



VERDEN RUNDT FOR KIDSAID

– Motion i den gode
sags tjeneste

ege[®]

we create more than carpets

Der er mange gode grunde til, at vi alle sammen bør motionere.
Motion gavner ikke kun konditallet og kiloene på sidebenene.
Motion er et af de bedste midler til at holde sig sund og rask.



Indhold

Motion og fællesskab i en god sags tjeneste.	4
KidsAid – en støtte til syge og svage børn i Danmark	6
Informationsmøde	7
Hjælp os med at støtte Børneafdelingen i Herning	9
Motion skal være sjov.	10
Fem gode grunde til at motionere	11
Vores team af seje ambassadører	13
De fire motionsgrupper og deres ambassadører.	13
GåAid	14
LøbeAid.	16
CykelAid	22
GolfAid	26
Sådan deltager du.	30

Motion og fællesskab i en god sags tjeneste

Til foråret lyder startskuddet til eges store motionskampagne, som over en periode på ét år skal få os alle til at motionere mere og samtidig samle penge ind

til syge og svage børn i lokalområdet. Kampagnen går under titlen Verden rundt for KidsAid og er for alle medarbejdere på fabrikken i Herning og deres familier.



Motion i den gode sags tjeneste

Bevægelse er vigtig for vores sundhed og velbefindende. Det er derfor en rigtig god ide, at vi alle får lidt mere bevægelse ind i hverdagen – også på arbejdet.

Med Verden rundt for KidsAid ønsker vi at sætte fokus på sundhed og samtidig støtte en rigtig god sag. Vores målsætning er at nå verden rundt. En tur på 42.000 kilometer.

For hver kilometer vi går, løber eller cykler, donerer ege 1 kr. til velgørenhedsfonden KidsAid og derigennem til Børneafdelingen på Regionshospitalet i Herning. Hertil kommer de penge, som du eventuelt selv vælger at donere. Alle penge går direkte og ubeskåret til det gode formål.

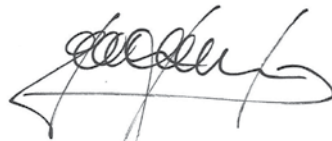
Motion for enhver smag

Vi har oprettet fire motionsgrupper: GåAid, LøbeAid, CykelAid og GolfAid. Grupperne ledes af fem ildsjæle

fra fabrikken, som har doneret deres tid og engagement i den gode sags tjeneste. De vil gøre deres bedste for at hjælpe os godt i gang, hvad enten vi kommer direkte fra sofaen eller er en erfaren motionist. Verden rundt for KidsAid er for alle, også for dig, som måske ikke rigtigt tror, du kan være med.

Vi håber, at rigtig mange har lyst til at deltage, så vi sammen kan få hele fabrikken til at summe af energi, fællesskab og fantastisk humor. Vi håber i hvert fald, at se dig og din familie i Herning søndag den 27. marts, hvor startskuddet lyder.

God træning!



Svend Aage Færch Nielsen



John Vestergaard

KidsAid – en støtte til syge og svage børn i Danmark

Når et barn rammes af sygdom, har det brug for al den omsorg, støtte og hjælp, det kan få.

KidsAid er en dansk velgørenhedsfond, hvis hovedformål er at støtte syge og svage børn i Danmark. KidsAid samler penge ind ud fra tesen om, at gode omgivelser og positive og livsbekræftende oplevelser kan styrke barnets evne til at klare det, der er svært.

Stjernegolf

KidsAid er måske bedst kendt for GolfAid eller Stjernegolf, som er en velgørenhedsturnering for kendisser, der de sidste 10 år har samlet penge ind til blandt andet Rigshospitalets BørneUngeProgram.

KidsAid Fondens bestyrelse består af initiativtager og koncerndirektør i FCM Søren Bach, direktør for IC Companys Niels Mikkelsen, filminstruktør Tomas Villum Jensen, landsholdsmålmand Thomas Sørensen og Fleming Østergaard, tidl. Parken.

