



UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUND

# ULFnyt

27. ÅRGANG • NUMMER 2 • APRIL 2024

UDVIKLINGSHÆMMEDES LANDSFORBUNDS MEDLEMSBLAD



## Politikere lytter

Det tegner godt for ULFs arbejde med at få opbakning fra politikerne til at skabe bedre vilkår for mennesker med udviklingshandicap.

Flere politikere fra Christiansborg kigger ind til kaffe i hovedkvarteret i Vejle.

Her er det Socialdemokraternes kommunal- og indenrigsordfører Birgitte Vind (th.), der får en god snak om demokrati med formand for ULF Horsens Kreds Tina Madsen (tv.)

Læs mere side 17

FOTO: OLE CHRISTIAN MADSEN



**HELENDE HYGGESNAK**  
ULF sætter de gode samtaler i system  
side 19

**FESTIVAL-GUIDE**  
Lidt men godt om årets første festivaler  
side 20-21

**NAVNE-NYT**  
Æresmedlem, veteran, jubilar og helt ny i ULF  
side 22-23



**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. 9.00-17.00</b>
<b>Torsdag</b>	<b>fra kl. 9.00-15.00</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

## Hvad mener politikerne om handicapområdet?

22. februar var ULF Ungdoms formand Rikke Sørensen og jeg til møde med indenrigs- og kommunalordfører Birgitte Vind (S) og medlem af Europa-parlamentet Christel Schaldemose (S) på Christiansborg.

Vi talte blandt andet om, at mennesker med udviklingshandicap ofte vælger at lade være med at stemme, når der er valg. Vi talte også om, at mange har svært ved at sætte sig ind i politik og om, hvordan det kan blive bedre.

Christel Schaldemose foreslog, at hun og en modkandidat kunne stille op til debat om nogle spørgsmål, som vi stiller, og at debatten skulle filmes til brug for ULF's medlemmer. Så kan vi se svarene og forstå dem sammen.

På ULF's hovedbestyrelsesmøde to dage senere diskuterede vi flere gode idéer fra bestyrelsesmedlemmerne.

Vores mål er at få handicap-politik frem på politikernes dagsorden, så vi kan gennemskue, hvad de mener om vores område. Det er nemlig ikke et felt, politikerne taler ret meget om. Vi vil også rigtig gerne dele vores viden og synspunkter med politikerne.

For vi ved, hvordan handicap-politiken påvirker os i hverdagen. Vores viden om politikernes holdninger og politikernes forståelse for os og vores egne erfaringer er vigtige for demokratiet og vores deltagelse.



Udviklingshæmmedes LandsForbund · Sjællandsgade 32 · 7100 Vejle · Tlf. 75 72 46 88 · Mail: ulf@ulf.dk · www.ulf.dk

**SEND IND TIL ULFnyt**

Dette blad er lavet AF ULFere  
TIL ULFere.

Du er også velkommen til at sende tekst/billeder ind til:  
karin@ulf.dk  
HUSK AFSENDER!

Stof til ULFnyt nr. 3 skal være fremme  
senest 29. APRIL 2024

Læserne har bladet ca. 18. juni.

## 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



Kun afrejse  
fra  
**Billund**

**Populært og  
solrigt rejsemål**

Rejsen er med  
**All Inclusive**



# Bulgarien i september 2024

Tag med ULF Ferie på en skøn rejse til Bulgarien. Bulgarien er en rejsedestination, der tilbyder noget for enhver smag. Med smukke strande, historiske byer og god mad er Bulgarien populær hos de fleste. Vi bor på det skønne Hotel Marina Grand Beach, som ligger lige midt i ferieparadiset Golden Sands, tæt på strand og byliv.

Hotellet byder på mange gode faciliteter både for soldyrkere, vandhunde og sportsfolk. Vil du ud om aftenen, ligger der mange forlystelser og restauranter langs strandpromenaden.

Obs! Der er kun afgang fra Billund på denne tur.

## REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: 5. september 2024

Hjemkomst: 12. september 2024

Pris pr. person i delt dobbeltværelse: **10.900,-**

Tillæg for eneværelse: 2.200 kr.

## INKLUDERET I PRISEN

- Fly fra Billund – Varna lufthavn tur/retur
- Transport mellem lufthavn og hotel
- Ophold på Hotel Marina Grand Beach
- Hotelophold med All Inclusive
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Danske rejseledere fra Bravo Tours

## TILMELDING OG BETALING

Tilmeld dig på [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk) eller send tilmeldingsblanket som du finder på vores hjemmeside.

Depositum på 3.000 kr. betales senest 7 dage efter modtagelse af faktura.

Restbeløb ved dobbeltværelse: 7.900 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 10.100 kr.

Restbeløb betales senest d. 1. juni 2024

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

Tekst på overførslen: dit navn/Bulgarien

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





**Kåret til Europas  
bedste rejseland  
i 2018**



Rejsen er med  
**All Inclusive**

# ALGARVEKYSTEN i oktober 2024

Denne gang går turen til Portugal og til Algarvekysten, som er kendt for sine hvide sandstrande, smagsfulde madoplevelser og mange solskinstimer.

Langs den 205 km lange kyststrækning er der gode muligheder for at finde små private strande mellem flotte klippeudspring. Strandene i Algarve blev i 2018 kåret til Europas bedste strande af World Travel Awards - og man finder hurtigt ud af hvorfor, når man rejser til Portugal.

Vi skal bo på Hotel Auramar Beach Resort, som har en helt fantastisk høj beliggenhed med en vidunderlig udsigt over kysten og Atlanterhavet. Denne udsigt kan også nydes fra hotellets pool, som ligeledes ligger højt. Ved lavvande er det muligt at gå langs stranden ind til den gamle by i Albufeira på kun cirka 20 minutter. Hotellet har også en shuttlebus, der kører til og fra hotellet flere gange dagligt. Der ligger desuden et lille mini-marked ved hotellet.

OBS! Denne tur egner sig ikke for gangbesværede.

## REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: 5. oktober 2024

Hjemkomst: 12. oktober 2024

Pris pr. person i delt dobbeltværelse:

**11.000,-**

Tillæg for eneværelse: 2.300 kr.

## INKLUDERET I PRISEN

- Fly Billund/København – Faro tur/retur
- Transport mellem lufthavn og hotel
- Ophold på Hotel Auramar Beach Resort
- Hotelophold med All Inclusive
- Deltagelse af ULF Feries frivillige
- Danske rejseledere fra Bravo Tours

## TILMELDING OG BETALING

Tilmeld dig på [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk) eller send tilmeldingsblanket som du finder på vores hjemmeside.

