

# Frivilligkonference

## gav ideer at arbejde videre med



Knap 400 frivillige fra ældreområdet i Randers Kommune var 30. september til Frivilligkonference på Værket. Formålet med konferencen var dels at hylde de mange hundrede frivillige i Randers Kommune for deres indsats, men også at få ideer på bordet, som kan give Randers Kommune viden om, hvordan man fremadrettet skal gribe frivilligheden an.

”En undersøgelse har vist, at en fjerdedel af alle ældre i Danmark føler sig ensomme. Vi har brug for jer, som har lyst til at gøre en forskel. Giv os jeres bud på hvordan vi bliver endnu bedre til frivillighed. Giv os ideer vi kan arbejde videre med,” lød den indledende opfordring fra formanden for sundheds- og ældreudvalget Leif Gade.

### Frivillige i workshop

De mange frivillige deltog på dagen med en timelang workshop, hvor de gav deres bud på, hvordan frivilligheden kan udvikles i Randers Kommune. Blandt spørgsmålene, grupperne blev stillet over for, var blandt andet: Hvordan kan vi hver især nå de ensomme ældre? Hvad vil frivillige gerne vide og lære mere om? Hvordan forbliver man aktiv i eget liv? Hvor kommer motivationen til at være frivillig fra, og hvordan kan kommunen bedst imødekomme, se og anerkende de frivillige? Hvordan kan man som frivillige åbne sin gruppe op for dem, der er lidt ”anderledes”? Og hvad og hvor meget kan vi forvente af os selv og hinanden? Hvad vil vi gerne have, at medarbejderne gør for og med de frivillige? Og hvordan skaber vi de bedste rammer for frivillig involvering på ældreområdet?

### Klædt på til opgaven

”Overordnet set kan man dele dagens arbejde op i to kategorier. Nemlig hvordan man som frivillig kan bidrage til at mindske ensomhed hos ældre, og hvad vi fra kommunens side kan gøre, for at give de frivillige de bedste betingelser,” siger Sigrid Vest Arler, frivilligkoordinator ved Randers Kommune. Hun uddyber:

”Noget af det, som de frivillige gentager, når de beskriver, hvad man kan gøre for at hjælpe andre med at undgå



ensomhed, er at være nærværende, at udtrykke forståelse og accept, og være empatisk.”

”Når det handler om, hvad kommunen kan gøre for de frivillige, så er der igen to ting, der træder meget tydeligt frem. Det første er opbakning. For eksempel i form af en stabil kontaktperson hos personalet, anerkendelse gerne gennem personligt fremmøde fra medarbejdere og ledere, og et positivt fokus i dagligdagen. For det andet vil de frivillige gerne støttes i at kunne udvikle sig som frivillige og blive klædt på til de opgaver, de skal varetage.” Mange nævner desuden uddannelser og kurser for frivillige. Og en del er også specifikke omkring indholdet. De vil gerne have kurser om demens, borgerne med anden etnisk baggrund end dansk, og en gentagelse af et kursus, som Sigrid Vest Arler afholdt for et års tid siden om kommunikation på tværs af forskelle i alder, køn og religion.



### Initiativer sat i gang

”Vi vil selvfølgelig rigtig gerne imødekomme de frivilliges ønsker har derfor allerede sat nogle initiativer i gang. Med hensyn til opbakningen af de frivillige på centrene, så satte vi allerede på konferencen medarbejderne i gang med at arbejde med, hvordan vi kan tage endnu bedre imod de frivillige. Resultatet af deres arbejde kommer ud som en pjece på alle centrene, og vi vil selvfølgelig også tage udgangspunkt i deres gode erfaringer, når vi skal introducere medarbejdere, som ikke tidligere har beskæftiget sig med frivillighed på ældreområdet.”

”Når det drejer sig om at klæde de frivillige på til opgaven, så har vi netop oprettet både kurser i demens, ligesom det førnævnte kursus om kommunikation vil blive gentaget. Kurserne kan man finde på vores hjemmeside [www.trivselogfrivillighed.dk](http://www.trivselogfrivillighed.dk).”

”Derudover er det planen at afholde frivilligskole den 10.-12. marts. Og endelig arbejder vi videre med flere aktiviteter, hvor vi kan bidrage til at skabe gode fællesskaber mellem ældre, så vi på den måde kan bekæmpe ensomhed. Her har nogle frivillige allerede meldt sig på banen, så dem vil vi selvfølgelig tage fat i, så vi sammen kan skabe de nødvendige rammer,” slutter frivilligkoordinator Sigrid Vest Arler.