Niels Mikkelsen om KidsAid

Niels Mikkelsen har siden 2008 været administrerende direktør i den danske modetøjskoncern IC Companys, som er en af Nordeuropas største modevirksomheder med mere end 2.200 medarbejdere.

”Jeg har valgt at støtte KidsAid, fordi jeg synes, at projektet udspringer af en simpel tanke om at gøre en forskel. Jeg har selv stiftet bekendtskab med både neonatalafdelingen på Riget og børneafdelingen på Roskilde sygehus. I første tilfælde fik min datter en blodprop i hjernen i forbindelsen med fødslen, og i andet tilfælde fik hun meningitis, da hun var 1½ år gammel.

I begge tilfælde var vores datter rigtig hårdt ramt, og jeg oplevede en fantastisk opbakning og kompetence på begge hospitaler. Heldigvis slap min datter igennem begge forløb uden nogen former for men. Derfor var det helt naturligt for mig at støtte KidsAid-projektet, da jeg blev spurgt.

Informationsmøde

Den 27. marts 2011 lyder startskuddet til Verden rundt for KidsAid. I den forbindelse vil Søren Bach fra KidsAid Fondens bestyrelse komme og fortælle om Fonden og dens arbejde.

Søren Bach

er initiativtager til KidsAid. Til trods for en travl hverdag som koncerndirektør for FC Midtjylland og tre små piger derhjemme, er det Søren Bach, der er tovholder bag Fondens mange projekter.

”Da idéen til en velgørneheds-golfturnering begyndte at tage form tilbage i år 2000, var jeg lige blevet far. Det

var derfor naturligt for mig, at pengene skulle gå til at støtte syge børn i Danmark. Det er fantastisk, at der år efter år er så stor opbakning til vores arrangementer. Jeg er taknemmelig over, hvor mange der hvert år stiller op i den gode sags tjeneste. Det varmer.

Jeg støtter KidsAid, fordi jeg synes, at det er et rigtig godt projekt, der støtter en sag, der efter min mening er alt for lidt fokus på. Da jeg selv har fået børn, synes jeg, at det er et rigtig godt sted at hjælpe. Det er helt fantastisk, hvis jeg kan bruge min person og det store netværk, jeg har oparbejdet igennem min karriere til at sætte større fokus på en alvorlig sag”.

- Det er fantastisk at have overskud i livet til at hjælpe andre. Vi bruger masser af tid på tale om projektet med mine 2 børn, der er henholdsvis 10 og 14 år gamle.

Med KidsAid kan jeg gøre en forskel, som betyder noget for mange mennesker.”

Du kan læse meget mere på www.kidsaid.dk



Hjælp os med at støtte Børneafdelingen i Herning

De penge, som vi samler ind gennem Verden rundt for KidsAid, går direkte og ubeskåret til KidsAid og Børneafdelingen på Regionshospitalet i Herning.

Børneafdelingen i Herning modtager børn i alderen 0 til 15 år. Afdelingen består af to sengeafsnit og et ambulatorium.

KidsAid og Riget

KidsAid har igennem flere år støttet hospitaler over hele landet, blandt andet Rigshospitalets BørneUngeProgram, der arbejder for at give børn og unge positive oplevelser, mens de er i behandling.

”Ved hjælp af støtte fra KidsAid har det været muligt for os at iværksætte en lang række positive og adspredende oplevelser, der har stor betydning for syge børns trivsel på Rigshospitalet. Hospitalsklovne, fortællere, computere, playstations, børnevenlig indretning og musik er nogle af de tiltag, der er blevet muliggjort gennem

støtten fra KidsAid”, fortæller Charlotte Blix, der er leder af Rigshospitalets BørneUngeProgram og fortsætter,

”At grine, høre sjove historier og arbejde med det raske i barnet og fjerne fokus fra sygdommen betyder noget for her og nu-oplevelsen af indlæggelsen, men også for det børnene husker bagefter, når de kommer hjem og skal bearbejde hospitalsopholdet”.