Depositum på 3.000 kr. betales senest 7 dage efter modtagelse af faktura.

Restbeløb ved dobbeltværelse: 8.000 kr.

Restbeløb ved eneværelse: 10.300 kr.

Restbeløb betales senest d. 1. juli 2024

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

Tekst på overførslen: dit navn/Algarve

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



# Sen efterårsferie i tropisk paradys

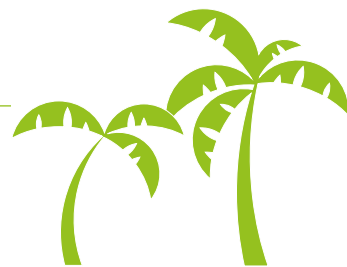


Foto: Lars Gjermandsen • Tekst: Claus Frederiksen

I oktober-november 2023 var et hold ULFere afsted med ULF Ferie til den anden side af kloden.

Turen gik til den tropiske paradysø Bali og varede 14 dage.

Flyveturen på 17 timer gav gæsterne en smule jetlag, som er en form for træthed, der opstår, når man krydser tidszoner og rejser en lille smule "frem i tiden".

## Først et par dages afslapning

Guiden fra Denpasar lufthavnen til turens første hotel – det fire-stjernede Hotel Alantara Sanur – talte kun engelsk. Så de frivillige, der altid er med på ULF's rejser, måtte lige oversætte.

Og selv om forventningerne var høje, blev hotellet en behagelig overraskelse.

Alantara Sanur ligger som en skjult perle fem minutters gang fra Sanur-stranden, værelserne var i luksusklassen

med halvpension, og de første par dage var der god tid til at nyde stedet og ren afslapning i de skønne omgivelser.

## Smukke solnedgange

På fjerde-dagen var der arrangeret en halvdagstur til en abeskov i Ubud ved et meget gammelt tempel og havekompleks, der hedder Taman Ayun. Her regerede de små aber. De var virkelig frække; stjal folks vandflasker og briller, for de havde lært, at de fik en lille snack som belønning, når de leverede tingene tilbage. Nogle af aberne bed hul i flaskerne, mens andre havde lært at skrue låget af.

På dag fem og seks kunne man udforske kunstnerlandsbyen Ubud eller tage på guidet tur til øen Nusa Penida.

Fra dag syv var der booket et nyt hotel, Courtyard by Marriott Nusa Dua Resort på det sydlige Bali, der er kendt for sine små strandcafeer, restauranter og barer med udsigt til smukke balinesiske solnedgange om aftenen.



ULF-formand Lars Gjermandsen fik mange store oplevelser med sig hjem. Blandt andet Mandala Suci Wenara Wana som er en hellig skov, hvor aberne regerer. Han kalder Bali et tropisk paradys, for temperaturen lå på 30 grader hele tiden, og som det ses på billedet, fik han også smagt frisk kokosvand.



Frivillig Karina Barløse fra Odense arbejder til dagligt som STU-pædagog i Ringe. Hun nød hele turen i fulde drag; balineserne var søde og imødekommende, guiden var sjov, frugterne spændende og fremmedartede, mens naturen flød over med flotte uforglemmelige udsigter. "Jeg var også imponeret over personalet på det første hotel," fortæller hun. "Efter et par dage kunne de alle vores navne."



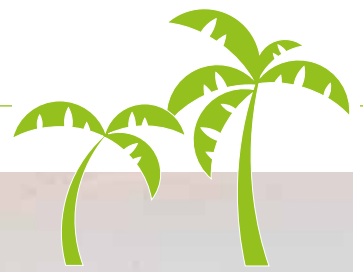


FOTO: SØREN ODGAARD LARSEN

*Glade og solbrændte ULFere nød turen til Bali på den anden side af jordkloden. Fra venstre ses: Anna Jørgensen, Heinrich Egholm, Karina Barløse, Rodzer Krahelski, Mona Egsdal, Lars Gjermandsen, Johanne Nutan Legarht Jensen, Anni Vestergaard Horsted, Flemming Jensen, Morten Bjørn og Sidsel Krogh.*



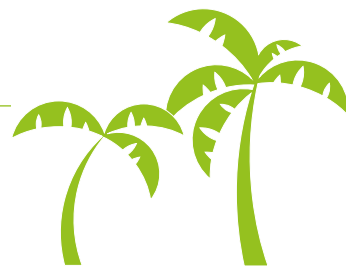
*Tegenungan vandfaldet ligger nord for hovedstaden Denpasar og tæt på den balinesiske kunstnerlandsby Ubud, som ULFerne fik et par dage til at udforske.*



*På Bali bliver ris dyrket på terrasser. Det ser meget malerisk ud.*



# Varme fra inderst til yderst på La Palma



*Tekst: Claus Frederiksen*

*Foto: Louise Bjerregaard Jørgensen*

Inger Merete Rasmussen fra Nykøbing Falster var én af de glade ULFere, der besøgte den kanariske ø La Palma med ULF Ferie fra 26. januar til 2. februar i år.

“Naturen var pragtfuld, vejret var godt, og jeg skulle sige fra nogle af mine medrejsende, at drinksene var virkelig gode, haha,” smiler hun.

Hotellet hed H10 Taburiente Playa og var med All Inclusive. Det vil sige mad og drikke betalt på forhånd i ubegrænsede mængder.

Og ingen blev overladt til sig selv.

“Jeg har ikke prøvet at rejse på den her måde før, men jeg kunne virkelig godt lide det. Når jeg fik brug for en hjælpende hånd op ad bakkerne med rollatoren, så kunne jeg bare sige til. Lavede lidt sjov for at vende det til noget positivt. Og der blev overhovedet ikke set skævt til mig,” fortæller Inger Merete Rasmussen, som gerne vil afsted igen næste år.

“Hvis jeg ellers kan få skrabet pengene sammen,” som hun siger.

◀ *Inger Merete Rasmussen prøvede at rejse med ULF Ferie for første gang og kunne virkelig godt lide det.*



*Mens alle andre gik rundt i mørket og kulden derhjemme, nød de rejsende mange dukkerter i hotellets pool.*



# Stemningen var høj, og Kandis spillede i fire timer



Foto: Tina Madsen • Tekst: Claus Frederiksen

Selv om det sneede virkelig meget, kom alle 52 ULFere sikkert frem til ULF Feries koncert-arrangement på Pejsegården i Brødstrup 19.-20. januar.

