

Nicolai

16. årgang nr. 2 april 2008

Sindslidende



Foto: Franck Thomas Staub

**BILLEDSPOR –
SJÆLENS TEATER** Side 3

Interview med Franck Thomas Staub

**AT SKABE NOGET
PÅ TRODS** Side 4

*Af kursist Helle Rassing Pedersen
og underviser Erik Scriver*

**HOLD DA
HELT RENT!** Side 6

Af Birte Buhl, Grøn Guide Århus Syd



FO-Aarhus.dk

Fordi netværk handler om mennesker



Udgives af

Frit Oplysningsforbunds
medlemsforening
Guldsmedgade 25,
8000 Århus C.
Tlf.: 87 46 45 00
E-mail:

nicolai@fo-aarhus.dk

Ansvarshavende redaktør

Torben Dreier

Redaktion

Henrik Gram
Inge Madsen
Lone Jørgensen
Torben Dreier

Oplag

4600

Layout & tryk

Opsætning & layout:
Sputnik Reklame
tlf: 8676 1653.
Tryk: Zeuner Grafisk
Trykt på miljøpapir

Forsidefoto

Ingram

Nicolai

udkommer 4 gange om
året. Bladet postbesørges til
FO's kursusedtagere samt
lægges frem på biblioteker
og offentlige kontorer.

AftenskoleKlubben

AftenskoleKlubbens formål
er at udbrede folkeoplysning
indenfor almene, økonomiske,
politiske, sociale og kulturelle
emner; samt at arbejde for de
idealer som De Forenede Nationer
står for, samt at sikre medlemmernes
indflydelse på FO's virke. Ved
tilmelding til et af FO's kurser
bliver man automatisk medlem af
FO's medlemsforening for 10 kr.,
som overføres fra tilmeldingsgebyret.

FOLKEOPLYSNING FOR HANDICAPPEDE

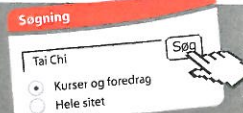
I dette nummer af FO-Århus' medlemsblad Nicolai finder du en omtale af projekterne Billedspor og Tossekassen. Begge er eksempler på hvordan et undervisningsforløb for forskellige handicapgrupper kan se ud. I disse 2 konkrete tilfælde drejer det sig om deltagere med psykiske problemer og undervisningen bygges op omkring de

enkelte deltageres lyst, interesser og engagement i henholdsvis teater på Billedspor og TV i Tossekassen. God folkeoplysning er at gribe fat i deltagernes interesser og engagement, for netop derigennem er det for alvor muligt at lære. Vi er i FO-Århus stolte af at være en del af den danske folkeoplysningstradition,

der på denne måde magter at nå ud til diverse handicapgrupper. På FO-Århus' hjemmeside www.fo-aarhus.dk kan du læse om andre projekter for handicappede, f.eks. sent udviklede: Det kreative Værksted, SAM-skolen, daghøjskolen Facet, Gjesing Fritidsskole

Søgeknop på www.fo-aarhus.dk

På FO-Århus' hjemmeside www.fo-aarhus.dk er der en søgeknop, hvor du kan søge på konkrete fag i aftenskolen, f.eks. japansk tai chi, stenhugning, mavedans med mere. Når du markerer at søgningen skal foregå i kurser og foredrag, får du alle match frem i samtlige de aftenskoler vi har med på hjemmesiden (f.eks. Den rytmiske Aftenskole, Dansk Husflid, ES-sprog m.fl.). Søgeknappen kan også bruges til at finde frem til generelle oplysninger om os, f.eks. vores værdier, hvilke arrangementer vi har lavet om demokrati, hvem der sidder i bestyrelsen og lignende. Her skal man huske at afkrydse at søgningen skal foregå på hele websitet.



KONKURRENCEN

Svarkuponen sendes/afleveres til FO-Århus, Guldsmedgade 25, 8000 Århus C. Du kan også sende dit svar via email til nicolai@fo-aarhus.dk. Send din besvarelse senest 1. juni 2008.

Vi trækker lod om 2 flasker rødvin venligst sponsoreret af Føtex i Guldsmedgade

1) *Hvilken funktion har maskerne i Billedspors forestillinger?*

Navn:

2) *I hvilken by fejrer de i år 10 års "hold rent dag"-jubilæum?*

Adresse:

3) *Hvad hed Inger Danielsens regne- og fysiklærer på Christiansgade Skole?*

Svarene på konkurrencen i Nicolai nr. 1, 2008

1. Bertel Haarder
2. Kommunikationsekspérimentariet
3. Redestativ

Vinder af sidste nummers konkurrence:
Gunhild Thinggaard, Århus N



BILLEDSPOR – SJÆLENS TEATER

Interview med Franck Thomas Staub



I dette nummer af Nicolai sætter vi fokus på sindslidende og nogle af de projekter som FO-Århus medvirker i. Billedspor er et af de projekter.