Vi håber, at de penge, vi i fællesskab samler ind gennem Verden rundt for KidsAid kan være med til at gøre børnenes hverdag lidt sjovere på Regionshospitalet i Herning.

Motion skal være sjov

Du har hørt det før. Det er godt at motionere. Men det er bare så svært at komme i gang. Det er anstrengende, det tager for lang tid, og så er det kedeligt. Undskyldningerne er mange. Men det ønsker vi at ændre med Verden rundt for KidsAid. Motion skal være sjov, og noget vi gør sammen i fællesskab. Vi håber, at vi med kampagnen kan lokke dig og din familie op af sofaen og ud i den friske luft.

Guleroden ved motion

Der er mange grunde til, at vi alle sammen bør motionere. Motion gavner ikke kun konditallet og kiloene på sidebenene. Motion er et af de bedste midler til at holde sig sund og rask. Når vi motionerer, styrker vi vores helbred og nedsætter samtidig risikoen for livsstils sygdomme.

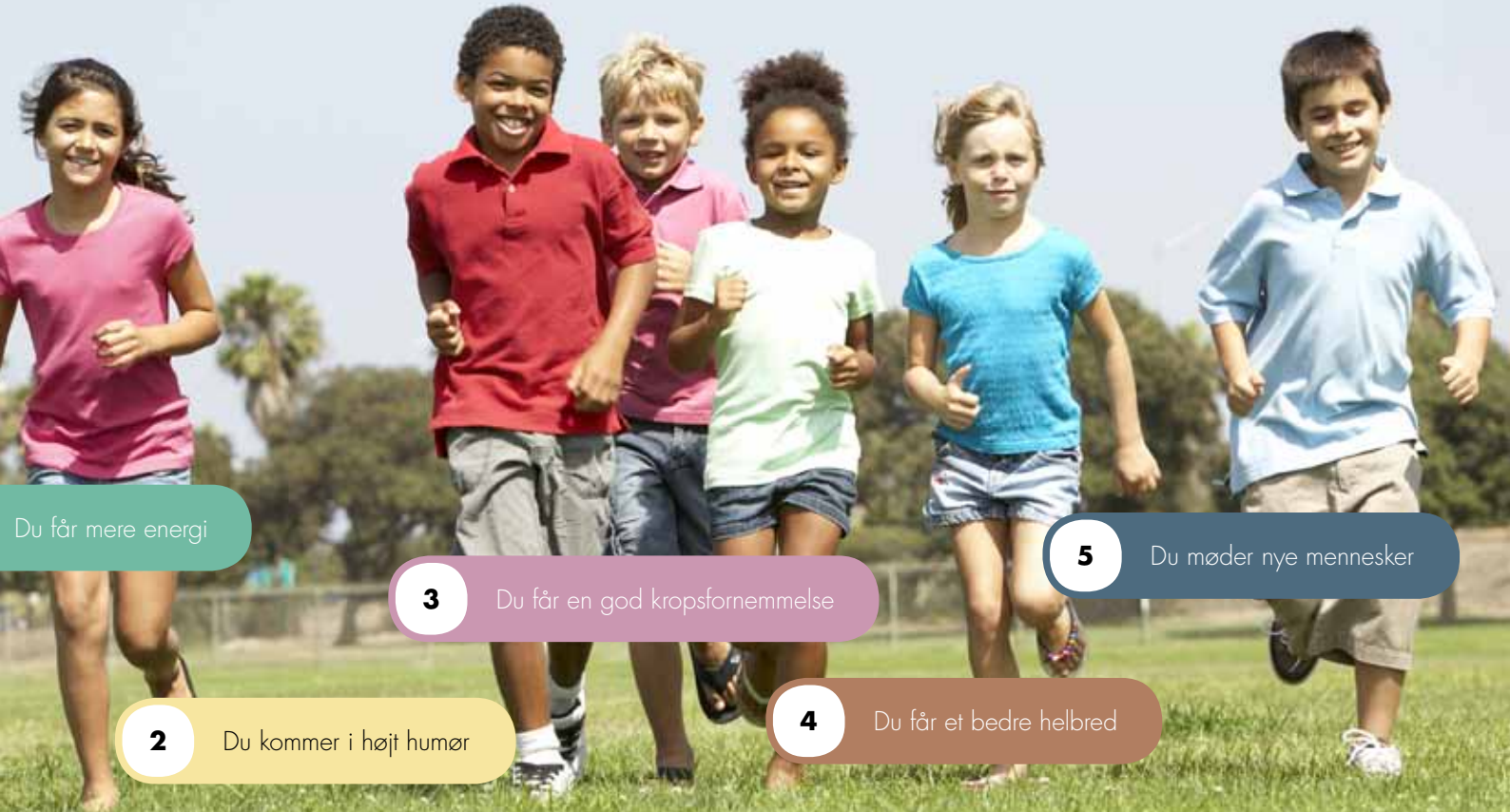
Styrk sammenholdet på tværs af afdelinger