En af de søde frivillige tog bus 110 fra Horsens Banegård til Brødstrup fredag eftermiddag og retur igen lørdag formiddag, så turen var tryk for alle.

Og selve festaftenen med Kandis på scenen vil blive husket længe som et brag af en koncert. Der blev danset, grinet, sunget, skålet, snakket og spist dejlig mad for fuld

skrue den aften. Om morgenen var der god tid til at nyde morgenmadsbuffeten og pakke sammen, inden bussen gik tilbage til de mange togforbindelser på Horsens Banegård.

Faktisk havde deltagerne kun en lille klage: Det måtte gerne have været hele weekenden. Altså søndagen med. Så man lige kunne nå en tur i Pejsegårdens pool og tage et slag bowling. Til det er der bare at sige, at har man tid, lyst og penge til mere, vil Pejsegården uden tvivl gerne forlænge opholdet.



*Poul Frost B. Kjeldsen (formand i ULF Frederikshavn Kreds): "Humøret var højt, og alle havde det sjovt. Kandis spiller jo godt. De får folk til at danse og synge med. Jeg var selv ude på dansegulvet et par gange. Vi hygger os altid, når vi er ude sammen med ULF. Morgenmaden og hotelværelset var også tip top."*



*Christian Kreiberg Møller (medlem af Favrskov Kreds og aktiv i SF): "Min kæreste Louise og jeg havde en ledsager med på Pejsegården, for vi ser begge dårligt. Alle mennesker med eller uden handicap har jo brug for at komme ud og møde andre. Have det lidt festligt og få nogle oplevelser. Jeg tror også, det var godt for de andre gæster at møde nogle med særlige behov."*



*Lisbeth Jensen (æresformand og kasserer i ULF): "Der var bestilt borde til os, og maden var virkelig lækker. Lakseruller og stor buffet. Kandis gik på klokken 21 og sluttede klokken et. Så det var forrygende. Formand for Horsens Kreds Tina Madsen og jeg overnattede på et dobbeltværelse. Det har vi prøvet før."*



Johnny Hansen og Kandis.





Flydende ferie  
og fantastiske  
oplevelser

Skynd dig at  
melde dig til,  
hvis du vil sikres  
en plads

Inklusiv  
hølpension og  
drikkevarer

# KRYDSTOGT i Norden maj 2025

Oplev eventyret på vores luksuriøse krydstogtferie. Nyd komfort og fantastiske udsigter, mens vi sejler mod nordlige destinationer.

Forkæl dine sanser med udsøgte madoplevelser, tag en tur i poolen, slap af i spaen eller gå ombord i et hav af forskellige aktiviteter og fantastisk underholdning.

Du går ombord på skibet i København, hvor du bliver indkvarteret i en indvendig kahyt. Undervejs lægger skibet til i Norge ved Hellesylt, Molde og Flåm og derefter til Kiel i Tyskland. I alle havnene er der mulighed for at gå fra borde og opleve de spændende byer. Efter 7 nætter ombord slutter turen igen i København.

## REJSETIDSPUNKTER OG PRISER

Afrejse: 11. maj 2025

Hjemkomst: 18. maj 2025

Pris pr. person i delt værelse:

**14.200,-**

Indkvartering bliver i to- eller trepersoners kahytter. Vi hjælper gerne med at finde en værelseskammerat og altid person(er) af samme køn.

## INKLUDERET I PRISEN

- 7 nætter på krydstogt i Norden
- Ophold i indvendig delekahyt
- Hølpension (morgenmad, frokost og aftensmad)
- 'Easy drikkepakke' (drikkevarer til maden, lokale vine og et mindre udvalg af drinks)
- Aktiviteter ombord på skibet
- Deltagelse af ULF Feries frivillige

## TILMELDING OG BETALING

Tilmeld dig på [www.ulf-ferie.dk](http://www.ulf-ferie.dk) eller send tilmeldingsblanket som du finder på vores hjemmeside.

Tilmelding hurtigst muligt og gerne inden d. 13. maj 2024.

Depositum på 4.500 kr. betales senest 7 dage efter modtagelse af faktura.

Restbeløb på 9.700 kr. betales senest d. 6. januar 2025

Reg. nr.: 7562 Konto nr.: 1118274

Tekst på overførelsen: Dit navn/Kryds

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



ULF ferie er formidler for Krydstogteksperten. Krydstogteksperten er teknisk udbyder.  
Krydstogteksperten CVR. nr.: 14732306, medlem af rejsegarantifonden nr. 1207



# Birgitte Vind kiggede ind og fik flere gode snakke med hjem

*Tekst: Claus Frederiksen*

*Foto: Ole Christian Madsen*

Møder med politikere fra Christiansborg er en vigtig del af ULF-formændenes arbejde. Det ser måske meget nemt og hyggeligt ud. Hyggeligt er det da også. Men det er i den grad også alvor. For hvis politikerne ikke helt forstår, hvad ULF gør for mennesker med udviklingshandicap, og hvis politikerne ikke bakker op om ULFs indsats, så bliver det meget svært at udrette noget som helst for medlemmerne.

22. januar fik hovedkontoret i Vejle besøg af Birgitte Vind, indenrigs- og kommunal-ordfører for Socialdemokraterne. Man kan godt sige, at hun er socialdemokratisk ekspert i kommunernes arbejde.

## **Demokrati på ULF-sprog**

En af Birgitte Vinds mærkesager er, at det danske demokrati skal være tilgængeligt for alle. Og der er desværre undersøgelser, som tyder på, at mennesker med udviklingshandicap bruger deres stemmeret mindre end andre. Det er nemlig blevet rigtig svært at gennemskue, hvilke politikere der er værd at sætte kryds ved.

Birgitte Vind vil derfor gerne bakke op om arbejdet med at udvikle et "ULF-sprog", som kan gøre det politiske spil forståeligt for flere danskere.

## **ULF inspirerer politikerne**

Det er politikerne, der bevilger penge til ULFs arbejde. De har brug for at se, hvordan pengene bliver brugt, og de bliver også inspireret til nye love og mærkesager, når de kigger forbi.

ULF-formændene, Lars Gjermandsen og Rikke Sørensen (ULF Ungdom), blev i øvrigt geninviteret til at komme over og besøge Birgitte Vind på Christiansborg, hvor de fik lejlighed til at tale med flere politikere.

Så det, der bare lignede et hyggeligt besøg – og er det, det kan faktisk også få kæmpestor betydning for ULFs fortsatte arbejde.

