

mere information på

[www.ulf.dk/demo](http://www.ulf.dk/demo)

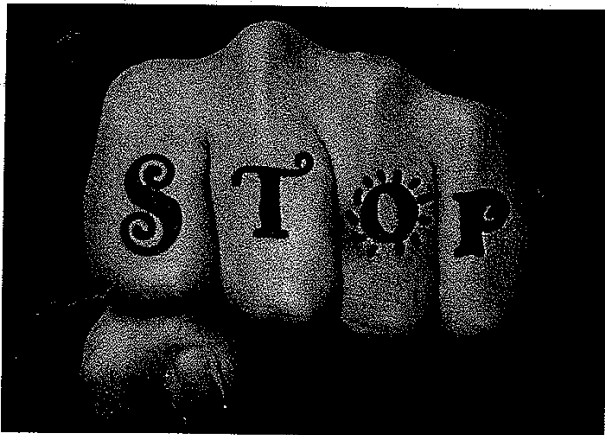
Kom til

## DEMONSTRATION

FOR udvikling, ligestilling og forskellighed

IMOD tankeløse nedskæringer, respektløshed og  
bedrevidenhed.

Fra Rådhuspladsen til Christiansborg.  
Torsdag d. 4. november kl. 14-17 i København.



### HVAD SKAL DER SKE?

Vi mødes på Rådhuspladsen og går mod Christiansborg. Der arbejder Folketingets politikere. Vi vil fortælle dem, at vi ikke er tilfredse med den behandling, udviklingshæmmede får i dagens Danmark.

På dagen vil der være taler, sang, hygge, bannere, slagord og masser af sammenhold. Kom og vær med.

### HVORFOR DEMONSTRERER VI?

Der er skåret kraftigt ned på hjælpen til udviklingshæmmede - og i medierne er vi blevet kaldt forkælede og gøgeunger.

Vi vil ikke nasse eller være dovne. Vi vil bare gerne have samme muligheder som alle andre. Vi drømmer også om uddannelse, job, en god bolig, kæreste og et dejligt liv.

### HVORDAN KOMMER JEG TIL KØBENHAVN?

Med bil, tog, bus, taxa, cykel eller på ben.

Spørg dem, du kender, om der er nogen du kan følges med. ULF lejer et par busser, som kan have nogle folk med - men langt fra alle. På [www.ulf.dk/demo](http://www.ulf.dk/demo) vil du kunne se, hvor ULF-busserne kører fra.



### HVAD SKAL JEG HAVE MED?

- Bannere.
- Godt humør.
- Madpakke, hvis du skal have noget at spise.
- Venner, familie, kolleger og alle andre, der vil kæmpe for et godt liv for alle udviklingshæmmede i Danmark.

Der vil blive sendt materiale som ud til de lokale kredse.

### ER DU ITVIVL OM NOGET?

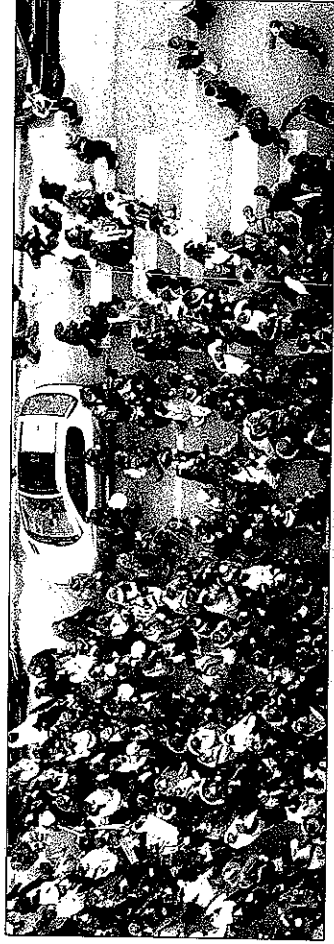
Så kan du:

- Ringe til ULF's kontor på 75 72 46 88
- Skrive til [ulf@ulf.dk](mailto:ulf@ulf.dk)
- Gå ind på [www.ulf.dk/demo](http://www.ulf.dk/demo)  
Måske har nogen allerede spurgt om det samme, som du vil spørge om :-).