Randers Kommunes tre frivilligkoordinatorer. Line Fiil Andersen fra område nord er i førersædet. I passagersædet ses (fra venstre) Sigrid Vest Arler fra område vest og Mette Søby fra område syd.

R  
E  
M  
S  
I  
O  
M  
S  
T

Udvalg på  
**arbejde**  
i hjemmeplejen

Læs side ..... **2**

Fokus på  
**fald**  
blandt ældre

Læs side ..... **3**

Barnevognsven...  
**Frivillig**  
med et smil

Læs side ..... **4**





## Åbningstider i Borgerservice

**Mandag**..... 10.00 - 17.00  
**Tirsdag**..... 10.00 - 15.00  
**Onsdag** ..... 10.00 - 15.00  
**Torsdag**..... 10.00 - 15.00  
**Fredag**..... 10.00 - 13.00

Telefontiden følger åbningstiden.  
**Tlf.: 8915 1515**  
 e-mail: borgerservice@randers.dk

## Borgerservice holder lang juleferie

Randers Kommunes Borgerservice er omkring årsskiftet lukket for personlig henvendelse fra og med juleaftensdag d. 24. dec. til og med søndag d. 4. januar. Randers Kommunes visitation har åben dagvagt mandag og tirsdag den 29. og 30. december.

## Ældrepolitik

Randers Kommune er begyndt en proces med udarbejdelse af en ny ældrepolitik.

Undervejs i denne proces vil der blive afholdt et borgermøde, hvor borgere og politikere drøfter politikens indhold. Tid og sted for borgermødet vil blive annonceret senere på kommunens hjemmeside, lokalt på ældrecentre og i dagspressen.



## PENSIONIST I RANDERS

**UDGIVER:**  
 Randers Amtssavis

**ANSVARSHAV:**  
 Karen Balling Radmer

**REDAKTION:**  
 Kim Brandt Thomsen

**KONTAKT PENSIONIST I RANDERS**  
 kim.brandt.thomsen@randers.dk



Sundheds- og ældreudvalgets medlemmer har været med udkørende medarbejdere fra hjemmeplejen på arbejde for at opleve mødet mellem medarbejder og borger og få et mere detaljeret billede af de opgaver, hjemmeplejen varetager. På billedet ses politikerne med deres "arbejdskolleger for en dag" og deres ledere.

# Sundheds- og ældreudvalget på arbejde i hjemmeplejen

Medlemmerne af sundheds- og ældreudvalget i Randers Kommune fik sidst i september opfyldt et ønske om, at udvalgets medlemmer hver især kunne komme på arbejde med en udkørende medarbejder inden for hjemmeplejen. Formålet var at opleve mødet mellem medarbejder og borger og få et mere detaljeret billede af de opgaver, hjemmeplejen varetager, og hvordan de udføres.

Efterfølgende havde medarbejderne og deres ledere et møde med medlemmerne af sundheds- og ældreudvalget, hvor de delte deres erfaringer fra den fælles arbejdsdag og talte frit fra leveren om de arbejdsvilkår og udfordringer, de står over for inden for hjemmeplejen. Den fælles arbejdsdag fik rosende ord med på vejen fra alle parter. Ikke mindst medarbejderne var glade for politikernes initiativ, som man gerne så gentaget for eksempel omkring spidsbelastningerne ved morgenplejen, som politikerne ikke oplevede.

### Positive tilbagemeldinger

Politikerne berettede om deres meget forskellige oplevelser på arbejdsdagen. Forskellige borgere med forskellige plejebenhov, fra landdistrikt og by, hjemmepleje og sygepleje. Alle fremhævede politikerne den gode dialog med medarbejderen og borgeren samt medarbejdernes store faglighed i mødet med borgeren. Lederne i hjemmeplejen gav udtryk for, at det signal,

som politikerne havde sendt med deres arbejdsdag og besøgsrunde hos borgerne, havde givet mange positive tilbagemeldinger fra medarbejderne og deres ledere og fra flere borgere.