Når du deltager i Verden rundt for KidsAid, kommer du til at møde kolleger fra andre afdelinger og deres familier. Udover hyggen ved dette, har det den store kvalitet, at motionen forhåbentlig ikke vil opleves som en sur pligt, men som en positiv begivenhed. Samtidig kan den fælles træning gøre det lidt lettere at komme ud af døren, når du ved, at der nogen, der venter på dig.

For hele familien

Vi sætter et fast tidspunkt, hvor vi mødes i de fire motionsgrupper. Træningen tilrettelægges således, at alle kan være med – såvel små og store som unge og gamle. Så hop i træningstøjet, og tag konen, manden og børnene med til motion og hygge med dine kolleger.

Fem gode grunde til at motionere



Du får mere energi

2 Du kommer i højt humør

3 Du får en god kropsfornemmelse

4 Du får et bedre helbred

5 Du møder nye mennesker



Vores team af seje ambassadører

Ambassadørerne er klar til at trække i træningstøjet i den gode sags tjeneste og hjælpe med at holde os andre i ilden. Alle kan være med, for det gælder ikke om at komme først, men blot om at være med til at støtte den gode sag og at få noget motion.

Udover faste træningsdage vil der i løbet af året være mulighed for at deltage i spændende arrangementer for hele familien.

Både træningsdage samt arrangementer er tilbud, som du og familien kan vælge at deltage i alt efter tid og lyst.

De fire motionsgrupper og deres ambassadører

GåAid

Birgit Petersen,
kvalitets- og
miljøassistent

LøbeAid

Berit V. Melgaard,
regnskab
Kim Sahlholdt,
farvemester

CykelAid

Steen Bjørn,
PU-chef

GolfAid

Peter Albek,
Customer Care



GåAid er et rigtigt godt valg for dig, som ikke er vant til at motionere. Som nybegynder er det vigtigt, at motionen tilpasses til netop dit niveau. Gåture er en sikker og effektiv motionsform. Samtidig kræver det ikke de store fysiske forudsætninger eller udstyr. Gåture indbyder til naturoplevelser sammen med kolleger, venner og familie, og efterhånden som din form bliver bedre, kan du øge intensiteten og sætte tempoet lidt op.

Træningsdage

Vi mødes fast én gang om ugen ved parkeringspladsen ved den nye væverihal. Formålet med vores ugentlige gåtur er at få os rørt og samtidig styrke fællesskabet på fabrikken.

Rute

Vi følger den samme rute som LøbeAid. Der vil derfor være mulighed for at tage en kort eller en lang rute.

Tekstilruten

Ud over den faste ugentlige træningsdag, har vi allieret os med Thorkild Egeriis, som vil tage os med på en lokalhistorisk bytur i Herning og omegn.

Foreløbige milepæle

Vores målsætning er at være med til to motionsarrangementer i løbet af året. Til begge arrangementer kan vi deltage som gående:

- **Fugelsangso Stafetten,**
onsdag den 8. juni 2011 – 5 km gang
- **Herning-Nordea-løbet,**
lørdag den 17. september 2011 - 5 km gang

Prisen for deltagelse i disse to løb betales af ege.