Billedspor er et teater, hvis skuespillere og musikere er psykisk sårbare mennesker. Teatret startede for snart 19 år siden og har gennem årene spillet et væld af forestillinger, både nationalt og internationalt. Nicolai har talt med teatrets kunstneriske leder og instruktør, billedkunstneren Franck Thomas Staub, der i sin tid grundlagde teatret i tæt samarbejde med FO-Århus. I dag har teatret til huse i egen teatersal på Kultur- og kontaktskole Kragelund i Højbjerg.

Vision og kunst som redskab

"Billedspors vision er at skabe vedrørende og gerne konfronterende teaterforestillinger, der stiller spørgsmål til den måde vi lever vores liv på. Samtidig vil vi gerne synliggøre psykisk sårbare kunstneriske potentialer. Undervisningen og instruktionen handler således primært om en personlig og faglig mestring. Vi ser ofte, at arbejdet forvandler den enkeltes - og omverdens - syn på sig selv, så Billedspors vision er i høj grad at skabe forvandling, både individuelt og kollektivt", siger Franck Thomas Staub og fortsætter: "Kunst er et frirum, hvor det er muligt at undersøge eksempelvis tabuer, der virker undertrykkende på den enkel-

te liv. Du får en mulighed for et dykke ned i måske ubehagelige sider af bevidstheden uden at du skal forklare dig. Værket bliver det centrale. Det er det, vi mødes om, glædes ved, græder og undres over, samtaler om og forhåbentlig udvikler os gennem. Vi mødes ikke omkring den enkeltes lidelse, men omkring værket. Det er frigørende for den psykisk sårbare at se sig selv som skabende frem for som en belastning. Systemet har desværre en overdreven trang til at problematisere".

Brugen af masker

I nogle af Billedspors forestillinger bruges der masker. Franck Thomas Staub forklarer, at masken både skjuler og afslører. Det er ikke skuespillerens egen private fortælling, der spilles på scenen, men derimod den fællesmenneskelige. "Masken bliver en mulighed for at fortælle ting, vi i første omgang måske ikke bryder os om, men dernæst opdager eksisterer. I øvrigt er vores sidste forestilling "Carried by shadows" samt vores nye "På sporet af det tabte" uden masker", siger Franck Thomas Staub.

En forestillings tilbliven

"Billedspors forestillinger bliver til gennem improvisationer. Hen ad vejen begynder instruktøren at samle de bedste improvisationer, tematisere dem og får skabt billederne i forestillingen. Billedspor er et stærkt visuelt teater, der kæder billeder og musik sammen. Kroppen er fortælleren. Det har vist sig, at mange psykisk sårbare afslører

mange talenter, når de får lov til at improvisere frit. Det er instruktørens rolle at finde de fortællinger, der rækker ud over skuespilleren selv, at æstetisere, så at sige. De vigtigste principper bag arbejdet med billedspor er nærvær, involvering, konfrontation, professionalism, forvandling, æstetisk læring, fællesskab, humor, medmenneskelighed og demokrati", fortæller Franck Thomas Staub og påpeger, at deltagerne grundlæggende føler de sig respekteret, udfordret og som en del af noget, der giver mening. "Men der er også nogen, der løber skrigende bort", slutter Franck Thomas Staub. På www.billedspor.dk kan du læse mere om, hvad deltagerne selv siger.

Du kan kontakte Billedspor

på Dybrovej 21,
8270 Højbjerg eller på
teater@billedspor.dk og
40790829 / 87361337

Ansatte:

Musikterapeut Henrik
Rydahl, instruktørassistent
Sasha Aagaard, Kunstnerisk
leder og instruktør
Franck Thomas Staub.

Aktiviteter

Billedspor afholder forestillinger, workshops, foredrag og supervision både hjemme og ude.

Film

Der er produceret en dokumentarfilm om Billedspor med titlen "Sjælens Teater".

At skabe noget på trods

Af kursist Helle Rassing Pedersen og underviser Erik Scriver

Kursisterne
Søren Henrik Strand-Jensen
og Helle Rassing Pedersen.