### HUSK AT FÅ FRI TIL AT KOMME MED.

**DU er vigtig. Mød op og hjælp udviklingshæmmede i Danmark. Jo flere, vi er, jo højere kan vi råbe. Invitér alle dem, du kender.**

**Sammen kan vi gøre det endnu bedre! :-)**



PER · GITTE & THOMAS  
Gode råd:



- Man kommer ingen vegne med tvang
- Det er godt at snakke med andre om sit misbrug - gå ikke alene med det
- Det er godt at tale med en, der selv har prøvet at være misbruger af alkohol.
- Det er vigtigt at man kan stole på at den man snakker med ikke siger det til andre (TAVSHEDSPLIKT)
- Væresteder kan støtte og hjælpe dig

Læs og hør mere hos Ulf

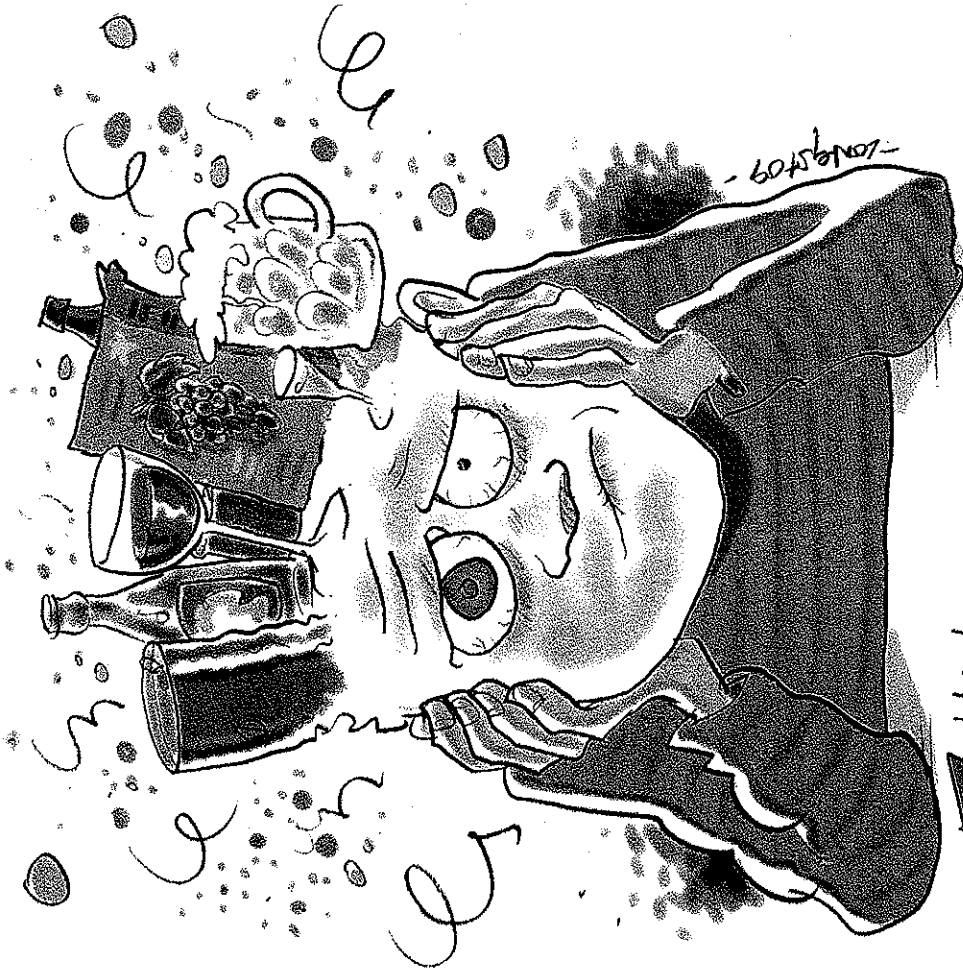
Udviklingshæmmedes Landsforbund  
Havnegade 3, 1.  
7100 Vejle

[www.ulif.dk](http://www.ulif.dk)  
[ulif@ulif.dk](mailto:ulif@ulif.dk)

Tlf. 75 72 46 88

8

ULF præsenterer:



# 3 Historier om at komme ud af sit MISBRUG af ALKOHOL

PERS HISTORIE



SOM 20 ÅRIG

Skåål



SOM 30 ÅRIG

Skåål



SOM 40 ÅRIG

Skåål



SOM 50 ÅRIG

Skåål



SOM 55 ÅRIG

Nu ka' det være nok!!

