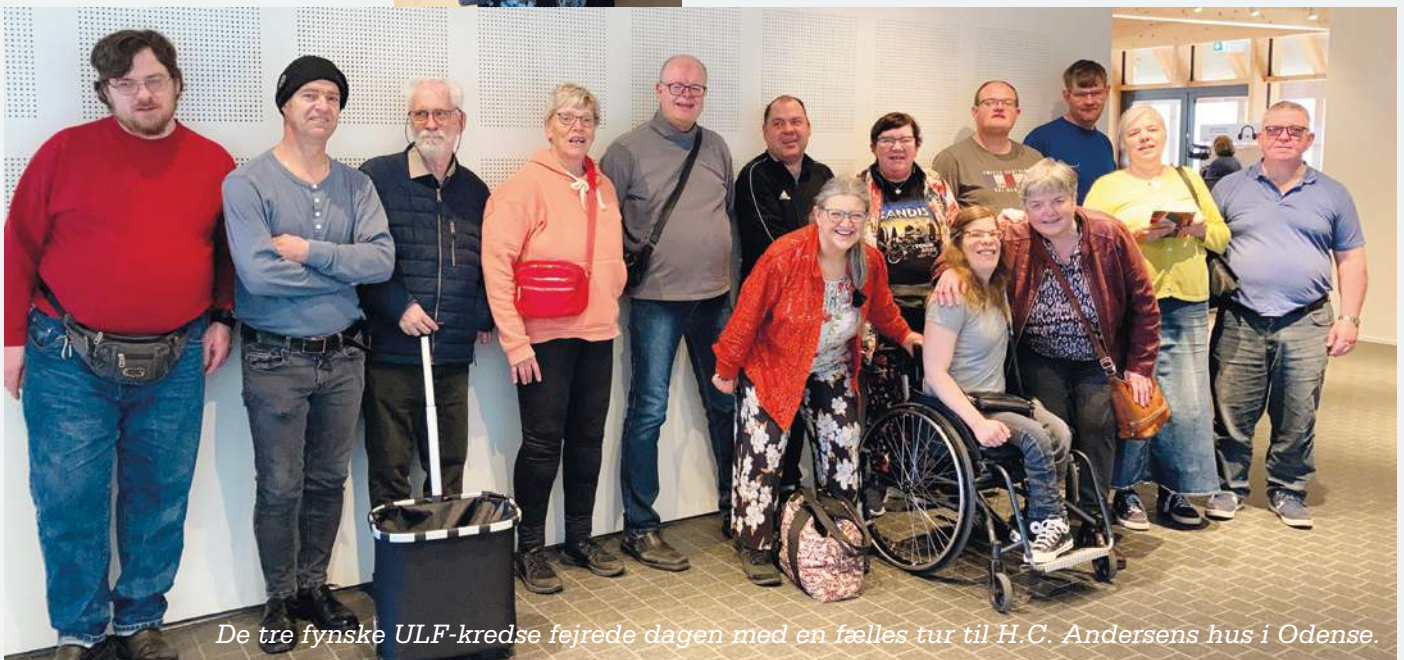
Den gamle digter ville i år være fyldt 218 år. Hvis han havde levet så længe. Han blev kun 70, men nåede at skrive 156 eventyr + en masse dramaer, bøger, rejsebeskrivelser for slet ikke at tale om de fine papirklip, han sad og lavede.

Så det blev et spændende besøg i den gamle digters hus i Odense.

Bagefter hoppede alle på letbanen til Tarup og fik dejlig aftensmad. Vejret var godt med sol og blå himmel. En dejlig dag.



*Bagefter var der hyggelig middag med et godt glas hvidvin til. En dejlig dag – syntes også Line Deurmann her.*



*De tre fynske ULF-kredse fejrede dagen med en fælles tur til H.C. Andersens hus i Odense.*





## Julelys på Bakken og rundtur i DR Byens kulisser



# JULETUR • KØBENHAVN • 2 DAGE

Tag med ULF Ferie til et par hyggelige adventsdage i vores smukke og julepyntede hovedstad.

Vi starter turen med et besøg i DR Byen, hvor vi bliver vist rundt i kulisserne, hvor bl.a. Nyhederne bliver optaget. Derefter går turen til Bakken, hvor tusindvis af julelys stråler om kap i den imponerende park. Tag en tur i en af de mange forlystelser eller bliv fristet af boderne, som tilbyder varme drikke og julens bagværk. Vi spiser på restaurant Staldknægten, hvorefter bussen kører os til hotellet, hvor vi slapper af og lader op til næste dag.

Dagen starter med hotellets indbydende morgenbuffet, og når alle er mætte, putter vi bagagen i bussen og hopper ombord. Bussen tager os til centrum, hvor de sidste timer af turen bruges på Strøget, hvor der er mulighed for at nyde den smukt pyntede hovedstad, købe en julegave eller to eller besøge Nyhavn, inden bussen igen kører os mod Fyn og Jylland.