På mødet blev der udtrykt et gensidigt ønske om at gentage succesen med en fælles arbejdsdag. Her er nogle af de udsagn fra mødet, som blev taget ad notam af sundheds- og ældreudvalget:

- Der er spidsbelastninger ved morgenplejen.
  - Den daglige opdatering af elektronisk udstyr - for eksempel rutelister på iPhone - kan tage lang tid.
  - I nogle distrikter er der meget lange afstande, hvilket betyder meget tid på landevejen.
  - Borgerne bliver hurtigere udskrevet fra hospitaler. Der ønskes en tættere dialog med hospitalerne.
  - Ønske om mere fokus på forventningsafstemningen mellem borgere, medarbejdere og politikere.
  - Det er problematisk, hvis der kommer for mange forskellige medarbejdere i en borgers hjem.
  - Psykisk syge og demente borgere kan kræve øget fleksibilitet i tidsplaner mv.
  - God pleje kræver både stor faglighed og egnet personlighed.
  - Anerkendelse af det arbejde som pårørende, ægtefælle og venner dagligt gør for svage ældre.
- Det blev tillige konkluderet på mødet, at rehabilitering er et vigtigt indsatsområde, at sundhedsklinikkerne er et stort aktiv, og at medarbejderne kan abstrahere fra deres travle hverdag, så den ikke får indflydelse på borgerens oplevelse.



### SLIP HELT UDEN OM KØEN

Nyt nummersystem eller ej, så har du i mange tilfælde muligheden for slet ikke at vente. En lang række services kan du selv klare online, så du helt slipper for køen i Borgerservice.

»På [ddr.randers.dk](http://ddr.randers.dk) under fanebladet »Selvbetjening« har du næsten 200 muligheder for at betjene dig selv.«

## Slut med unødigt ventetid

Randers Kommunes Borgerservice har indført et nyt nummersystem, der vil spare borgerne for unødigt ventetid.

»Allerede når borgeren trykker på skærmen for at få et nummer til for eksempel pasekspedition, spørger systemet, om borgeren har husket de dokumenter, der er nødvendige for at få klaret den pågældende service. Mange skulle dermed gerne undgå at komme til at vente forgæves,» siger Rikke Drejer fra Borgerservice.

### Har du tjek på din forskudsregistrering?

Fra januar 2015 beregner Udbetaling Danmark din pension ud fra forskudsregistreringen. Det er derfor vigtigt, at du ændrer din forskudsregistrering straks, der sker ændringer i din indkomst. Ellers kan du risikere en større pensionstilbagebetaling ved årets udgang.

Husk at tjekke din digitale postkasse for blandt andet at læse din pensionsmeddelelse for 2015. Er beregningsgrundlaget ikke korrekt, skal du ændre oplysningerne i din forskudsopgørelse digitalt.

### Hvor kan jeg henvende mig?

Førtids- og folkepension	Udbetaling Danmark, 70 12 80 61
Boligstøtte	Udbetaling Danmark, 70 12 80 63
Varmetillæg	Udbetaling Danmark, 70 12 80 61
Ældrecheck	Udbetaling Danmark, 70 12 80 61
Helbredstillæg	Borgerservice, 89 15 15 15
Skat	72 22 18 18

Borgerservice kan vejlede med forskudsregistrering og årsopgørelse ved personlig henvendelse.



# Fokus på fald blandt ældre

I Danmark dør cirka 1.350 ældre om året som følge af et fald. Undersøgelser viser, at man kan mindske antallet af faldulykker ved hjælp af blandt andet screening og rådgivning. Derfor har Randers Kommune i dette efterår kørt temamøder med fokus på fald blandt ældre.

Når man bliver ældre, stiger risikoen for at falde og komme alvorligt til skade. Heldigvis er der rigtig meget, man selv kan gøre for at forebygge, at man falder.

"Det hjælper på balancen, hvis man holder sig fysisk aktiv; for eksempel ved hjælp af motion, idræt, dans eller leg med børnebørn og oldebørn - eller hvordan man nu bedst kan lide at bevæge sig," siger Pia Ravnsbæk Bjærge, som er sygeplejefaglig konsulent i Sundhed og Ældre i Randers Kommune.

Derudover er det væsentligt, at man vælger det rigtige fodtøj og sørger for at indrette sit hjem, så der er god belysning, og ledninger og tæpper er fastgjort. Ligeledes spiller mad og drikke og en god nats søvn en rolle - alt sammen emner som Randers Kommune satte i fokus på efterårets ti temamøder til forebyggelse af fald blandt ældre.