Birgit Petersen

Ambassadør for GåAid



Kræver det noget særligt at være med i GåAid?

Det kræver ingen særlige forudsætninger at være med i GåAid, bare et par gode sko, som du kan holde til at gå i.

Hvordan har du det efter en god gåtur?

Faktisk så går jeg ikke ret meget i min fritid. Det bliver mest til nogle små ture til og fra bilen. Til mit forsvar dyrker jeg dog anden form for motion 3 dage om ugen. Jeg har meldt mig som ambassadør for GåAid, da jeg håber, at projektet kan få mig lidt mere ud i den friske luft. I GåAid er der plads til at kigge på naturen og sludre om stort og småt.

Hvorfor har du sagt ja til at være med i projektet?

Først og fremmest så støtter det en rigtig god sag; nemlig syge børn i nærområdet. Samtidig så synes jeg, at projektet giver en fantastisk mulighed for socialt samvær med kolleger på kryds og tværs af afdelinger, alder og køn. Jeg synes, at det er rigtig godt, at vi kan stå sammen om et projekt, som handler om noget andet end arbejde, og som vi alle får gavn af.

Jeg håber, at rigtig mange vil bakke op om projektet. Der sker jo ikke noget ved at prøve det en enkelt aften – det kan være, du bliver positivt overrasket. Vi skal i hvert fald nok gøre vores bedste for at skabe en hyggelig stemning. Alle er velkomne. Så på med traveskoene og tag familien med.

LøbeAid



Løb er nem motion. Løb stiller nemlig hverken krav om tid eller sted. Her bestemmer du selv, hvornår det passer dig. Løb kan derfor sagtens lade sig gøre i travl hverdag med job, familie og småbørn.

Træningsdage

Det er lettere at komme af sted, når man ved, at der står én og venter. Derfor mødes LøbeAid fast én gang om ugen ved parkeringspladsen ved den nye væverihal.

Rute

Vi laver to ruter. En kort rute for dig, som ikke har løbet før, og en længere rute for den garvede løber.

Individuel vejledning

Der laves individuelle løbeplaner til hver enkelt deltager, så vi sikrer, at du kommer godt fra start.

Foreløbige milepæle

Vores målsætning er at være med til to løb i løbet af året:

- **Fugelsangsø Stafetten,**
onsdag den 8. juni 2011 – 5 km
- **Herning-Nordea-løbet,**
lørdag den 17. september 2011, 5 eller 10 km

Prisen for deltagelse i disse to løb betales af ege.





Berit V. Melgaard

Ambassadør for LøbeAid

Hvornår startede du med at løbe?

Jeg har altid godt kunnet lide at bevæge mig, især hvis det var med en bold. På et tidspunkt mens jeg spillede håndbold, skulle jeg spille 1eren i forsvaret, og med kun én gang træning om ugen, var konditionen ikke helt til denne opgave. Jeg brød mig bestemt ikke om at skulle ud på udskiftningsbænken for at få luft, så derfor begyndte jeg at løbe en tur en gang om ugen. De første gange kunne jeg selvfølgelig ikke løbe ruten uden pauser, men når jeg var ved at trænge til en pause, fandt jeg et punkt på ruten, f.eks. et træ eller et sving, som jeg skulle løbe hen til, inden jeg måtte holde en pause. Siden dengang har jeg fast løbertrænet tre gange om ugen, og løbeskoene er altid at finde i min kuffert, når jeg tager på ferie.

Hvad betyder løb for dig?

Her på ege sidder jeg på en kontorstol det meste af dagen, og det eneste motion jeg får, er når jeg bevæger mig hen til printeren eller ned i kantinen. Ved løb kommer jeg ud og får noget dagslys og frisk luft, hvilket betyder, at jeg sjældent er syg. Jeg får mere energi, og oplever naturen og årstidernes skift mere intenst.

Kan alle komme i gang med at løbe?

Hvis man ikke fejler noget fysisk – så ja. Meget overvægtige personer bør dog starte ud med at gå eller cykle, da der ellers kan være stor fare for overbelastning af f.eks. knæ.