### REJSETIDSPUNKT OG PRISER

Afrejse: 2. december 2023

Hjemkomst: 3. december 2023

Pris pr. person i delt dobbeltværelse:

**3.400,-**

Tillæg for eneværelse: 385 kr.

### INKLUDERET I PRISEN

- Busrejse til København tur/retur
- Rundstykke og kaffe i bussen (dag 1)
- Frokostsandwich (dag 1)
- Aftenbuffet på Staldknægten (drikkevarer for egen regning)
- Overnatning på Scandic Sluseholmen
- Morgenbuffet på hotellet (dag 2)
- Rundvisning i DR Byen
- Deltagelse af ULF Feries frivillige

### TILMELDING OG BETALING

Tilmelding hurtigst muligt

Depositum på 1.000 kr. betales ved tilmelding  
(Send tilmeldingsblanket eller tilmeld dig på [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk))

Restbeløb ved dobbeltværelse på 2.400 kr.

Restbeløb ved eneværelse på 2.785 kr.

Betales senest d. 1. september 2023

Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst: Dit navn/København

### OBS!

Se den nye opsamlingsliste på vores hjemmeside [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk). Er der ikke et opsamlingssted i nærheden af dig, anbefaler vi, at du tager toget til Fredericia banegård hvor bussen samler op.

Transport til/fra opsamlingssted står den enkelte gæst selv for.



ULF Ferie er formidler for Vejle Turisttrafik. Vejle Turisttrafik er teknisk udbyder. Vejle Turisttrafik CVR. nr. 35388311, medlem af rejsegarantifonden nr. 2476



# ULF fylder 30 år **HURRA HURRA!**



*Foto: Poul Frost, Asger Drewsen, John Melin,  
Tom Christiansen, Poul Pelle og Claus Frederiksen  
Tekst: Claus Frederiksen*

For nogle begyndte festen faktisk på Vejle Station, hvor Hanne Nielsen, Tina Madsen og Line Petersen tog godt imod de gæster, der kom med toget.

Efter frokost bød formand i ULF Lars Gjermandsen og næstformand Jette Tastesen velkommen, og derefter holdt også landsformand i Lev Anni Sørensen, medlem af Vejle Byråd Martin Jensen (S), folketingsmedlem Charlotte Broman Mølbæk (SF) og folketingsmedlem Birgitte Vind (S) festlige taler.

Det samme gjorde flere nøglepersoner i ULF, Gitte Elisa Christensen (tidligere daglig leder af ULF, nu æresmedlem), Lisbeth Jensen (var med til at starte ULF) og Lissy Simonsen (medlem af ULF Frederikshavn Kreds) blandt andet.



Efter frokosten var der videohilsner fra nogle af ULF's vigtige samarbejdspartnere, nemlig formand for Danske Handicaporganisationer, Thorkild Olesen, Lise Bonnevie, direktør i Helsefonden, Karina Adsbøl, medlem af Folketinget for Danmarksdemokraterne, Astrid Krag, medlem af Folketinget (S) og tidligere Social- og ældreminister

og til sidst Benny Andersen, forbundsformand for Socialpædagogerne.

Om aftenen var der lækker buffet, og da klokken nærmede sig 20.00, gik bandet "The Mumes" på og fik folk op af stolene til en dans.

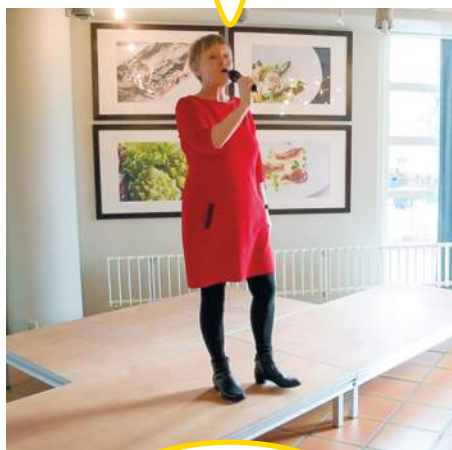
*Fortsættes side 20 og 21*



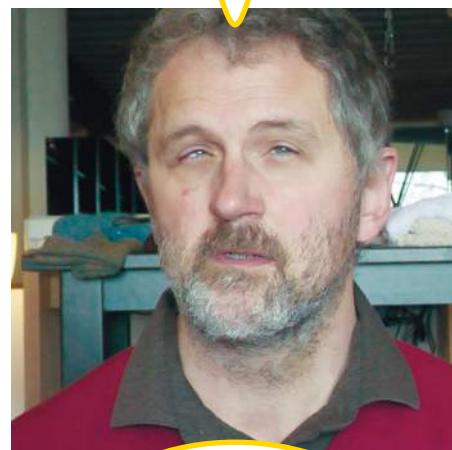
I er Danmarks vigtigste organisation, gentog landsformand i Lev, **Anni Sørensen**.