'Tossekassen' var oprindeligt navnet på et lokal-tv-program, som blev skabt for år tilbage af Lise Jul med det udgangspunkt, at give psykiatribrugere og andre originaler en stemme i medierne og muligheden for at lave noget seværdigt tv.

Det var dengang, lokal-fjernsyn var noget der blev udsendt om aftenen sådan ca. i den 11. time. Programmet eksisterer endnu i bedste velgående og beskæftiger sig stadig ca. en time ugentligt med psykologi og psykiatri i et meget bredt perspektiv, dog nu om formiddagen. 'Tossekassen' er også navnet på et frivillig-tilbud, hvor et miks af frivillige med eller uden erfaringer fra psykiatrien eller med tv-produktion har kunnet prøve kræfter med tv-mediet. Men 'Tossekassen' er mere endnu. Det er nu også – med FO's hjælp – et kursustilbud for mennesker, der måske pga. psykiske vanskeligheder eller sårbarhed befinder sig på samfundets sidespor. Og det behøver altså ikke være nogen endestation. En kursist udtaler "Tossekassens vision er at opkvalificere sindslidende rent fagligt. Give dem nogle

redskaber, de kan bruge andre steder. Give dem et meningsfyldt arbejde eller skabe en arbejdspladslignende situation. Samtidig øver man sig i at være sammen med andre mennesker. Det handler om at lære at begå sig rent socialt".

Mediemagt

Ved at træne i at arbejde med en journalistisk tilgang til omverdenen kan deltagerne sætte sig ud over personlige begrænsninger, få 'pingerne' i tale, få adgang til 'systemet', sætte fokus på et afgrænset emne, lave et produkt, som hvad enten det er en artikel, en tv-udsendelse eller en dvd kan sætte en anderledes dagsorden. Samtidig kommer der noget ganske konkret ud af anstrengelserne og det er en dejlig fornemmelse at gøre noget færdigt. Så er ens udgangspunkt for den næste

opgave forbedret. "At være sindslidende og arbejde i "Tossekassen" giver en en kæmpe oplevelse. Man bliver udfordret hver dag. Man lærer en masse om journalistik, men får også en masse input rent menneskeligt. Man prøver at gøre noget færdigt. Får lidt selvtillid på den konto. Man bliver også en lille smule stolt af sig selv. Ser at man kan bruges til noget. Oplever succes. Også det at have kolleger og arbejde i et kreativt miljø, hvor der er højt til loftet, har stor betydning. Her bliver der ikke set skævt til skæve eksistenser", siger Helle, der går på kurset.

Redskaber til tilværelsen

Ved at benytte en journalistisk værktøjskasse – og den findes i forskellige passende størrelser – kan deltagerne på kurset formidle andres historier og derigennem måske som side-



gevinst få deres egen situation belyst. Det er der kommet mange fine programmer ud af. "Kursisterne er glade for at gå på kurset. Fordi de lærer noget håndgribeligt. De får kendskab til redigering og klipning af udsendelser. Samtidig lærer man at skrive artikler. Man får simpelthen nogle redskaber man kan bruge andre steder og senere i sin tilværelse. Ligeledes bliver der taget et skånehensyn. Der bliver taget hensyn til at mange sindslidende har indlæringsvanskeligheder. Her spiller lærerkræfterne en rolle. Og lærerne her er gode til lære fra sig. De lærer kursisterne om god journalistik", udtaler en anden kursist.

Fejl! Og så videre

Nu lyder det måske for nemt, for sandheden er jo også, at mennesker, der i lang tid ikke har haft tilknytning til job,

uddannelse eller andet ikke ligefrem springer videbegærligt ud af sengen hver morgen fyldt med uimodståelig virketrang. Tværtimod kan man have vanskeligt ved at møde op, at acceptere at det kan være svært i starten, og at være indstillet på, at begå de fejl, der kan være en nødvendig erfaring for at komme videre. Og så er det fristende at give op og droppe ud. Derfor starter vi først undervisningen ved middagstid og sørger for at tingene sker i det tempo, der passer den enkelte. Det betyder til gengæld, at det kan være vanskeligt at fastholde en stram struktur i dagens program, hvilket ellers anses for at være noget af det vigtigste i arbejdet med 'sådan nogen'. "Målgruppen er sindslidende eller mennesker, der har haft det psykisk svært, eller som er på pension eller kontanthjælp

– det er mennesker som måske trænger til at se nye muligheder. At få et nyt input. At blive taget alvorligt", siger en kursist.