Flere politikere har i øvrigt sagt ja tak til at besøge ULF-kontoret.

Mere om de besøg i næste nummer af ULFnyt.



*Den socialdemokratiske folketings-politiker Birgitte Vind besøgte ULF-kontoret i januar og vil nu forbedre ULFernes vilkår i stemmeboksen. Fra venstre ses: Kommunal- og indenrigsordfører Birgitte Vind, formand for ULF Lars Gjermandsen, formand for ULF Ungdom Rikke Sørensen og næstformand i ULF Jette Tastesen.*



# Sammen kan vi meget mere

*Tekst: Claus Frederiksen*

Samtalegrupper har vist sig at være meget effektive til at få styr på en masse problemer.

Fx er der gode erfaringer med at lade mennesker i sorg, folk med ADHD eller unge med spiseforstyrrelser mødes og snakke om deres udfordringer.

Også ULFere har mange problemer til fælles. Og nu bliver der med støtte fra Social- og Boligstyrelsen mulighed for at lave samtalegrupper ude i kredsene om alt fra overvægt, sorg og ensomhed til overgreb og angst.

De første grupper skal dannes nu og være klar til at mødes lige efter sommerferien. Erfaringerne fra den første gruppe skal bruges til at lave en køreplan for flere lokale grupper, som udover et godt og hyggeligt fællesskab kan se frem til at blive bedre til at tackle ting, som mange synes, er svære.

## Sådan danner I en samtalegruppe

1. Find seks til ti ULFere med en fælles udfordring. Brug evt. sociale medier eller andre netværk.
2. Find en frivillig støtteperson, som vil stille op 8x2 timer. Hvis det kniber, er ULF også lige nu i fuld gang med at rekruttere frivillige.
3. Kontakt projektleder Jonas Riis (92 15 92 75), projektchef Joan Riis (21 22 27 49) eller ULFs frivilligkoordinator Maria Christiansen (92 82 68 03). Du kan også ringe 75 72 46 88 og spørge efter Maria, Jonas eller Joan. Eller send en mail til: kurser@ulf.dk. Så hjælper ULF med at få gruppen på skinner.



**Ring og hør mere:**

**Jacob: 61 99 40 00**

**Jimmi: 22 93 13 46**

Handi-fest i Vestjylland:

## Nu med overnatning

*Tekst: Jacob Lykke Boel og Claus Frederiksen*  
*Foto: Claus Frederiksen*

For tre numre siden, det var i oktober 2023, var Jacob Lykke Boel på forsiden med sine handi-fester i Varde, som han udviklede sammen med en lokal diskoteksejer.

Nu har han så forbedret sin idé til en handi-fest med DJ, mad og mulighed for overnatning.

Alle er velkomne. Maden skal bestilles og koster kr. 60,- pr. person. Entréen koster 50,-

Og der er fest fra 17-22 den første tirsdag i hver måned. Altså næste gang: 7. maj.

Fest på  
Signinn  
i Varde





# FESTIVALER FORUDE



ROSKILDE FESTIVAL

## Plads til alle på nordens største festival

Musikfestivalen Roskilde Festival afvikles i år fra 29. juni til 6. juli og er Nordens største festival med ca. 130.000 deltagere, hvoraf omkring 30.000 deltager som frivillige.

Festivalen har en række tilbud til mennesker med funktionsnedsættelser:

- **HandiCampen** for mennesker med særlige behov er placeret ved Indgang øst. Her er der gode muligheder for at finde god plads, ro, opladere og venlige serviceværter.
- Hvis du kan fremvise et ledsagekort udstedt af Danske Handicaporganisationer, kan du have **en ledsager med**.
- Der er mere end **15 handicaptoiletter** fordelt på festivalområdet. For at få nøglen udleveret skal du udfylde en formular.

- Under festivalen kan du ringe **46 36 66 13** og få hjælp til praktiske ting såsom at finde et toilet. Får du akut behov for hjælp, kan du altid henvende dig til serviceværterne i de orange veste.
- Podier ved scenerne hjælper deltagere i kørestol op i hovedhøjde med resten af publikum.
- Der er **plads til frivillige** af alle slags, og hvis man laver 32 timers frivilligt arbejde, kan man få gratis adgang til festivalen.

Kontakt [accessibility@roskilde-festival.dk](mailto:accessibility@roskilde-festival.dk), hvis du har spørgsmål.

## Brangstrup Festival i maj

Årets Brangstrup Festival på Volstrupvej i Ringe trækker i år gæster til fra nær og fjern fredag 24. maj kl. 12-22. På programmet er flere velprøvede og sikre succeser samt enkelte overraskelser:

- Olfert og G-Strengene, Brangstrup All-Stars, Hr Muddi, Unico og Bali overtager scenen fra hinanden og om aftenen spiller: Ude af Kontrol, Four Elements og Keinstein.

- Finurlige Finn optræder i caféen med trylleshows.
- På programmet er også Cover Support, Expressen og Bech & Olsen.
- Der er konkurrence i luftguitar og lodtrækning om flotte præmier på indgangsbilletten.





## Kortfilm om livet med udviklingshandicap

Film KNUS (ikke at forveksle med kontakttjenesten Knuus) er en årlig international kortfilm-festival for filminteresserede mennesker med udviklingshandicap.

Festivalen er en del af Odense Internationale Film Festival i august, og der sidder mennesker med udviklingshandicap i juryen, som bestemmer, hvem der skal vinde.

Der ligger nogle udvalgte film, du kan lade dig inspirere af, på hjemmesiden [filmknus.dk](http://filmknus.dk) og på Film KNUS' Facebookside.

### Vigtige datoer:

**1. juni** er tilmeldingsfrist og sidste frist for at indsende film. Derefter udvælger juryen de film, der skal vises på

storskærm under festivalen. Tilmelding kan ske til socialpædagog Kirsten G. Hansen ved Odense Kommune: [kgh@odense.dk](mailto:kgh@odense.dk) eller Peter Pedersen – [peterpedersen16@gmail.com](mailto:peterpedersen16@gmail.com). Begge kan også besvare spørgsmål.

**5. august** er sidste frist for pladsbestilling, hvis man vil ind og se filmene + opleve en koncert med Bali Band. Pladserne er gratis, men skal altså bestilles hos Kirsten på [kgh@odense.dk](mailto:kgh@odense.dk).

**28. august** klokken 10 til 12 afvikles selve festivalen på storskærm i Kulturmaskinen, Farvergården 7, 5000 Odense C.

## Frivillig hjælper og/eller journalist på Sølund 2024

Har du lyst til at komme "backstage" og interviewe musikerne før eller efter, de går på scenen?