**Christian Kreiberg Møller** (ULF-medlem fra Favrskov og aktiv SF'er) glædede sig over ULFs arbejde for at sikre de svageste i samfundet et talerør.



Handicapordfører for SF **Charlotte Broman Mølbæk** understregede vigtigheden af en rummelig og velfinansieret handicappolitik.



**Byrådsmedlem Martin Jensen (S)** benyttede lejligheden til at fremhæve det gode humør, som ULFerne altid er med til at sprede.



Mange kunne lære noget af ULF, sagde folketingsmedlem **Birgitte Vind (S)**, som i sin tale roste ULF for at skabe et miljø, hvor alle føler sig set og inkluderet.



ULF-formand **Lars Gjermandsen** ønskede ULF tillykke og alt godt i fremtiden.



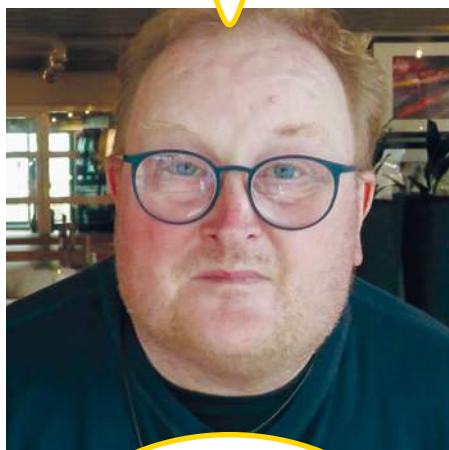




Vi ser frem til mange gode år, sagde **Thorbjørn Nielsen** (formand for ULF Favrskov Kreds), der ønskede ULF hjerteligt tillykke på egne og Favrskov kredsens vegne.



Stort tillykke med de 30 år, vi håber på 30 gode år mere og glæder os til den store fest, lød en hilsen fra **Flemming Jensen** (medlem af bestyrelsen i Aalborg Kreds) og **Jørgen W. Nielsen** (bestyrelsesformand i Aalborg Kreds).



Mange gange hurra og mange gange tillykke til ULF!  
**Stig Lindkvist Bach** (medlem af ULF Ungdom i Lokalkreds Midtjylland).



Tillykke til ULF. Jeg glæder mig over de gode rejser og muligheden for at have en organisation, man kan bruge som talerør, lød det fra Kim G. Hansen, som er bestyrelsesmedlem i Horsens-kredsen.



**Marc Buchman** (fra Lyngby-Taarbæk Kommune på Sjælland) sagde tak for de mange gode oplevelser, han har haft igennem ULF.



**Allan Friis og Mai-Britt V. Nielsen** (hhv. formand og kasserer for Lolland/Guldborgsund-kredsen) ønskede ULF stort tillykke fra hele Lolland/Guldborgsund-kredsen.



# Unge må gerne drømme stort

*Tekst og foto: Poul Frost*

Thomas Bertelsen og Michael Christensen er STU-elever på RessourceCenter Aalborg (RCA).

Michael Christensen drømmer om at få et job i en tøjbutik.

Thomas vil gerne være politibetjent, men han ved godt, at mange har den samme drøm, og at det kan blive svært at komme ind på politiskolen.

Så Thomas har en plan B, der ligner Michaels plan A, nemlig at finde et job i en tøjbutik. Thomas vil gerne hjælpe andre mennesker. Han vil også gerne arbejde på fabrik.

Jeg, Poul Frost, har været mange år på arbejdsmarkedet, og mit bedste råd til unge mennesker som Thomas og Michael er, at man skal følge sine drømme og tage dem alvorligt. Mange ting kan faktisk lade sig gøre, hvis man er heldig. Det gælder også de drømme, der ser umulige ud. Men det er også godt at have en plan B. For nogle ting lykkes bare ikke. Sådan er det. Og så er det godt at have en anden drøm at forfølge.



## Bofæller vil også gerne ud r

Nordjyske kredse møder stor interesse på bosteder.

*Tekst: Lissy Simonsen og Poul Frost • Foto: Poul Frost*

Kredsbestyrelserne i Aalborg og Frederikshavn vil være mere opsøgende.

Blandt andet er bestyrelsesmedlemmerne begyndt at tage ud og besøge lokale bosteder for at høre, hvad beboerne gerne vil bruge ULF's fællesskab til. Bestyrelserne håber, at besøgene vil give flere lokale medlemmer.

Sidst i marts fik bofællesskabet Kirkevej i Skagen besøg. Og her havde beboerne masser af gode idéer.

De vil gerne vises rundt i Aalborg, tage ud på fælles gåture i Skagen, ud at bowle, på tur til Gokart World i Svenstrup og ind at hilse på bestyrelserne i Aalborg og Frederikshavn.

De to bestyrelser har sat ønskerne på deres dagsordener og ser tilbage på en dejlig eftermiddag for alle.