## Hold balancen – hele livet

Et af temamøderne blev afholdt på Randers Sundhedscenter. Her lagde kommunens sundhedskoordinatorer vægt på, at det handler om mere end at undgå at falde. "Det handler om at bevare livskvaliteten, når man bliver ældre, og være i balance på alle områder af livet," understregede sundhedskoordinator Inger Kruse Andersen. Temamøderne har derfor omhandlet såvel mental som fysisk sundhed, og hvordan man som ældre kan bevare

sundheden og finde motivationen til at holde sig sund. Der var derfor også inspiration til, hvordan man kan gøre bevægelsen i dagligdagen til en sjov beskæftigelse.

## Fakta om fald

- Omkring 1/3 af alle over 65 år falder mindst en gang om året, og halvdelen af disse vil opleve at falde mere end en gang.
- Fald sker hyppigere med stigende alder.
- I cirka 5 procent af tilfældene ender faldet med et brud; normalt i håndled, hofte eller i ryg.
- Cirka 95 procent af alle hoftefrakturer skyldes fald.
- Halvdelen af dem, der ved et fald pådrager sig en hoftefraktur, kommer aldrig til at gå som før faldet, og cirka 20 procent vil dø inden for seks måneder.
- Det anslås, at der i Danmark dør ca. 1.350 ældre hvert år som følge af et fald.



## Husk det blå EU-sygesikringsbevis

**Siden 1. august i år har det været slut med at bruge det gule sundhedskort som rejseforsikring. I stedet skal du bruge det blå EU-bevis - gerne suppleret med en privat rejseforsikring - når rejsen går til udlandet.**

EU-kortet dækker udgifter til nødvendig læge- og sygehusbehandling og medicin mm. under ophold i et EU-land, Norge, Island, Liechtenstein eller Schweiz. Kortet dækker både akut sygdom, tilskadekomst og såkaldt behovsbestemt sygehjælp.

Det er lægen, der afgør, hvilken behandling der er nødvendig under opholdet. Det afhænger blandt andet af, hvor længe du skal opholde dig i landet, og hvilken behandling der er tale om. EU-sygesikringen dækker kun, hvis behandleren er tilknyttet den offentlige sygesikring i det land, du opholder dig i. EU-sygesikringen dækker altså ikke behandling på private hospitaler eller klinikker.

EU-sygesikringen giver dig ret til de samme ydelser og på de samme vilkår, som borgerne i det land, du opholder dig i. Du kan derfor komme til at betale en del af behandlingen selv svarende til egenbetalingen i det pågældende land, og du kan ikke få refunderet pengene, når du kommer hjem.

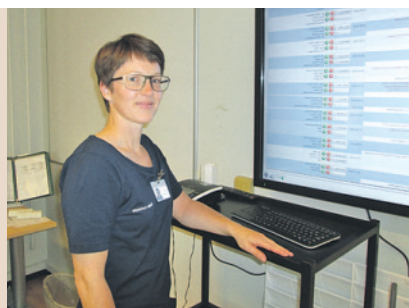
## Hvornår er du ikke dækket?

Skal du til eksempelvis til Tyrkiet, Thailand, Egypten, USA eller andre lande, der ikke er nævnt ovenover, skal du tjekke, hvordan din private familieforsikring dækker i forbindelse med rejser. Dækker forsikringen ikke, bør du tilkøbe en privat rejseforsikring.

## Har du en kronisk sygdom?

Har du en kronisk sygdom og ved, at du kan få behov for behandling, mens du er ude at rejse, skal du have en forhåndsgodkendelse ved SOS International. Skal du udsendes til arbejde for din danske arbejdsgiver, skal du have en afgørelse fra Udbetaling Danmark, International om, at du er omfattet af dansk social sikring, før du kan få det blå EU-sygesikringskort.

Du kan bestille et EU-sygesikringskort på »sundhed.randers.dk«



## Ny it skaber struktur og overblik i Svaleparkens genoptræning

### En elektronisk personaleskærm

har afløst Whiteboards med håndskrevne notater og beskeder. For personalet på døgngenoptræningscentret Svaleparken betyder det et hurtigt overblik. Og patienterne i døgngenoptræningen vil også snart få glæde af teknologien, idet den trykfølsomme skærm også vil kunne bruges til at vise individuelle træningsøvelser.

Fysioterapeuter, ergoterapeuter, SOSU-assisterer/-hjælpere og sygeplejersker – der er mange faglige kompetencer i spil på døgngenoptræningscentret Svaleparken, der har plads til 13 borgere.

