

ULF UNGDOM

UNGE • LIGHED • FÆLLESSKAB

9. ÅRGANG

NUMMER 2 • JUNI 2023

FOTO: CLAUD FREDERIKSEN
(læs om billedet side 11)



FORMANDENS ORD • TEMA: TIPS TIL BILLIG FERIE • AKTIVITETER
SUNDHEDSKONFERENCE

Formanden har ordet

Af Rikke Sørensen
formand for ULF Ungdom



Stadig lang vej til lige vilkår

Nu kommer der en undskyldning til tidligere anbragte i sær- og åndssvagefor-sorgen. Den kommer af, at den tidligere regering lavede en udredning om bl.a. vold og seksuelle overgreb mod menne-sker med særlige behov i årene mellem 1933 og 1980.

Dengang havde langt fra alle ret til at bestemme over eget liv.

Også i dag er der mange ting at kæmpe for. Vi oplever, at der stadig er menne-sker, der bliver holdt fast.

Noget andet, vi oplever, er, at det er rigtig svært at få lov til at drive en orga-nisation som ULF Ungdom på lige vilkår som alle andre.

Vi har bl.a. brug for støtte til at skrive referat fra bestyrelsesmøderne, til øko-nomien, til at lave en hjemmeside, søge fonds-midler og meget mere.

Det vil vi arbejde på at forklare politi-kerne og måske evt. komme på finans-loven.

ULF UNGDOM

Sjællandsgade 32, 7100 Vejle
Tlf. 75 72 46 88
ulf-ungdom@ulf-ungdom.dk
<https://da-dk.facebook.com/ULF.Ungdom>

Formand for ULF Ungdom:

Rikke Sørensen

Ansvarshavende ULF Ungdom:

Rikke Sørensen

Formanden træffes på kontoret:

Alle dage kl. 10-15 på 93 63 37 53

Åbningstider for

ULF's kontor:

Mandag	kl. 9.00-15.00
Tirsdag	kl. 9.00-15.00
Onsdag	kl. 9.00-15.00
Torsdag	kl. 9.00-17.00
Fredag	LUKKET

ULF Linjen er åben

alle ugens dage kl. 10-14
samt mandag-torsdag kl. 18-21

DEADLINE FOR NÆSTE NUMMER:

14. august 2023

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) · info@danskbladservice.dk
– hvortil alle spørgsmål vedr. annoncer bedes rettet!

Gratis og næsten gratis

FERIEHYGGE

Mange unge ULFere har ikke råd til at komme ud på oplevelser med venner og familie. Men her får du nogle tips, der måske kan gøre en svær feriesæson lidt nemmere.

De offentlige ydelser er desværre ikke vokset i samme takt som priserne. En del unge ULFere har derfor ondt i økonomien.

Senest måtte ULF Ungdoms sommerhus-tur til Vesterhavet aflyses. Kun fire medlemmer havde råd til sådan en uges hyggeligt samvær.

Her får du derfor nogle tips til gratis og næsten gratis ferieoplevelser hjemme i lille Danmark.

Prøv at google "gratis festival". Ikke alt, hvad der kommer op, er gratis. Men mange kommuner hyrer faktisk orkestre til at spille i parker og kulturhuse. Måske også i nærheden af dig. Tjek også kommunens hjemmeside og kultunaut.dk.

Der er festivaler over hele landet for alverdens ting. Ikke bare musik men bl.a.

Fortsættes side 7



FOTO: MICHAEL FIUKOWSKI OG SARAH MORITZ, VISITDENMARK

På Naturstyrelsens hjemmeside kan du finde en liste med flere hundrede steder, hvor du kan campere gratis i Danmark.



FOTO: KIM WYON, VISITDENMARK

Nyhavn i København. Det er gratis at kigge – ikke at slå sig løs...

også sejlbåde, sanser og blomster. Tjek f.eks visitDenmark.dk

Markeder og torvedage

Det er også hyggeligt og som regel gratis at tage på marked. Tjek markedskalenderen.dk og tryk på de markeder, der kunne være interessante for dig. Sådan kan du nemlig også se, om der er gratis adgang.

Byvandring

Mange steder i landet kan du gratis blive vist rundt og få gode historier sammen med andre. Det er ofte gratis, men ikke altid. Tjek kommunens hjemmeside der, hvor du er, eller visitdenmark.dk.

Museer og seværdigheder med fri entre

Mange museer har bestemte dage med fri adgang. Hvad kunne du tænke dig at opleve? Hvis du er i København, kan du f.eks. gratis komme op og nyde udsigten over byen fra tårnet på Christiansborg.

Cykelløb

Hvis du elsker cykelløb live, er der masser at vælge imellem og mødes til landet over. Også i år. Tjek f.eks. bikegeek.dk/motionscykelloeb-i-danmark/

Naturoplevelser

Masser af inspiration her: discoverdenmark.dk/articles/gratis-naturoplevelser og på Friluftsrådets hjemmeside: udinaturen.dk.