Helsefondens direktør Lise Bonnevie (th. i billedet) og Fondens bestyrelsesformand og byrådspolitiker i Aabenraa Thomas Andresen (nummer to fra højre) var kommet til Vejle for at overrække 399.730 kroner til ULF's kurser om sex og kærester. Til venstre i billedet ses nogle af de glade modtagere; ULF's næstformand Jette Tastesen, formand Lars Gjermansden og direktør i ULF Ole Christian Madsen.

## Flot beløb til ULF's kurser om sex og kærester

Tekst og foto: Claus Frederiksen

Onsdag 22. marts fik ULF en check fra Helsefonden på 399.730 kr.

Pengene er øremærket til ULF-kurser om sex og kærester.

For Helsefonden var det en særlig festdag. For den flotte bevilling til ULF var nr. 10.000 i rækken af donationer, fonden har uddelt, siden den blev dannet for mere end 50 år siden.

“I Helsefonden synes vi, at ULF's borgervejledere er et superfint koncept, som vi gerne anerkender,” sagde Helsefondens direktør Lise Bonnevie blandt andet.

Borgervejlederne er mennesker med udviklingshænder, som er med til at undervise på ULF's kurser.

Fonden har også tidligere givet flotte beløb til ULF. Første gang i 2004 til forældreforløbene.

## med ULF

Bestyrelserne i Nordjylland har gode erfaringer med at tage ud og besøge medlemmer såvel som mulige medlemmer på bosteder i lokalområdet.

Fra venstre ses Per Simonsen, Kristian Skytte, Bente Skytte, Jes Larsen, Flemming Jensen og Erik Larsen.







Festlig aften  
med musik,  
dans og god  
mad



# KANDIS på Pejsegården 2024

Tag med ULF Ferie til koncert, når Kandis spiller op til fest på Hotel Pejsegården i Brædstrup (ved Horsens).

Det bliver en festlig aften med lækker mad, overnatning i Hotel Pejsegårdens hyggelige værelser og selvfølgelig god musik, der både kan danses til og synges med på.

## REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: 19. januar 2024

Hjemkomst: 20. januar 2024

Pris pr. person i dobbeltværelse:

**1.850,-**

Tillæg for eneværelse: 250 kr.

Turen er egnet for kørestolsbrugere med ledsagere. På Pejsegården er der en udendørsrampe op til bygningen som kan benyttes. Vi har 10 værelser reserveret til kørestolsbrugere og gangbesværet som ligger tæt ved receptionen. Der er trapper op til receptionen, så gangbesværede anbefales at benytte rampen.

## INKLUDERET I PRISEN

- Overnatning på Hotel Pejsegården
- Kage og kaffe fredag eftermiddag (kl. 15-17)
- Billetter til Kandis koncert
- Aftensmad på Hotel Pejsegården
- Morgenmad på Hotel Pejsegården
- Deltagelse af ULF Feries frivillige

## TILMELDING OG BETALING

Det fulde beløb på 1850 kr. betales ved tilmelding (Send tilmeldingsblanket eller tilmeld dig på [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk))

Kontonummer til betaling:

Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

*Tekst på overførslen: dit navn/Kandis*

## TRANSPORT

Den enkelte gæst står selv for transporten til og fra Pejsegården.

Det er muligt at mødes med en af vores frivillige på Horsens Banegård kl. 15.30 og tage bus 110 sammen til Hotel Pejsegården. Ligeledes tager den frivillige bussen tilbage til Horsens banegård om lørdagen kl. ca. 11. Ønsker du at mødes med den frivillige på banegården, bedes du skrive det i "bemærkninger", når du booker turen. Udgiften til bussen betaler gæsten selv.



Kommende runde fødselsdage

## ULF SIGER STORT TILLYKKE TIL:

### 50 år:

10. juni Rikke Blomgren, Svendborg.  
18. juni Allan Nielsen, Odense.  
19. juni Steen Asger Larsen, Malling.  
20. juni Lisbeth Smedegaard, Ringkøbing.  
23. juni Winnie Backer, Kastrup.  
23. juni Monica Nielsen, Frederikssund.  
28. juni Betina Hansen, Solrød Strand.  
28. juni Henrik Hansen, Ringsted.

11. juli Niels Ole Pedersen, Skjern.  
19. juli Laila Christensen, Hørsholm.  
30. juli Tommy Joakim Andersen, Ørsted.

2. august Lars B. Jørgensen, Holbæk.  
4. august Jesper Henriksen, Gudme.

### 60 år:

7. juni Torben Flensberg, Nykøbing Sjælland.  
10. juni Rene Henrik Larsen, Nørre-Åby.  
20. juni Susanne Sørensen, Roskilde.  
21. juni Maren Wiberg, Børkop.  
24. juni Kim Christian Andersen, Esbjerg.