"Vi tager os bl.a. af borgere, som er færdigbehandlet i hospitalsregi, men som har behov for et intensivt genoptræningsforløb og døgnophold. Borgerne opholder sig typisk på centret i 3-5 uger. Og i den periode hjælper personaleskærmen os med at holde styr en række detaljer, den daglige træning og koordineringen mellem de forskellige fagpersoner," fortæller fysioterapeut Randi Nielsen.

"Hvornår skal Hr. Jensen på stue 3 have medicin? Hvem er hans kontaktperson? Og er der specielle kosthensyn? Før skrev vi noter og vigtige oplysninger på et whiteboard. Det blev hurtigt noget gnidret og rodet," siger Randi Nielsen.

Hun er derfor glad for, at beskederne nu bliver præsenteret struktureret og overskueligt på den elektroniske Personaleskærm fra InCare. Den blev sat op for et år siden, og systemet er blevet godt modtaget af personalegruppen.

"Det er nemt at gå til og simpelt bygget op, så det er hurtigt blevet en del af vores hverdag, fortæller Randi Nielsen.

### God dialog og support

Randi Nielsen har været en del af den arbejdsgruppe, som har været med til at introducere den elektroniske personaleskærm for personalet. I den forbindelse har hun været bindeled mellem personalegruppen på Svaleparken og InCare Systems.

"Det er rigtig godt, at systemet kan tilpasses vores behov. Efterhånden som vi har taget systemet i brug, finder vi ud af nye ting, der ville være smarte i forhold til vores hverdag. Og mulighederne for videreudvikling synes ubegrænsede. Det er kun fantasien og økonomien, der sætter grænser," siger Randi Nielsen med et smil.

### Næste skridt borgerskærme

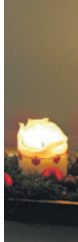
I løbet af det næste halve år får Svaleparken også installeret InCare Borgerskærme i de enkelte lejligheder. Her vil borgerne kunne gå ind og finde træningsøvelser, madplaner og kalendere. Det er et nyt skridt i den digitale retning, som Randi Nielsen ser frem til.

- I øjeblikket udleverer vi papirer med billeder af de øvelser, som borgerne selv skal udføre. Med Borgerskærmen vil borgerne kunne klikke sig ind og se deres øvelser på en film. Når man kan spejle sig direkte i et levende billede, er det lettere at udføre en øvelse korrekt," siger Randi Nielsen.

En anden fordel ved Borgerskærmen er, at borgerne selv kan gå ind i en kalenderfunktion og få overblik over dagens eller ugens aktiviteter.

"Personalet vil kunne opdatere kalenderen centralt, så det bliver nemt at administrere. Og jeg er sikker på, at det også bliver mere overskueligt for borgeren. Ja, for nogen vil det tilmed være en god kognitiv øvelse at klikke sig ind på Borgerskærmen og undersøge dens funktioner," slutter fysioterapeuten.





## Indlysende, men brandgode juleråd...

- Gå aldrig fra tændte stearinlys - og sov heller ikke fra dem.
- Brug kun stabile stager af ikke brændbart materiale, hvor lysene sidder fast.
- Brug selvslukkende lys, men hold alligevel et vågent øje med ilden.
- Stil aldrig levende lys i nærheden af gardiner, i bogreoler eller under hylder og skabe.
- Stil ikke lys på tv, radio og andre lune steder.
- Pas især på adventskranse og juledekorationer. Lysets flamme må aldrig kunne nå de brændbare materialer. Det sikreste er at holde lys og dekorationer hver for sig.
- Hold særligt øje med lys, der er overtrukket med guld, sølv eller kobber. Metallaget kan antændes og give voldsomme flammer.

Brug rådene og nyd decembers lyslevende julestager.

## Hold juleaften på dit områdecenter

Der er godt en måned til juleaften, og lige netop den aften er mange kedede af at tilbringe alene. Er du pensionist i Randers Kommune, er der ingen grund til at sidde alene juleaften. Lige som tidligere år slår områdecentrene nemlig dørene op juleaften og inviterer områdets pensionister til at spise julemiddag og tilbringe aftenen sammen med andre. Har du lyst til at holde juleaften på et af områdecentrene, skal du enten kontakte det center, du hører til eller eventuelt give din hjemmehjælper besked. Gerne i så god tid som muligt. Du skal selv betale for julemiddagen. Er du dårligt gående, er der juleaften mulighed for gratis transport med Midttrafik. Har du lyst til at give en hånd med juleaften og være med til at bidrage til julestemning på områdecentret, så sig til. Der er altid plads til frivillige hænder.