Har du set Grenen oppe ved Skagen, hvor to have mødes? Har du set Møns Klint? Og Stevns Klint?

Fortsættes side 9

Juli:

Kirsebærfestival i Kerteminde:
<http://visitkerteminde.dk>

August:

DM i ballonflyvning på Nordfyn:
<https://dm2023.ballonunion.dk>

På visitdanmark.dk kan du finde en hel side med gratis aktiviteter, og hvis det er for svært at hitte rundt i, er der hjælp at hente hos ULF-Linjen: 75 72 46 88 alle ugens dage klokken 10-14 og mandag til torsdag desuden fra 18 til 21.

Du kan selvfølgelig også bare pakke en picnickurv og lokke nogen med:

- i skoven
- på stranden
- i parken/legeparken
- eller måske en tur på havnen

Bare for at nævne nogle af de skønne steder, der holder åbent 24/7, uden at tage entre.

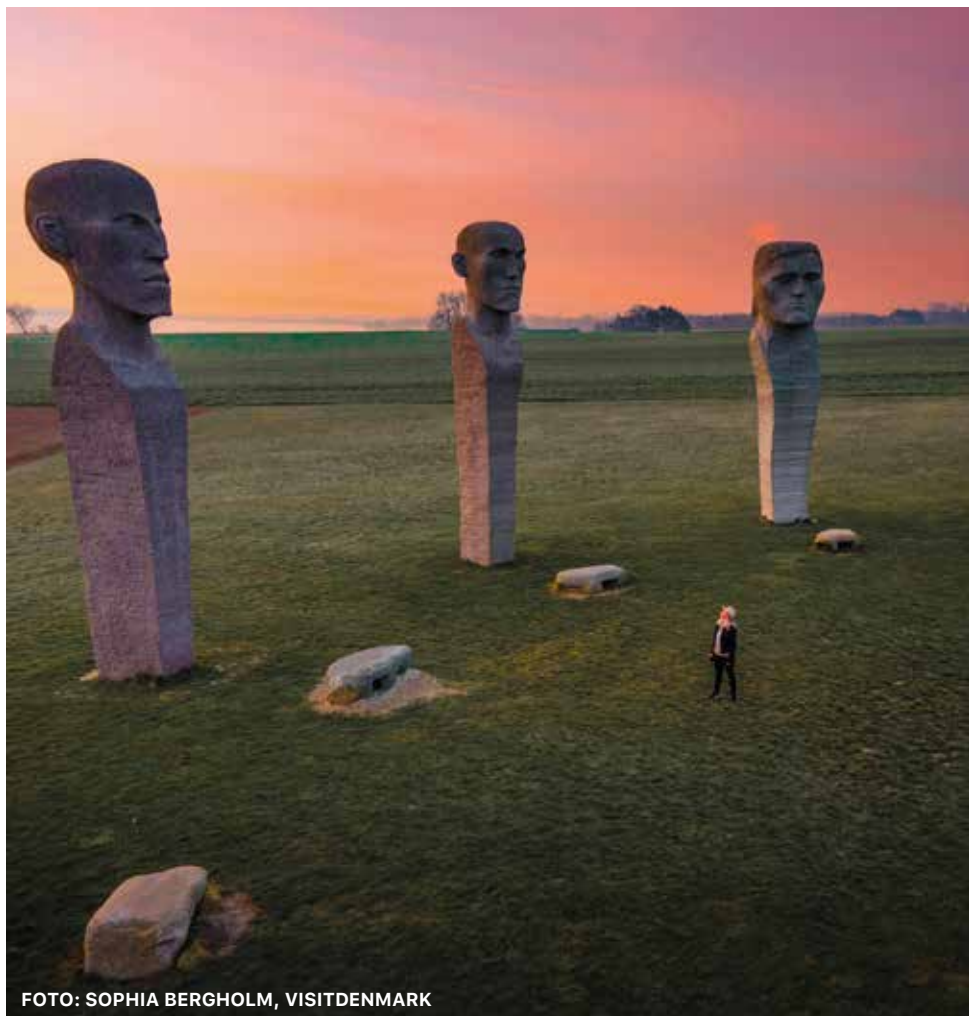


FOTO: SOPHIA BERGHOLM, VISITDENMARK

Dodekalitten er et imponerende kunstværk under åben himmel på Lolland. Gratis adgang og magisk stemning. Læg mærke til det lillebitte (voksne) menneske...