1. juli Ivan Nielsen, Juelsminde.  
8. juli Per Hingsavl, Kværndrup.  
9. juli Gitte Juul Johansen, Ringsted.  
19. juli Jette K. Nielsen, Klovborg.  
19. juli Randi Thyri Hægguist, Århus.  
19. juli Jan Knudsen, Skjern.  
22. juli Lone Thygesen Johansson, Bjert.  
23. juli Benny Svensson, Nakskov.  
25. juli Britta N. Kristensen, Vils.  
26. juli Eva Schmidt, Skanderborg.  
27. juli Anne Jensen, Ringsted.  
28. juli Rikke Danielsen, Hillerød.  
29. juli Dan Koch, Køge.

1. august Jørgen W. Nielsen, Svenstrup.  
3. august Hans Jørgen Hansen, Ullerslev.  
5. august Niels Erik Johannesson, Frederiksberg.

### 70 år:

24. juni Erwin Sus Andersen, Nyborg.  
28. juni Anette Tepas, Fredericia.  
9. juli Ella Thorsen, Løgstør.

### 75 år:

23. juni Erik Lynge Kristiansen, Holeby.  
24. juni Anette Nielsen, Holbæk.

1. juli Poul Erik Jensen, Fredensborg.  
6. juli Tom Møller Jensen, Odder.

### Lad os fejre ULFernes RUNDE fødselsdage

Send et billede og evt. et par ord til [claus@ulf.dk](mailto:claus@ulf.dk), hvis du gerne vil have lidt mere omtale af en ULFers fødselsdag. Og gør det i GOD tid.







Solskin og  
lækre  
sandstrande

All  
Inclusive



## La Palma i januar 2024

Savner du også solen i januar måned? Tag med ULF Ferie til La Palma som er en del af den kanariske ø-gruppe og måske den mest uberørte ø, hvor naturen stolt viser en blanding af frodig regnskov, sorte sandstrande og det azurblå hav.

Vi skal bo på Hotel H10 Taburiente Playa som ligger lige midt i den charmerende ferieby Los Cancajos. Byen er ikke særlig stor, men har en hyggelig strandpromenade med små tapasbarer, butikker og dejlige sandstrande. Hovedbyen Santa Cruz ligger kun få kilometer derfra.

Hotellet byder på et væld af gode, sjove og underholdende aktiviteter. Du kan evt. bruge dagen ved en af de 2 pools og nyde maden i restauranten.

Hotellens værelser er hyggelige og har eget bad/toilet. WiFi er inkluderet i prisen.

### REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: 26. januar 2024

Hjemkomst: 2. februar 2024

Pris pr. person i delt dobbeltværelse: **11.900,-**

Tillæg for eneværelse (begrænset antal): 1.300 kr.

### INKLUDERET I PRISEN

- Fly Billund/København – La Palma t/r
- Transport mellem lufthavn og hotel
- Ophold på Hotel H10 Taburiente Playa
- Hotelophold med All Inclusive
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Danske rejseledere fra Bravo Tours

### TILMELDING OG BETALING

Tilmelding gerne inden d. 1. oktober 2023

Depositum på 3.000 kr. betales ved tilmelding (Send tilmeldingsblanket eller tilmeld dig på [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk))

Restbeløb ved dobbeltværelse: 8.900 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 10.200. kr.

Restbeløb betales senest d. 1. november 2023

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

Tekst på overførslen: dit navn/La Palma

**Husk:** Du skal have en rejseforsikring, når du rejser med ULF Ferie.



# KÆRESTESIDERNE

FIND FLERE KONTAKTANNONCER PÅ KNUUS.DK

## HJØRRING KALDER

Jeg er en mand på 66 år, der søger en pige mellem 35 og 65 år.

Mine interesser er coaching, kryds og tværs, at tage ud og spise og god dansemusik men mest dig.

Jeg bor på en gård, hvor jeg har noget frilandsgartneri. Efter sigende er jeg humoristisk, meget sød og gavmild. Er det noget for dig, så fat knoglen og giv et kald på tlf. 6148 4149.

### *Hilsen Andreas Johan Petersen*

Lønstrupvej 391, 1. sal, Vennebjerg, 9800 Hjørring

## VI SKAL VÆRE GODE FOR HINANDEN

Jeg er en kvinde på 59 år, som søger en ven/veninde eller en mandlig kæreste, jeg kan hygge mig med.

Jeg bor på et bosted i Kværndrup syd for Ringe på Fyn. Jeg ønsker, at du skal komme fra Fyn og gerne bo i nærheden af mig.

Jeg kan godt lide at gå på restaurant, i biografen og andre hyggelige aktiviteter, det er rart at være to om.

Jeg kan også lide at gå ture, se tv, og være i selskab med andre mennesker. Savner bare nogen at dele det hele med.

Hvis du synes, at jeg lyder som et godt match for dig, hører jeg meget gerne fra dig. Jeg vil meget gerne se et billede af dig. Her er ét af mig.