Har du lyst til at fortælle om stemningen på festivalpladsen og måske møde nye venner?

Har du lyst til at prøve at være tv-journalist, skrivende journalist eller fotograf med eget pressekort og lige præcis den støtte, du har brug for?

Eller har du bare lyst til at være frivillig på en festival og prøve de frivilliges fantastiske fællesskab af?

Så har du chancen på årets Sølund Musik-Festival 11.-13. juni. Du tilmelder dig via hjemmesiden: <https://solundfestivalen.dk/> og/eller [www.handipressen.dk](http://www.handipressen.dk).

Årets Sølund-festival byder på navne som Infernal, Benjamin Hav, Rasmus Walter og Lis Sørensen.





# 20 år i Holbæk-kredsens bestyrelse

63-årige John Allan Poulsen deler glad og gerne ud af sig selv. Både til ULF og Lev, musikken og en god sag.

En rigtig kendis. Det kan man vist roligt kalde formand for ULF Holbæk Kreds John Allan Poulsen.

For man ser ham i fjernsynet igen og igen. Ved siden af musik-karrieren. For nogle år siden udgav han sin første CD "Vi kan noget sammen os to", som tager kampen op mod ensomhed. Og det fortsætter.

"Jeg skal snart i Danmarks Radio sammen med nogle værter. De har lovet, at jeg får lov til at bestemme, hvad for noget musik de skal spille," fortæller John Allan Poulsen, som i øvrigt har over 4.000 venner på Facebook.

## Flere år; ja tak!

John Allan Poulsen er et engageret overflødigshorn. Han arbejder både for Lev, ULF og KLAPjob. Stiller sig igen og igen til rådighed for en god sag og har masser af idéer til dén fremtid, som han åbenlyst glæder sig til.

"Det kunne da være skønt, hvis man kunne lave noget sammen med Lars Ranthe eller evt. Thomas Eje," som kredsformanden siger.

## En barndom med mange flade

At lille John Allan Poulsen fra vestsjællandske Sønder Jernløse skulle gå ud i verden og tage den så meget med storm, var der nok ingen, der havde set komme, dengang han stadig var lille og konstant måtte dukke sig for de voksnes lussinger i 1960'ernes "Åndssvageforsorg".

Det er heldigvis længe siden. Og knækket ham – det fik de aldrig.

John Allan Poulsen har tidligere her i bladet lovet at blive som bestyrelsesformand i Holbæk, til han ikke kan mere.

Så sæt kryds i kalenderen. 25-års jubilæet i 2029 er bestemt sandsynligt. Det samme er et 30-års jubilæum om ti år.



ARKIVFOTO: CLAUDS FREDERIKSEN

*John Allan Poulsen (th.) på job for ULF. Her er han på Odense Banegård sammen med Jette Tastesen og Leif Beck for at hente deltagere til landsmødet i 2019.*

# ULF'er udnævnt til æresmedlem i Skagen Svømmeklub

Foto: Lissy Simonsen

Tekst: Claus Frederiksen

Per Simonsen fra Skagen har svømmet i Skagen Svømmeklub i 40 år. Det er der kommet meget god motion ud af, og nu har Skagen Svømmeklubs bestyrelse besluttet, at Per Simonsen fremover skal være æresmedlem. Det blev fejret ved en lille højtidelighed med gaver til den udholdende svømmer, der nu slipper for at betale kontingent resten af sin levetid.

Sammen med sin kone Lissy Simonsen går han desuden til vand-aerobic i svømmeklubben.



*Per Simonsen glæder sig til maj, hvor han skal med klubben til Special Olympics i Frederikshavn.*

# Nu skal kræfterne lægges i Svendborg

*Tekst: Claus Frederiksen*

*Foto: Privat (udlånt af Svend Erik Pedersen)*

Efter næsten 30 år på posten valgte kasserer i ULF Odense Kreds Svend Erik Pedersen (69 år) ikke at genopstille, da der var generalforsamling i Odense-kredsen 28. februar.

Svend Erik Pedersen var i sin tid med til at stifte Odense-kredsen, og bestyrelsesarbejdet har gennem årene givet ham rigtig meget, fortæller han:

“I begyndelsen havde jeg det svært med at stille mig op og sige noget i et lokale med 20 mennesker. Men øvelse gør mester. Jeg lærte det henad vejen. Og det har flere andre gjort efter mig.

Odense-kredsen gør et virkelig godt stykke arbejde for mennesker med udviklingshandicap. Det er en meget velfungerende kreds, som har et godt samarbejde med Odense Kommune og sagtens kan køre videre uden mig.”

Svend Erik Pedersen fortsætter som formand i ULF Svendborg Kreds, som han også var med til at stifte i 2016. “Nu kan jeg koncentrere min tid og kræfter i Svendborg. Det bliver godt. For jeg har længe haft lidt rigeligt at se til,” som han siger.



## Ny medarbejder på hovedkontoret

Rikke Buus Nielsen er pr. 4. marts ansat som ny aktivitets- og projektmedarbejder i ULF.

Rikke skal arbejde med aktiviteter, ferie og frivillighed. Hun er uddannet pædagog og har en kandidat i pædagogisk antropologi, bor i Aarhus, men kommer oprindeligt fra Nordjylland, hvor hun er vokset op ude på landet.

Fritiden bruger Rikke Buus Nielsen på at være fysisk aktiv, lave forskellige friluftaktiviteter, være sammen med familie og venner samt rejser.

*Foto: Claus Frederiksen*





# Håndholdt sjov og spas i Bjørnemosen

Til  
inspiration

Beboerne i fynsk botilbud har været kreative.

*Interview og foto: Kirsten Bastholm*

Igennem cirka to måneder har en gruppe beboere på bostedet Bjørnemosen i Odense haft ganske forrygende travlt. De har bygget en hel forestilling op med sjove dukker, de selv har lavet. Meget i stil med Muppet Show. Først på året blev showet vist for et begejstret publikum. Og det bliver nok ikke sidste gang, hvis man spørger dukkefører og beboer i Bjørnemosen siden 2016 Jørgen Damsgaard:

“Det kunne da være sjovt at lave noget lignende på et senere tidspunkt,” siger han.