## Rikke og Lasse giver en hånd og



## ET SMIL MED...

Mange frivillige i Randers Kommune gør et stort stykke arbejde, der betyder meget for de ældre. Randers Kommune har i det seneste års tid oplevet en stigning i interessen for at blive frivillig inden for ældreområdet.

Rikke Louise Mailund Mikkelsen fra Langå er en af dem, der gør en forskel. Hun flyttede til Langå fra Århus i august, og sammen med sønnen Lasse på 8 måneder kigger hun ofte forbi Kildevang i Langå og får en snak med en beboer eller to:

”Jeg har altid haft lyst til at hjælpe og har aldrig haft bedsteforældre selv. Lasse er meget glad og tillidsfuld, og jeg kan mærke, at han er med til at gøre en forskel for de beboere, vi besøger. Når man som jeg lige er flyttet til byen og går hjemme, kan tiden godt føles lang engang imellem. Så det er bonus for alle parter, når vi tager på Kildevang,” smiler Rikke Louise.

### Kunne du tænke dig at blive frivillig?

Hvis det er noget, der interesserer dig, så klik ind på [www.facebook.com/trivselogfrivillighedranders.dk](http://www.facebook.com/trivselogfrivillighedranders.dk) eller kommunens hjemmeside »ældre.randers.dk« og læs mere om frivillighed på ældreområdet i Randers Kommune.

Du kan også kontakte en af kommunens frivilligkoordinatorer:

Mette Søby, mette.soby@randers.dk, telefon 5154 6694.

Line Fiil Andersen, line.fiil.andersen@randers.dk, telefon 2134 2036.

Sigrid Vest Arler, sigrid.vest.arler@randers.dk, telefon 2381 5591.

Opgaven for koordinatorene er at videreudvikle samarbejdet med frivillige på ældreområdet.

Du behøver ikke at binde dig til en fast dag eller tid.

Alle er velkomne til at give en hånd eller et smil med: Børnefamilier, unge og gamle.

## Jule- og nytårskørsel

Der gælder særlige regler og bestillingsfrister for rejser 24. og 31. december.

### Juleaften

Bestilling foregår i ugen før og ugen efter 1. søndag i advent kl. 8.00-16.00. Kunder, der bruger kørestol eller 3-hjulet/4-hjulet el-køretøj, skal bestille i ugen før 1. søndag i advent.

Øvrige kunder skal bestille i ugen efter 1. søndag i advent.

Juleaften kan afhentning forekomme efter kl. 24.00 på grund af stor travlhed. Når du bestiller kørsel til juleaften, skal du ringe på tlf. 87 40 83 91.

Det er ikke muligt at bestille julekørsel udenfor det angivne tidsrum.

### Nytårsaften

Bestilling skal ske senest 30. december på telefon 87 40 83 00.

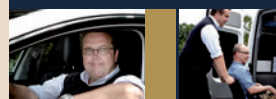
Nytårsaften køres der som alle øvrige dage i tidsrummet kl. 6.00-24.00.

### Rejser over 100 km

Rejser i perioden 23. december - 2. januar, skal bestilles senest onsdag 19. november 2014 på telefon 87 40 83 00 (Tast 5) mellem kl. 8 - 12.00.

**OBS!** Det ikke er muligt, at bestille kørsel via internet eller mail til jul eller nytår. Der kan ikke bestilles tilkøb af løft med trappemaskine 24. + 31. december.

## HANDICAPKØRSEL



JUL & NYTÅR 2014

HUSK - DER ER SÆRLIGE BESTILLINGSFRISTER FOR HANDICAPKØRSEL I JULE- OG NYTÅRSDAGENE.

### REJSER UNDER 100 KM

Bestilling mellem kl. 8.00 - 16.00

Kunder med kørestol eller crosser/3-hjulet el-køretøj	KØRSELSDATO	BESTILLINGSFRIST	TLF.
Andre kunder	24/12	24/11 - 28/11	87 40 83 91
Alle kunder	31/12	1/12 - 5/12	87 40 83 91
Aflysning af kørsel		30/12	87 40 83 00
			87 40 83 00 (tast 4)

Det er ikke muligt at bestille kørsel via internet eller mail til jul eller nytår. Der kan ikke bestilles tilkøb af løft med trappemaskine 24. + 31. december.

### REJSER OVER 100 KM

Rejser i perioden 23. december til 2. januar, skal bestilles senest onsdag 19. november 2014 på tlf. 87 40 83 00 (tast 5) mellem kl. 8.00 - 12.00

midttrafik