Diagnoser ser vi ikke på

Vi forsøger at være fordomsfrie i mødet med nye kursister, og vi forholder os ikke til eventuelle diagnoser eller konkrete sygdomshistorier, selv om det egentlig kan spille en stor rolle hos den enkelte. Tværtimod handler det her om at komme ud over diagnoser og vaneforestillinger om, hvilke begrænsninger en psykisk lidelse kan medføre og i stedet fokusere på det, den enkelte kan og de udviklingsmuligheder, der altid er til stede. En kursist tilføjer: "Noget andet vigtigt at fortælle om kurset er, at man lærer selv at tage initiativ. At skabe selv. At tage kontakt til mennesker, man skal tale med både via e-mail eller telefonisk. Man bliver

derfor mere udadvendt. Og bliver derfor stille vant til at tale med andre mennesker." Den tilstrækkeligt stædige og vedholdende kursist vil sammen med undervisere, øvrige deltagere og ansatte efterhånden finde sig til rette i feltet mellem deadlines og forsigtige krav på den ene side og personlige forudsætninger og mål på den anden.

Se mere på www.antv.dk og www.tossekassen.dk

HOLD DA HELT RENT!

Alle taler om det - og i Århus Syd gør de noget ved alt det affald, som er havnet langs gader, stræder eller i grøftekanter. Nu inden foråret for alvor springer ud og græsset begynder at gro, er det affald, som af den ene eller den anden grund er havnet udenfor skraldespandene, særligt tydeligt. Og netop på det tidspunkt gør de noget ved det i Århus Syd - og sådan har det været de sidste 10 år.

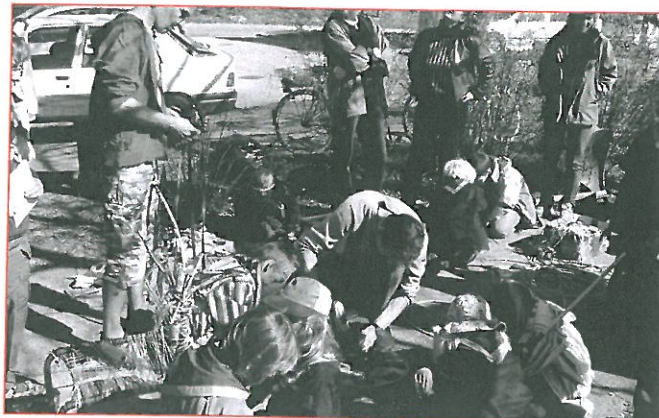


Foto: Mårslet Kunstskele

Borgerne rydder op

Det begyndte i Mårslet for 10 år siden. Det er ikke nok bare at brokke sig over, at folk smider affald, nej, i Mårslet vender de det om, og gør det til en tradition, at mange mødes og hjælpes ad og hygger sig med forårsrengøringen af byen. Sækkevis af affald bliver samlet sammen langs vejene, og trænger vejskiltene efter vinterens slud og sjap, så får de en omgang med kost og sæbevand. Alt i alt bliver det til en rigtig hyggelig dag, hvor mange borgere sammen nyder den friske forårsluft, får motion og hyggeligt samvær, mens byens handlende sponsorerer morgenbrød inden dagens arbejde og en velfortjent øl/sodavand efter et par timer arbejde med forårsrengøring. Det tager jo ikke så lang tid, når bare vi hjælpes ad. Den gode ide fra Mårslet har bredt sig til Solbjerg, Mallings og Beder, hvor de nu også i 8 år har dyrket traditionen med en fælles forårsrengøring. I år bliver den lange tradition i Århus Syd fejret med at Århus Miljøcenter

har sponsoreret trafikveste, så affaldsindsamlingen kan foregå betryggende og synligt. 10-års jubilæet fejres med en overraskelse til alle de børn, der deltager. Se mere på <http://www.dn.dk/sw74250.asp>. Ja, man kan blive klog på mange ting, også på affald. Vidste du f.eks. at hvis nogen taber deres mobiltelefon i naturen, så varer det ca. 1000 år inden den forsvinder og vi mister en masse ressourcer (metaller), som kunne være brugt igen. Sidste år var også Mårslet kunstskele med i arrangementet og der blev i Mårslet lavet affaldskunst af noget af det indsamlede affald. Kunstværkerne spredte deres glade budskab om genbrug i bybilledet i den efterfølgende uge. Tidligere har det været H.C. Andersen, som var på programmet til "Hold rent dagen" i Århus Syd. Læs her hvad der kan komme ud af et potpourri frit efter den gamle forfatter:

Der var så dejligt ude på landet. Det var snart sommer, hvor kornet står gult, havren grøn, og

høet rejst i stakke nede i de grønne enge, og der gik storken og snakkede ægyptisk, for det sprog havde den lært af sin moder. Rundt om agre og eng var der store skove og midt i skovene søer, jo der var rigtignok dejligt ude på landet. Midt i solskinnets lå der små hyggelige landsbyer, men fyføj en svinesti det var her efter vinteren, hvor mange uforvarent havde smidt affald ikke i affaldsspandene, men blot i rendestenene, så det lå og så forskrækkeligt ud. Ach du lieber Augustin det ligner jo næsten en svinesti.

Men se der højt i træet, der sidder en nattergal og hør den synger så naturligt og kønt. Hvad er det den synger om? Er det en fjer, der bliver til fem høns? Nej hør, nu synger den igen. Det er om et stykke tyggegummi, der blev smidt i rendestenen. Det er nu blevet til sækkevis af affald, der ligger spredt i grøftekanter og rendestene og det er ganske vist. Når der først ligger et lille stykke affald, så bliver det hurtigt til mange flere. Den stakkels grøftekant kan snart ikke trække vejret

for alt det affald, der ligger og ser så forskrækkeligt ud.

"Ja men hvad er da alt det for noget affald", sagde en lille dreng fra mængden, "det skal jo slet ikke ligge der." Nej vi må sende Klods Hans af sted ud for at rydde op, og nu skal I få historien om, hvad det er Klods Hans kan finde derude: Der ligger dåser, kedelige øldåser som køerne kan dø af at gumle i sig, og det gør de, hvis de ligger i grøftekanter, så de kan nå dem fra deres indhegning. Øldåser og sodavandsdåser, som aldrig skulle være havnet der som affald. De skulle være afleveret i forretningen eller på genbrugsstationen, så de kunne være blevet brugt igen som aluminium. Det er penge lige ned i portemonnæen og det er sundt fornuft. Så ligger der også flasker. Glasflasker, som let kan gå i stykker, så vi alle sammen skærer vores små poter eller cykeldæk - det er faktisk irriterende. Så ligger der også nogle små undselige nogle. De gør ikke meget væsen af sig, men dog er de grimme og pynter ikke just, ej heller i rendestenen. Det er de

Af Birte Buhl Grøn Guide Århus Syd



Foto: Fællesrådet i Beder-Malling-Ajstrup

små cigaretskod, som ligger..... og ligger..... og ligger..... – det er så svært for dem at forgå – det tager dem faktisk flere år. Deres storebror – cigaret-pakkerne – dem ligger der også nogle af. De er tit pakket i plastik og heller ikke sådan at slippe af med. Ja, plastik det er der også en del af, man kan undre sig over, hvorfor det er havnet her. Men der er åbenbart ingen, som vil kendes ved det, og det kan ellers give den dejligste varme, hvis det samles sammen og brændes forsvarligt af i et forbrændingsanlæg. Så er der også det lille stykke slikpapir. Det startede med at være så farligt fint og vigtig over, at det havde sådan en fornøjelig opgave at passe på og holde om en flødekaramel, som alle børnene så gerne ville have. Nu ligger det altså her kasseret og glemt, havde det dog bare ligget i en affaldsbeholder. Minsandten om der ikke også ligger et batteri, før var det så fuld af energi, nu er det helt fladt. Måske er der nogle der har trådt på det, men det er stadig fuld af metaller, som kan bruges igen til nye produkter, så af sted med

det til genbrugspladsen. Det skal ikke ligge her og risikere at skade naturen. JA det var lidt om hvad man kan finde derude. Så dejligt, at nogle ihærdige folk som Klods Hans har været ude at fjerne noget af alt det affald. De red ikke som Klods Hans på en ged, nej, de marcherede som soldaten hen af landevejen med den sorte sæk i hånden og affaldsspinden ved siden, og så gik de i krig mod affaldet.

"Hold rent dagene" i Århus Syd er et samarbejde mellem de lokale Fællesråd, Natur og Miljø i Århus Kommune og Grøn Guide står for koordineringen af arrangementerne.

FORÅRETS ARRANGEMENTER

Tilmelding til og information om samtlige kurser og arrangementer fås i FO-Århus' kursusbutik, Guldsmedgade 25, 8000 Århus C. Telefon: 87 46 45 00 eller på www.fo-aarhus.dk

FO-ÅRHUS' Kulturkreds

Det kommende efterårs kurser og arrangementer

er at finde på vores hjemmeside allerede fra 1. juli 2008.