*Idemand Allan Nis Nissen og Søren Sørensen præsenterer den hjemmelavede scenografi.*

◀ *Jørgen Damsgaard, 56 år, gik all in. Næste gang vil han gerne være både publikum og dukkefører, for publikum havde en fest, fortæller han.*



*De hjemmelavede dukker er ret underholdende i sig selv. Lavet af alt muligt fra parykker over sokker og kageruller til gavebånd og garnrester.*



Tips til digital sikkerhed fra ULFer til ULFer:

# Opdatering: JA TAK!

*Tekst: Asger Drewsen • Foto: Claus Frederiksen*

Du oplever næppe, at din computer, tablet, smart-ur eller telefon bliver bedre af det, men det er alligevel en god idé at opdatere programmer og styresystemer jævnligt. Og helst med det samme, når der kommer en ny opdatering.

Opdateringer beskytter nemlig imod fejl og misbrug. Og det smarte er, at du kan indstille systemerne til at opdatere automatisk.

Måske skal du have opladerstikket i imens.

Måske skal du sige OK til en opdatering, selv om du har sagt ja til, at telefonen, tabletten eller computeren kan gøre det selv.

Hvis du har Apple, er det den grå knap med tandhjulet. Her finder du fanen "GENERELT" og klikker på "SOFTWAREOPDATERING" i menuen.



*Hvis du har Apple, er det den grå knap med tandhjulet. Her finder du fanen "GENERELT" og klikker på "SOFTWAREOPDATERING" i menuen.*

På en android-telefon kan du bruge knappen "INDSTILLINGER" og opdatere sådan her:

- 1. Tryk først på SIKKERHED OG PRIVATLIV.**
- 2. Vælg SYSTEM OG OPDATERINGER.**
- 3. Tryk på SIKKERHEDSOPDATERING for at få sikkerhedsopdateringer.**

Du kan også vælge "NETVÆRKSPRÆFERENCER" og "OPDATER APPS AUTOMATISK". Så bliver dine apps sikkerhedsopdaterede. Det er mest sikkert at vælge "KUN VIA WI-FI".

**HUSK AT TRYKKE PÅ OPDATER TIL SIDST.**



*På en android-telefon ser knappen således ud. Her skal du ind i menuen "SIKKERHED OG PRIVATLIV" og derefter "SYSTEM OG OPDATERINGER" for at gen-opfriske sikkerheden.*



ULFere ANBEFALER

# Gode bøger til øjne og ører

Anette Hansen fra Odense låner mange lydbøger på biblioteket og anbefaler her nogle af de bedste, hun har hørt for nylig.

FOTO: LINDHARDT OG RINGHOF



## Flere historier om Nora Sand fra tv

“Den Blå Digtters Kone” af Lone Theil er nummer to i serien om journalisten Nora Sand. Den første hedder “Pigerne fra Englandsbåden” og er blevet til en serie på otte afsnit, som kan ses på DR.

I “Den blå digters kone” forsvinder en kvinde, som er gift med en berømt iransk digter. Nora Sand må hjælpe ham og kommer helt tæt på menneskesmulgere og svære

flygtninge-skæbner. Det er en velskrevet og meget spændende bog. Fuld af fine fortællinger om, hvor personerne er i deres liv.

Der er i alt seks bøger i serien om Nora Sand. De nyeste hedder “Heksedrengen”, “Stilleleg”, “De usynlige” og “Troskyldigheden selv”.



FOTO: POLITIKENS FORLAG

## Kazanski-trilogien af Jens Henrik Jensen

“Kællingen i Krakow” er en vaskeægte thriller. Virkelig spændende. Forfatteren Jens Henrik Jensen kender Østeuropa ud og ind fra sine rygsæk-rejser. Han er en virkelig god og lidt finurlig fortæller med et godt blik for magtspil og organiseret kriminalitet.

Meget af handlingen foregår i og omkring Krakow, som er den næststørste by i Polen. Og vi skruer tiden tilbage til Den Kolde Krig, Berlinmurens fald og østblokkens opløsning i 1980'erne og 1990'erne. Hovedpersonen er en tidligere CIA-agent, Jan Jordi Kazanski, og bogen

er første del i “Kazanski-trilogien” – altså en serie på spændende romaner.

Det hele begynder med en bøn om hjælp fra en gammel CIA-kontakt. Mere vil jeg ikke fortælle. Man skal selv opleve historien og personerne.

Andet og tredje bind i trilogien hedder “Hofnarren i Murmansk”, som tager afsæt i kriminelle miljøer i det nordvestlige Rusland, og “Ulven i Banja Luka”, der går bagom den jugoslaviske borgerkrig i 1990'erne.

Alle tre bøger findes både på tryk og som lydbøger.

ULFere ANBEFALER

# Gode bøger til øjne og ører

Anette Hansen fra Odense låner mange lydbøger på biblioteket og anbefaler her nogle af de bedste, hun har hørt for nylig.

FOTO: POLITIKENS FORLAG



## En jaget mand får hårene til at rejse sig

Bøgerne bag tv-serien "Oxen" om den PTSD-ramte krigsveteran og tidligere jægersoldat Niels Oxen er værd at lytte til og meget anderledes end tv-serien. Forfatteren er også her den underfundige thriller-mester Jens Henrik Jensen.

I "De Hængte Hunde" blive Niels Oxen anklaget for mord og må have hjælp for at komme til bunds i en stribe mord, der alle har en hængt hund som fællesnævner.

I "De mørke mænd" er Niels Oxen gået i skjul med en falsk identitet på et dambrug i Jylland. Han bærer på en stor hemmelighed, så flere vil ham til livs.



I "De frosne flammer" dukker det hemmelige netværk Danehof op. Officielt er Niels Oxen død, men i virkeligheden arbejder han i det skjulte for at optræve Danehof.

Der er tre bøger mere i serien: "Lupus", "Gladiator" og "Pilgrim". Så der er spænding til rigtig mange gode og underholdende timer i dén serie. Serien om Oxen kan ses på TV 2.



FOTO: POLITIKENS FORLAG



## Portland-trilogien af Jens Henrik Jensen

"Økseskibet" er inspireret af en mordgåde fra det virkelige liv og kan læses for sig selv eller som den første af tre om kriminalassistent Nina Portland i Esbjerg.

Denne gang bliver både hun selv og faren til hendes ti-årige søn rodet ind i et uhyggeligt øksemord ombord på et tysk skib i Nordsøen.

I "Kulmanden" af samme forfatter må Nina Portland både til Berlin og Istanbul i sin jagt efter gerningsmanden til nogle mystiske mord. Men hun er ikke alene. En mystisk skygge følger hvert et skridt, hun går.