Jeg tager antabus

2

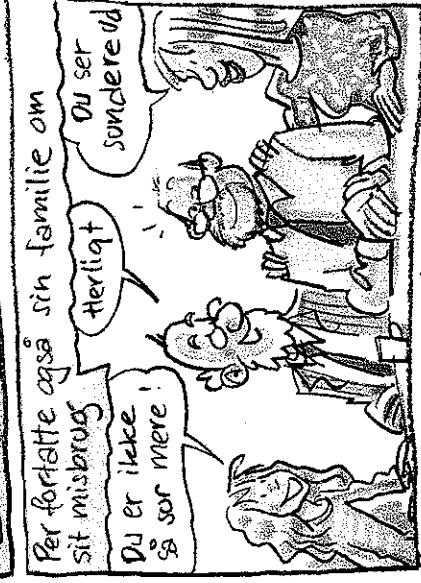


Per snakkede med sin hjemmevejleder om sit alkohol-misbrug



og med sin egen læge

Det er godt du er stoppet. Jeg skal nok hjælpe dig



Per fortalte også sin familie om sit misbrug

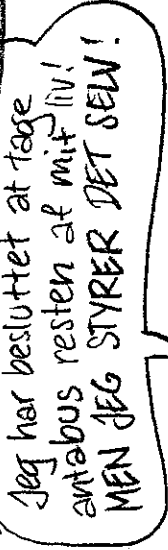
Du er ikke så sør mere!

Hverligt

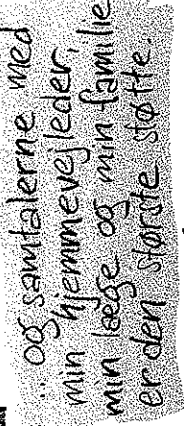
Du ser søndere ud



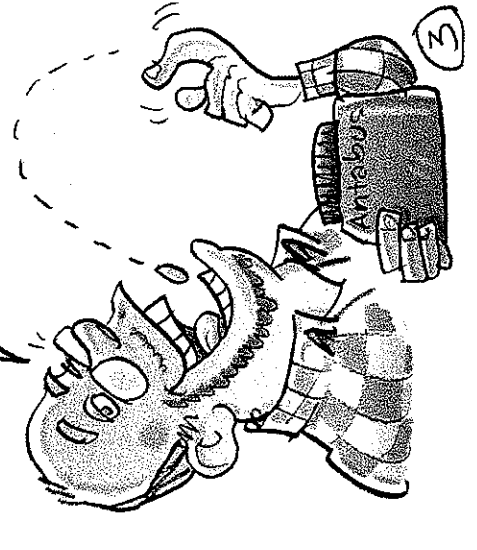
Nu har jeg været ædrü i et år



Jeg har besluttet at tage antabus resten af mit liv! MEN JEG STYRER DET SEJ!

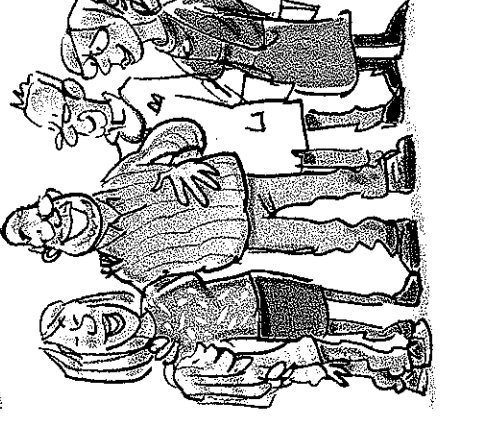


og samtalerne med min hjemmivejleder, min læge og min familie er den største støtte



Jeg har besluttet at tage antabus resten af mit liv! MEN JEG STYRER DET SEJ!

3



og samtalerne med min hjemmivejleder, min læge og min familie er den største støtte

# GITTES HISTORIE



Jeg var vant til at drikke en del men...

Uaaah, så!



...da jeg kom på højskole gik det her galt.

Hehehe!!



Der var tit fest, torsdag, fredag, lørdag, søndag. Hvor jeg var fuld hele tiden.



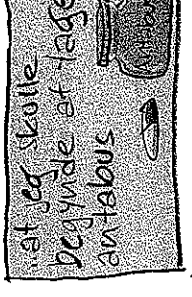
Det her kan jeg ikke styre



Jeg gik til min nærmeste leder



Vi gik til højskoleforstanderen sammen og vi blev enige om



Det jeg skulle begynde at tage antabus



Det kan jeg ikke styre mere



## DET HJALP



Heldigvis vilke forstanderen godt sørge for at jeg fik min antabus

Tak!

Yesssgo' Gitta



Mine venner på højskolen var søde og forstod godt hvorfor jeg ikke kunne drikke

Kom og vi og og fest

Var med til dansen her



Jeg kan ikke lade være..

Jeg kan ikke styre det selv



Jeg prøvede at gå til AA (anonyme alkoholikere) men jeg følte mig udenfor, ingen følte til mig



Men så fortalte jeg om mit problem på mit værelse

Vi skal nok støtte og hjælpe dig



Nej kan jeg klare at drikke til fest og fælles hygge

voam at jeg behøver fortætte bagefter

Skål

Skål

Skål

THOMAS' HISTORIE