### *Kærlig hilsen Helen Pedersen*

Egeparken 2 G, 5772 Kværndrup, tlf. 5056 4778

## DU SKAL BARE VÆRE SØD, RAR OG ÆRLIG

Jeg er en mand på 35 år, der bor i Viborg. Mine interesser er bowling, at komme ud at spise og shoppeture. I min fritid ser jeg håndbold, og bowler.

Jeg søger en kæreste (m/k). Dit køn og din alder har ingen betydning, men du skal bo i Viborg eller omegn og være sød, rar og ærlig.

Du kan kontakte mig på sms, på tlf.nr. 2244 2460.

### *Hilsen Dennis Lauritsen*

## SJÆLLÆNDER SØGER SØD KÆRESTE

Jeg hedder Kåre og søger en frisk og god kæreste, som er med på at besøge hinanden og sove hos hinanden.

Du skal være en pige/kvinde mellem 27 og 50 år. Du skal bo på Sjælland. Jeg bor selv i Holbæk og går på "Solgården". I min fritid går jeg i en klub for unge, der hedder "Kig ind". Skriv, ring eller sms.

### *Med venlig hilsen Kåre Friis*

Lundestræde 15, 1. tv., 4300 Holbæk, tlf. 2153 4363

## SKRIV TIL EN FODBOLDGLAD FYNBO

Hej piger, jeg er en fyr på 48 år, og jeg søger en sød pige på 40-45 år. Jeg bruger det meste af min fritid på fodbold, og jeg er holdleder på et lokalt ungdomshold i Ullerslev, hvor jeg bor. Det er ikke et krav, at du ser fodbold.

Hvis du er interesseret, så send et brev til ULF, Sjællandsgade 32, 7100 Vejle, skriv "billemærke 4518" udenpå kuverten, så sender ULF brevet videre til mig.

Glæder mig til at høre fra dig. Vi kan få det sjovt sammen.

## SØD PIGE SØGES PÅ DJURSLAND

Jeg er en glad fyr på 41 år, der bor i bofællesskab midt på det skønne Djursland – nærmere betegnet i Auning mellem Grenaa og Randers.

Nu søger jeg en sød pige at dele min fritid med.

Mine interesser er film, særligt gamle danske film, musik og en god fællessang.

Jeg går på arbejde fire dage om ugen og er glad for mit job. Jeg tænker, det kunne være hyggeligt at spise en god middag sammen med dig, gå en tur i biffen eller se en god film sammen i sofaen og måske tage en tur i Djurs Sommerland.

Jeg er næsten altid glad og tilpas og elsker et godt grin.

### *Kærlig hilsen Brian*

Du kan kontakte mig på tlf. 2076 3104.

## MAND SØGER SOCIAL KÆRESTE

Jeg er en sød og charmerende mand, der godt kan lide at lære nye mennesker at kende. Mit navn er Jan Mikkelsen og jeg er 49 år. Jeg bor i Vejle og arbejder to dage om ugen. I min fritid elsker jeg at lave mad og få prøvet nye opskrifter. Jeg er en social person, som tit tager til koncert, i teateret eller ud og spiser med mine venner.

Andre gange ser vi lidt forskelligt i fjernsynet, tager i biografen eller griller om sommeren.

Jeg kan også rigtig godt lide at gå nogle små ture, især når solen skinner.





# KÆRESTESIDERNE

FIND FLERE KONTAKTANNONCER PÅ KNUUS.DK

Nu søger jeg en kæreste med samme interesser. Forventer at min kæreste skal være to-tre år ældre eller yngre end jeg, og at vi lige skal lære hinden at kende, før vi bliver kærester.

Jeg glæder mig til at høre fra dig. Du er velkommen til at kontakte mig på: 2983 8614.

*Kærlig hilsen Jan*

## VENNER/VENINDER/KÆRESTE/PLEJEFAMILIE OG BETALTE HJÆLPERE SØGES I ØSTJYLLAND

Jeg er en flink, smilende og glad pige på 41 år, der gerne vil nyde sommeren med gode menneskers hjælp.

Derfor søger jeg:

1. En smilende og rar kæreste, jeg kan stole på. Du skal være ikke-ryger og komme fra Østjylland. Meget gerne fra Galten/Skovby/Skanderborg.
2. Venner og veninder der vil ses og hygge med mig. Helst fra Østjylland.
3. En ledsager der én gang om måneden vil tage med

mig på tur. Det kan være shopping, bowling, koncerter, familiebesøg eller begravelser. Du skal helst have bil og være ikke-ryger. Jeg betaler dine billetter og andre udgifter til turene plus 500 kroner for din tid pr. gang.

4. En plejefamilie i Galten/Skovby/Skanderborg-området, der vil være der for mig, når jeg ikke kan komme hjem til min rigtige familie.

Jeg glæder mig til at høre fra dig.

*Med venlige hilsen Trine Assentoft*

trineassentoft@yahoo.dk

## HYGGELIGT SELSKAB SØGES OG HAVES

Jeg hedder Anethe, er 53 år og bor i Vestbjerg ved Aalborg. Jeg kan godt lide musik og går gerne i kirkecenter og synger. I min fritid ser jeg blandt andet dvd-film.