De tre bøger i Portland-serien hedder "Økseskibet", "Kulmanden" og "Spøgelsesfangen". Forfatteren Jens Henrik Jensen sørger for spænding fra første til sidste minut.



# KÆRESTESIDERNE

FIND FLERE KONTAKTANNONCER PÅ KNUUS.DK

## KÆRLIGHED SØGES TÆT PÅ VIBORG

Jeg hedder Dennis Lauritsen, er 36 år og bor i Viborg. Jeg kan godt lide at komme ud til fodbold, gå ture, tage på cafe og at shoppe.

Jeg søger både en kæreste og venner. Både kvinder og mænd har interesse. Det er bedst, hvis du kommer fra Viborg, Silkeborg eller Herning.

*Du kan ringe eller sende mig en sms på telefon: 22 44 24 60*

## VENINDER SØGES

Mit navn er Sussanne. Jeg er 42 år og bor på Sida, som er et bofællesskab tæt på Fredericia.

Nu søger jeg en veninde eller to, som jeg kan besøge, eller som vil komme og besøge mig. Alder er ikke så vigtigt, og det er afstand heller ikke.

Jeg kan godt lide at se film, gå ture, tage i svømmehallen og gå i biografen.

Jeg har en kæreste, og hvis du også har det, kan vi snakke om, hvordan det er at have en kæreste.

Håber, at du vil kontakte mig. Mit telefonnummer er 28 78 43 14.

*Venlig hilsen Sussanne*

## VIL DU MED TIL FESTUGE?

Jeg er en mand på 65 år, der bor i Lystrup nær ved Aarhus. Jeg søger en kvindelig kæreste mellem 50 og 63 år. Du skal bo i nærheden af Aarhus.

Du skal have godt humør og let til smil. I min fritid kan jeg godt lide at cykle, tage ud og spise og tage til Aarhus Fest-uge i august/september.

Du kan kontakte mig på 51 51 59 83.

*Hilsen Henning Nielsen*



## SKØNNE DAMER - SE HER

Jeg er en frisk ung mand på 35 år, som søger en sød, kærlig, glad og positiv kvinde.

Selv ser jeg også meget positivt på livet. Jeg bor i Thyregod, hvor jeg har min egen lejlighed og nyder hverdagen. Jeg har et værksted, hvor jeg laver fuglehuse og meget andet. Jeg er glad for hjemlig hygge, gåture, bio og fiskeri. Jeg håber, alt dette også er noget for dig.

Jeg arbejder i Vejle, så vi kan nemt mødes til en kop kaffe, eller en gåtur der.

Jeg var syg som lille og går derfor med krykker.

Glæder mig til at høre fra dig på 23 64 54 52.

*Kærlig hilsen Carsten*

## HVOR ER DU?

Jeg er en pige, der er glad for dyr, dansk musik og at komme ud at spise.

Du skal være 56 – 60 år, glad for dyr, være ikke-ryger og helst bo på Sjælland. Du må gerne have bil.

Du kan skrive et brev til mig og gerne vedlægge et billede af dig selv.

Send brevet til ULF, Sjællandsgade 32, 7100 Vejle og skriv Billetmærke: 2573 udenpå kuverten. Så sender ULF brevet videre til mig uden at åbne det.

Du kan også ringe til mig på 93 10 10 58. Håber at høre fra dig.

*Hilsen Julie*

## MÅSKE OPSTÅR DER KEMI...

Jeg er en sød, glad og smilende pige, som ikke rigtig kommer ud for tiden, da jeg har et meget dårligt ben og derfor går med rollator og krykker.

Det kunne være hyggeligt at finde nogen at skrive sammen med eller ses med her hos mig.

Jeg er 42 år og bor alene i egen lejlighed. Jeg er ikke-ryger, så derfor er det vigtigt, at du ikke ryger. Bil har jeg ikke, men godt hvis du har.

Du må gerne være single eller have børn i weekenderne, for jeg er glad for børn.

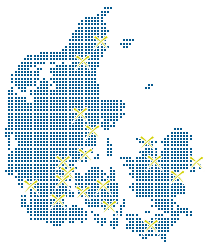
Du skal helst være mellem 38 og 46 år og bo i området omkring Harlev, Låsby, Skanderborg, Galten og Skovby. Personer, der er tatoveret over hele kroppen og på hovedet, er ikke mig.

Måske går vi så godt i spænd, at der opstår kemi, så vi kan få et forhold til hinanden.

Du skal kunne lide at komme her hos mig, gerne være god til at lave mad og være med på at spille spil, se tv og snakke.

Kontakt mig på sms: 40 80 06 87.

*Med venlig hilsen Trine Assentoft*



# Aktiviteter for ULFere

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

## FREDERIKSHAVN KREDS

### Generalforsamling

Lørdag 4. maj klokken 17 til 18 er der generalforsamling i ULF Frederikshavn Kreds. Alle er velkomne på Gimle, Baldersvej 11, 9900 Frederikshavn.

Mød frem, og få indflydelse på, hvilke sjove og spændende aktiviteter kredsens medlemmer skal inviteres til.

### Bowling

Lørdag 8. juni klokken 15.30 til 17 inviterer Frederikshavn Kreds til bowling og fællesspisning i Terminalen1, Skippergade 36, 9900 Frederikshavn. Alle medlemmer har fået en indbydelse med posten.

Efter bowling mødes vi til buffet med pizza, burgere og spareribs. Deltagerne betaler 50 kr. pr. person, da et tilskud dækker resten af prisen.

Tilmelding senest 17. maj til Hanne Nielsen på 75 72 46 88 eller e-mail: [hanne@ulf.dk](mailto:hanne@ulf.dk)

## HOLBÆK KREDS

### Generalforsamling

Tirsdag 4. juni klokken 16.30 til 18 er alle i ULF Holbæk Kreds velkomne til kreds-generalforsamling på Kig Ind, Mellemvang 9, 4300 Holbæk.

Mød frem, og få indflydelse på, hvilke sjove og spændende aktiviteter medlemmerne skal inviteres med til i tiden, der kommer.

## KOLDING KREDS

### Fælles tur til jernbanemuseet i Odense

Lørdag 18. maj er medlemmerne af Koldingkredsen inviteret på en hyggelig tur til Odense.

Der er afgang med tog fra Kolding Station mod Odense klokken 9.30.

Deltagerne betaler selv togbilletten og mad til sig selv.

I Odense er det planen, at man sammen finder et sted at spise, kigger lidt rundt og besøger Danmarks Jernbanemuseum, hvor man blandt andet kan se Danmarks første lokomotiv og besøge de fine kongelige salonvogne.