Fra denne dato kan du også tilmelde dig og sikre dig en plads på dit ynglingskursus.

Se også allerede nu FO-Århus' sommerkurser på www.fo-aarhus.dk

Adresse

Til orientering har FO-Århus ikke længere en postboksadresse, så fremover er vores adresse

FO-Århus
Guldsmedgade 25,
8000 Århus C.

Æbleopskrift

Æble-kanel is

450 g æbler
1 dl vand
150 g sukker
2 æggeblommer
Korn af 1 stang vanilie
3 tsk. kanel
1 ½ dl piskefløde
Pynt:
chokolade og/eller
smørristede æblebåde

Skræl æblerne, fjern kernehuset og skær æblerne i både. Kog æblerne med vand og sukker ved svag varme i ca. 15 min. til æblerne er møre. Blend æblerne og afkøl mosen. Pisk æggeblommer, sukker, vanilie og kanel til en luftig æggesnaps. Pisk fløde til skum. Vend den afkølede æblemos i æggesnapsen sammen med flødeskummen. Hæld cremen i en form og dæk den med et tætsluttende låg eller alu-folie. Frys cremen 3-4 timer. Rør i den under nedfrysningen. Ved servering pyntes isen med smeltet chokolade og/eller æblebåde, der er ristet i smør og 1 tsk. sukker på panden.

God fornøjelse!

FRIT OPLYSNINGSEFORBUND

Fordi netværk handler om mennesker

VESTER ALLÉ FØLJETON:

Interview med Inger Danielsen fra Pensionistsamrådet om hendes skoletid på Christiansgade Skole – del 2. Fortsat fra bagsiden af Nicolai, 4 2007.

Og så var vi så heldige at få Alfred Fredbøg som klasselærer og F.W. Andersen til regning og fysik og han sagde: "Ja, jeg skulle egentlig have været jeres klassefar, men hr. Fredbøg havde ikke prøvet at være klasselærer før og ville gerne, så han fik jer!"

Og hr. Fredbøg var virkelig en god lærer. Vi elskede ham over alt på jorden, men du kan saftsuseme også tro vi havde respekt for ham. Man turde ikke komme til hans timer uden at være forberedt. Men der var ikke den hårde, skrappe disciplin, men vi havde respekt og det betød utroligt meget.

Vi havde en dansklærer, der var ret speciel og en gang ind mellem lidt strid og så klagede vi til Fredbøg. Og han hørte på os og undersøgte og kom tilbage og sagde: "I er altså ikke helt rigtigt på den piger, det er sådan og sådan" eller han sagde: "Jeg kan godt forstå I er blevet lidt vrede, men nu er det overstået". Altså meget diplomatisk. Men han gav os ret, hvis vi havde ret og det betyder meget for børn. Jeg boede jo i Munkegade og kom via Grønnegade og Christiansgade op til skolen, men der var – synes vi jo – en lidt åndssvag regel om at vi skulle hele vejen op i Vester Allé og ind af den indgang, i stedet for at bruge den der ligger nedenfor skolen i Christiansgade. Den sparede os for 3-4 minutter og når man var sent på den, var det afgørende. Og så havde vi en lærerinde, frk. Pind Olesen, som også

altid kom i sidste øjeblik og hun kom hen ad Åboulevarden og så op af Christiansgade og når vi så hende hende fra Grønnegade, så piskede vi op og fulgtes med hende og så lod hun os gå ind gennem den lille port i Christiansgade. Efterfølgende blev det højt og tydeligt sagt, at man skulle bruge den store port og være der når klokken ringede og det gjaldt ikke, at man kom med en lærer. Men hun hjalp os nu mange gange den vej rundt. Så havde vi alle tiders lærer til sang – Svend Wagner, som er far til politidirektøren Hanne Bech Hansen. Han var noget af det mest herlige. Vi fik lov til at synge datidens slagere – også lille Ole, selvom Wagner synes Lille Ole var møghamrende forkælet!

Føljetonen fortsættes i de kommende numre af Nicolai.



FRIT OPLYSNINGSEFORBUND

Guldsmedgade 25 • 8000 Århus C • Tlf.: 8746 4500 • www.fo-aarhus.dk



DANMARK

PP

MAGASINPOST B

ID-nummer
46 683

Afsender:

Frit Oplysningsforbund

Guldsmedgade 25
8000 Århus C