Jeg søger både veninder og en kæreste. Du skal helst bo et sted imellem Aalborg og Vejle. Du skal være imellem 53 og 60 år.

Du kan kontakte mig på telefon: 2611 2306.

## VIGTIGT om billeder og kontaktinfo i din GRATIS kontaktannonce

**HUSK** at sende navn, telefonnummer/emailadresse/postadresse/billetmærke sammen med din annonce.

Det skal være nemt at kontakte dig. Ellers kommerannoncen ikke med. F.eks. kan du ikke bare bede folk om at finde dig på Facebook.

### Send din annonce til:

ULF  
Sjællandsgade 32  
7100 Vejle

Hvis du vil være **ANONYM**, kan du bede om at få din annonce bragt med **billetmærke**. Så er det kun ULF, der ved, hvem du er.

Du kan også vælge at sende et **FOTO** med. Billedet skal sendes for sig selv som jpg-fil. Det må **ikke** sættes ind i et andet dokument.

*Venlige hilsner og pøj, pøj med din annonce fra redaktionen på ULFnyt*





# Aktiviteter for ULFere

Find flere tips og aktiviteter til mennesker med udviklingshandicap på [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk)

## VEJLE KREDS

### Grillhygge og trædrejning

Fredag 16. juni klokken 13-21 har bestyrelsen i Vejle arrangeret grillhygge og mulighed for at få en ny hobby i ULF's lokaler på adressen Sjællandsgade 32, 7100 Vejle.

Man bestemmer selv, hvornår man vil være med. Mellem klokken 13 og 18 kan du lære at dreje i træ. Du kan fx lave en kuglepen eller et lille saltkar.

Man kan også spille spil eller bare hyggesnakke.

Sidst på eftermiddagen begynder vi sammen at gøre klar til grillhygge. Maden er indkøbt, men vi hjælpes ad med at lave en god salat osv.

Det koster 120 kr. for maden. Pengene sættes ind på reg. nr. 7244, konto nr. 1080180. Drikkevarer kan købes på stedet, og materialer til trædrejning koster 40 kr.

Tilmelding til kredsformand Hanne Nielsen senest 1. juni på 75 72 46 88 eller [hanne@ulf.dk](mailto:hanne@ulf.dk).

### Overnatning i spejderhytte

Fra fredag 18. august til søndag 20. august har kredsbestyrelsen i Vejle lejet en spejderhytte ved Børkop, hvor medlemmerne er inviteret til en hyggelig weekend.

Deltagerne mødes på Vejle Banegård ved 7-eleven kl. 15.00 og kører derfra samlet i taxa ud til hytten.

Programmet for weekenden aftales på stedet. Der er allerede planer om lave mad og riste skumfiduser over bålet og måske bygge med rafter og gå ture langs vandet.

Men det vigtigste er at få hygget, snakket og oplevet lidt andet end hverdagen.

Turen koster 735 kr. pr. person inkl. transport. Pengene sættes ind på reg. nr. 7244, konto nr. 1080180 senest 14. juli.

Tilmelding til Hanne Nielsen senest 14. juli på 75 72 46 88 eller [hanne@ulf.dk](mailto:hanne@ulf.dk).

### Teater-skovtur til Palsgaard

Tirsdag 8. august har ULF Vejle Kreds lejet en bus og bestilt billetter til en super hyggelig aftentur i friluftsteatret Palsgaard Sommerspil ved Juelsminde.

I år spiller de GHOST the MUSICAL, som er baseret på filmen Ghost med Demi Moore og Patrick Swayze.

Da det foregår udendørs om aftenen, skal man tage tøj på til sommervejret. Et tæppe er også en god idé, for bestyrelsen køber en sandwich ind til en lille skovtur.

Forestillingen begynder klokken 20, og deltagerne mødes ved 7-Eleven på Vejle Banegård klokken 17.45..

Prisen for det hele bliver 320 kr. pr. person. Pengene sættes ind på reg. nr. 7244, konto nr. 1080180 inden 27. juni, hvor der også er tilmeldingsfrist.

Tilmelding til Hanne Nielsen på 75 72 46 88 eller [hanne@ulf.dk](mailto:hanne@ulf.dk).

## KOLDING KREDS

### Strøgtur i Middelfart

Lørdag 1. juli har bestyrelsen i ULF Kolding Kreds arrangeret en superhyggelig fællesskabs-dag i Middelfart. Deltagerne mødes på banegården i Kolding kl. 8.45 og følges herfra med toget. I Middelfart vælger man selv, om man vil gå rundt sammen med nogen eller alene. Et mødested aftales og en hyggelig frokostcafé findes undervejs. Ved tretiden kører toget tilbage til Kolding, hvor det er fremme 15.49.

Tilmelding til Alfred Harry Wolfgang Herden senest 9. juni på telefon 40 71 60 11.