Om billedet på forsiden:

ULF Ungdoms formand styrede ordet på sundhedskonference

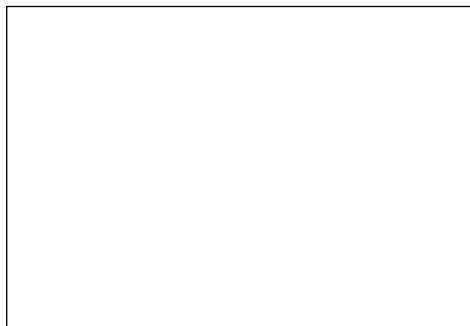
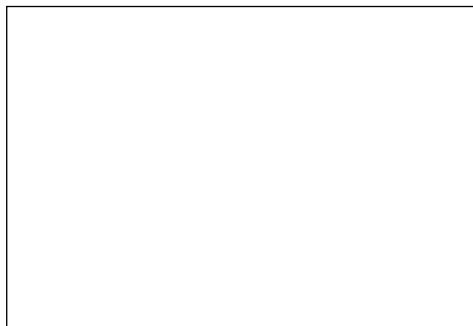


Tekst: Claus Frederiksen

Målet var ligestilling på sundhedsområdet, og ULF Ungdoms formand, Rikke Sørensen, var ordstyrer sammen med journalist og foredragsholder Nick Horup på konferencen Sund Sammen i maj. Her kunne man blandt andet prøve forskel-

lige sportsgrene af og få en masse gode råd om sundere livsstil. Det blev en øjenåbnende oplevelse for mange.

Læs mere om konferencen i næste nummer af ULFnyt. Bladet udkommer i september.



Aktiviteter FOR UNGE ULFere

2023

LOKALKREDS MIDTJYLLAND:

Allersidste udkald:

Måske kan du liige nå en gang minigolf

25. juni tager lokal-kreds Midtjylland ud og spiller minigolf i Aarhus fra kl. 15 til 17. Bagefter står det frit for, om man vil med ud og finde en lækker burger sammen de andre. Ring til kontoret 75 72 46 88, hvis du vil vide mere.

Pizza og generalforsamling

Lokal-kreds Midtjylland indkalder til generalforsamling fredag 18. august i Frivilligcentret i Aarhus. Alle er velkomne, og hvis du har lyst, kan du stille op til bestyrelsen.

Efter generalforsamlingen bliver der serveret pizza.

Til slut kan man hygge sig sammen med forskellige brætspil. Hvis du har lyst, må du gerne tage dit eget spil med.

Program:

17.00 – 17.45 Generalforsamling
18.00 – 20.00 Spisning og brætspil
Det er gratis at være med.

Det hele er gratis, men husk tilmelding til Line på 75 72 46 88 eller line@ulf.dk, så vi ved, hvor meget pizza vi skal have.

ULF UNGDOM
ØNSKER ALLE EN RIGTIG
GOD SOMMER!

LOKALKREDS SYDDANMARK:

Generalforsamling med pizza og brætspil

Torsdag 17. august klokken 17.15 til 20.15 er alle velkomne til generalforsamling i ULF Ungdom Kreds Syddanmark.

Rikke, der er formand for ULF Ungdom, kommer og holder et oplæg om, hvad vi laver i ULF Ungdom, og formanden for lokalkredsen fortæller, hvad der sker i lokalkredsen.

Efter oplæggene er der valg til bestyrelsen, hvor også du har mulighed for at stille op og være med til at bestemme, hvad der skal ske i kredsen.

Efter generalforsamlingen stilles sulden med pizza, og der er mulighed for at spille forskellige spil. Hvis du har et spil, du gerne vil spille, er du velkommen til at tage det med.

Det er gratis at være med. Husk bare tilmelding til Line på 75 72 46 88 eller line@ulf.dk

Indendørs havespil og hygge

Fredag 25. august har Kreds Syddanmark planlagt en tur på Fransons Spillecafé og Bar i Pantheonsgade 4 i Odense kl. 18 til 20.

Bestyrelsen har lejet indendørs baner til forskellige havespil som kongespil, krocket og meget andet. Husk penge med til drikkevarer.

Mere info om tilmelding mv. lander i din postkasse, når vi kommer trætttere på.

Fortsættes side 14

Aktiviteter FOR UNGE ULFere

2023

Bræt-spils-bar er det nye mødested

Papas Papbar i Odense er blevet et populært mødested for unge ULFere i Syd-danmark.

Torsdag 14. september mødes alle de unge ULFere, der vil, nok en gang fra klokken 18 til 20, eller så længe man nu har lyst.

Der bliver mulighed for at følges fra Odense Banegård, hvis man ikke bare vil møde op ved baren på Sankt Knuds Kirkestræde 2A klokken 18.

Senere følges de, der vil, tilbage til banegården klokken 20.

Mere info følger i din postkasse.



Billederne her er fra januar. Og turen går igen til Papas i Sankt Knuds Kirkestræde 2A, Odense 14. september. Du er også meget velkommen.



Medlemmer fra ULF Ungdoms Lokalkreds Syddanmark mødes gerne på Papas Papbar i Odense. Og det er altid en stor succes.

HOLD ØJE MED ULF UNGDOMS FACEBOOK FOR YDERLIGERE INFORMATION

Har du spørgsmål til ULF Ungdoms aktiviteter, kan du skrive til line@ulf.dk