Entrebilletten koster 140 kroner, som sættes ind på kredsens konto: reg.nr. 7562 kontonr. 1005539 senest 3. maj. Der er tilmelding til Alfred på telefon 40 71 60 11 senest 3. maj.

## KØBENHAVN KREDS

### Generalforsamling

Onsdag 24. april klokken 18 er alle medlemmer velkomne til generalforsamling i den københavnske ULF-kreds på Pulsen, Lars Lejvsstræde 2, 1451 København.

Der inviteres ved samme lejlighed til fællesspisning, som er gratis for deltagerne. Men den del skal man nå at tilmelde sig senest 17. april.

Tilmelding til John Madsen på telefon 53 65 01 44 eller e-mail: [johnmadsen2791@yahoo.dk](mailto:johnmadsen2791@yahoo.dk).

## KØGE KREDS

### Generalforsamling

Tirsdag 30. april klokken 16.30 til 18 er alle i ULF Køge Kreds velkomne til kreds-generalforsamling på Værestedet Huset, Ølbycenter 77B, 4600 Køge.

Mød frem, og få indflydelse på, hvilke sjove og spændende aktiviteter medlemmerne skal inviteres til i den kommende tid.

## LOLLAND OG GULDBORGSUND KREDS

### Generalforsamling og bingo

Lørdag 22. juni klokken 12 til 18 inviterer Lolland og Guldborgsund Kreds til generalforsamling, spisning og bingo-spil i Frivilligcenter, Søndre Boulevard 82A, 4930 Maribo.

Efter generalforsamlingen er det gratis at spise med, og dagen rundes af med et spil bingo, hvor alle skal have en indpakket gave med til ca. 30 kr. Øl og vand kan købes på stedet.

Tilmelding senest 3. juni til Karen på 24 42 60 89.

## VEJLE KREDS

### Hygge og kursus i "Mine egne penge"

Tirsdag 28. maj klokken 18.30 til 21.00 er medlemmerne inviteret til kursus og fællesspisning i ULF's lokaler, Sjøllandsgade 32, 7100 Vejle.

På ULF-kurset "Mine egne penge" lærer man at lægge budget – lidt ligesom i "Luksusfælden".

Det koster 50 kroner at være med til fællesspisning klokken 17.30, og alle er velkomne. Tilmelding til Hanne Nielsen på 75 72 46 88 senest dagen før (27. maj).

### Generalforsamling og spisning

Lørdag 29. juni klokken 13 til 22 er alle medlemmer inviteret til generalforsamling i ULF Vejle Kreds.

Det foregår i ULF's lokaler Sjøllandsgade 32, 7100 Vejle.

Efter selve generalforsamlingen, hvor medlemmerne kan høre om og få indflydelse på bestyrelsens arbejde, vil der være lidt underholdning med kaffe, kage og hygge, hvorpå dagen rundes af med fællesspisning.

Det koster 150 kroner at spise med, og der er mulighed for at købe drikkevarer kontant til rimelige priser.

Pengene sættes ind på kredsens konto, registreringsnummer 7244 kontonr. 1080180 senest 3. juni.

Tilmelding til Hanne Nielsen på 75 72 46 88 eller e-mail: [hanne@ulf.dk](mailto:hanne@ulf.dk) senest 3. juni.

## ALLE KREDSE

### Faste online-aktiviteter

Onlinebanko 29. april og 27. maj. Vært er Bettina. Online fredagsbar HVER FREDAG klokken 16 til 17. Du finder links på [ulf.dk](http://ulf.dk) under fanen "Aktiviteter", hvor du også finder aktiviteter meldt ind efter bladets deadline.



# En skøn aften i Maribo

*Foto og tekst: Jennifer V. Nobel*

16. december 2023 var en hyggelig dag i Lolland/Guldborgsund Kreds, der havde inviteret til bankoaften i frivilligcentret Maribo.

Efter maden var der banko, og de, der stod ude i køkkenet og gjorde klar til kaffe og kage, følte sig ikke udenfor.

Pludselig råbte Rasmus Nielsen BANKO, og så blev der helt stille, mens numrene blev tjekket efter.

Og så blev der klappet.

## Bankosæson hele året

Nogle deltagere spurgte, om bestyrelsen ikke ville arrangere banko to gange om året. Og selvfølgelig vil bestyrelsen det. Tanken er at invitere til sommerbanko og vinterbanko fremover.

To frivillige hjalp til, og kredsen fik et nyt medlem den aften. Det var Mai-Britt Niensens mor, Lone Nielsen, som gerne ville være med til at spille banko.

En fin aktivitet der varmt kan anbefales.



# Opskrift på en fed fest

26. januar fejrede Lev det nye år med 200 nordjyske gæster i Vejgaardhallen.

*Tekst og foto: Jørgen W. Nielsen*

Årets første, største og indtil videre fedeste fest for voksne med udviklingshandicap samt deres pårørende, hjælpere og personale kan Lev Nordjyllands traditionsrige nytårsfest i Restaurant Vejgaardhallen godt kalde sig.

Cirka 200 gæster blev budt på en festmenu bestående af:

- Gammeldaws flæsketeg m/rødkål, brunede og hvide kartofler mv.
- Flødeis med friske frugter.
- Kaffe og te med hjemmebagte småkager.
- Der blev drukket lidt vin og øl.

Festen blev nydt i fulde drag og nogle fandt nye venner. GIRO 413 stod for musikken og bød op til dans.

Som altid var der i pausen amerikansk lotteri til 20 kr. pr. lod og masser af fede præmier.



Er der noget som bekymrer dig eller vil du bare gerne have en god sludder om løst og fast?

Det er mennesker med udviklingshandicap, der svarer når du ringer. De forstår dig og er nemme at snakke med!

Det I snakker om kommer ikke videre til nogen og du skal ikke være bange for at ringe!  
Det er ligesom at ringe til en god ven!

# Ring til ULF Linjen på tlf. 7572 4688

## ULF Linjens Åbningstider:

Alle ugens dage kl.  
10- 14

Mandag- torsdag er  
ULF Linjen  
også åben  
kl. 18- 21

Ved helligdagsåbent,  
se [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk)



Læs mere på [www.ulf.dk](http://www.ulf.dk)

Du behøver ikke at være medlem af ULF for at bruge ULF Linjen, men du skal være fyldt 18 år.

ULF modtog i 2020 Social- og indenrigsministerens Handicappris for ULF Linjen.