Prisen for turen er 25 kr. som sættes ind på reg. nr. 7562, konto nr. 1005539 samtidig med tilmelding. Pengene skal dække udgifter til en frivillig. Shopping og fortæring betaler deltagerne selv.

### Grillaften i Kolding Legepark

Onsdag 30. august kl. 17 til 20 har bestyrelsen arrangeret en hyggeaften i Kolding Legepark, hvor der både findes mooncars, pedalbåde og en ny motorikbane.

Der er adgang til offentlige toiletter, et hyggeligt overdækket madpakkehus, en iskiosk og en stor gasgrill, hvor man kan grille sin medbragte mad.

Om man vil købe sin mad i kiosken eller tage noget med, bestemmer den enkelte selv.

Tilmelding til Alfred Harry Wolfgang Herden senest 21. august på telefon 40 71 60 11.

Samtidig med tilmeldingen skal man huske at indsætte 25 kr. (pr. deltager) på reg. nr. 7562, konto nr. 1005539.

Pengene skal dække udgifter til at få en frivillig med på turen.





# Aktiviteter for ULFere

Find flere tips og aktiviteter til mennesker med udviklingshandicap på [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk)



## AABENRAA KREDS

### Ny bestyrelse i Aabenraa

ULFs Aabenraa Kreds er en meget aktiv kreds, der hele tiden har aktiviteter og kurser på tegnebrættet. 8. september er der således arrangeret en udflugt til Ernsted Naturpark med bålmad, der er kursus i sund mad til august og kursus i brandsikkerhed i november.

Også politisk er formand Poul Pelle meget aktiv. Bestyrelsen har blandt andet holdt møder med socialchef i Aabenraa Kommune Maja Gammelgaard og formand for Social- og Seniorudvalget samme sted Michael Christensen (SF).

Efter kredsens seneste generalforsamling ser bestyrelsen således ud:

Formand: Poul Pelle

Kasserer og HB-repræsentant: Nikolai Christensen

Bestyrelsesmedlem: Dan Eskildsen

Bestyrelsesmedlem: Kim Lorenzen

Bestyrelsesmedlem: Christina Luthje

Suppleant: Jimmy Lorentzen

Frivillig: Brita Hægstrup

## HORSENS KREDS

### Samarbejde betaler sig

I Horsens har ULF og Lev et rigtig godt lokalt samarbejde, der måske kan inspirere andre kredse.

Her er blot nogle af de aktiviteter, mennesker med udviklingshandicap kan glæde sig til i Horsens:

**Onsdag 7. juni, 6. september, 4. oktober, 1. november og 6. december** på Hemingway's i Heimdalsgade 4, 8700 Horsens klokken 18.30-22.00: Disco for mennesker med udviklingshandicap.

**Onsdag 21. juni**, Oasen, Sognegårdsvej 3, 8700 Horsens klokken 17.30: Fællesmiddag og foredrag om psykisk robusthed med selvstændig psykolog og foredragsholder Dorthe Birkmose.

**Torsdag 5. oktober** klokken 17 på "Amalie", Nørrebrogade 38a, 8700 Horsens: Hyggeaften for alle (også pårørende) med sang, dans og musik ved Bo Young og hertil pastasalat med kylling samt kaffe og kage for i alt 105 kr. pr. person.

**HUSK OGSÅ  
HANDICAP  
GRAND PRIX**

**I år på Lanternen i Løgstør  
9. september.**

**Billetter og mere info på  
[www.hgp2023.dk](http://www.hgp2023.dk)**

# Få NYE VENNER og GODE SNAKKE RING til ULF Linjen:

# 75 72 46 88



*Tekst og foto: Claus Frederiksen*

**ULF Linjen** er ULFs egen telefonlinje, som alle mennesker med udviklingshandicap kan ringe til **alle ugens dage**. Her kan du få svar på alverdens **spørgsmål** eller bare **sludre** om løst og fast.

Det unikke ved ULF Linjen er, at dit opkald besvares af et menneske, som selv har et udviklingshandicap. De medlemmer, der passer ULF Linjen, er specielt uddannede til at give dig den bedste behandling. Og brugere af ULF Linjen fortæller, at de finder nye gode venner, når de ringer.

### De dygtige telefonpassere står klar til at svare dig:

Mandag klokken	10-14 og 18-21
Tirsdag klokken	10-14 og 18-21
Onsdag klokken	10-14 og 18-21
Torsdag klokken	10-14 og 18-21
Fredag klokken	10-14
Lørdag klokken	10-14
Søndag klokken	10-14

Og du må gerne være anonym. Ingen får at vide, at du har ringet. Og ULF Linjen er for alle med alle slags handicapniveau. Du skal bare være fyldt 18 år.



*Sonja Nielsen fra Odense-kredsen er én af de særligt uddannede og megasøde ULFere, der sidder klar til at besvare dit opkald.*



Scan og se en lille film om ULF Linjen