Hvad kræver det for at komme i gang med at løbe?
Et par løbesko. Dernæst vil en løbeundertrøje også gøre en forskel, da dens vigtigste funktion er at transportere sved væk fra huden og ud i det næste lag.

Hvorfor har du sagt ja til at være med i projektet?
Jeg har sagt ja til at være i projektet, fordi jeg gerne vil være med til at motivere mine kolleger til at dyrke mere motion og derved støtte KidsAid. Jeg synes, det er vigtigt, at egetæpper sætter fokus på medarbejdernes trivsel og sundhed, for motion giver sundere, gladere og faktisk også dygtigere medarbejdere.

Det kunne være fedt, hvis vi med Verden rundt for KidsAid kan skabe socialt samvær på tværs af afdelingerne på fabrikken.





Kim Sahlholdt

Ambassadør for LøbeAid

Hvornår startede du med at løbe?

Jeg startede med at løbe i september 1990 nærmest ved en tilfældighed. Det var Løvbakkeløbet i Herning. 12 km på et par flade badmintonsko. Jeg har siden deltaget i over 200 motionsløb og 4 maratonløb og har allerede selv løbet jorden rundt.

Hvad betyder løb for dig?

For mig er det at løbe som at meditere. Jeg får mentalt overskud og fungerer bare bedre generelt. Jeg ved fra mig selv, at jo bedre kondition og fysisk form jeg er i, des bedre fungerer jeg. Sagt på en anden måde: er jeg i dårlig form, så bliver jeg mere slap, fed, doven, sover dårligere, spiser mere usundt og magter ikke så meget. Samtidig falder selvtilliden. Dårlig form er starten på en ond spiral, specielt når man runder de 30 år.

Kan alle komme i gang med at løbe?

Jeg mener, at alle mennesker uanset vægt og kondition igennem regelmæssig træning er i stand til at gennemføre et 10 km løb eller en halvmaraton indenfor ét år.

Hvad kræver det at komme i gang med at løbe?

Et par fornuftige løbesko. Sæt dig et mål og bliv motiveret ved træning sammen med andre.

Når jeg har sat mig et mål, f.eks. om at løbe et maraton, så ved jeg, at træningsplanen skal overholdes. Regner det, så træner jeg bare til et maraton i regnvejr. Det duer jo ikke, at jeg kun træner i tørvejr, hvis det styrtregner den dag, der er maraton. Kun sygdom tæller for ikke at træne.



Hvorfor har du sagt ja til at være med i projektet?

Jeg ser Verden rundt for KidsAid som en "win win situation", for alle parter. Medarbejderne, ege og børnene, vi støtter gennem KidsAid. Jeg vil gerne bidrage med min store erfaring inden for løb, så andre kan få gavn af det. Jeg tror, at når en person gennemfører sit første 5 km løb med succes, så smitter succesen af på alle andre som ringe i vandet.

Tag konen og børnene med til træning, der er plads til alle. I fællesskab kan vi komme i god form uanset start-niveauet. Og der er individuel vejledning til den enkelte deltager."





Drømmer du om motion, kombineret med masser af frisk luft og naturoplevelser, så er det tid til at få støvet cyklen af og kæden smurt. CykelAid er for alle, der har en cykel.

Selvom du ikke har ambitioner om at blive cykelrytter, er cyklen et rigtig godt middel til at komme i gang med at dyrke motion. Vi laver en rute, der passer til begynderne og én for de garvede. Alle kan være med i CykelAid, uanset hvilken form, du er i og hvilken cykel, du kører på.

Træningsdage

CykelAid mødes én til to gange om måneden, alt efter tid og lyst. Derudover kan du med fordel kombinere ege-træningen med cykling fra eller til arbejde. Bor du langt væk, så snup evt. cyklen til toget.

Motivation fra de professionelle

På udvalgte dage får CykelAid følgeskab af professio-

nelle cykelfolk fra Herningområdet, som kan give råd og vejledning.

Foreløbige milepæle

- **Fjorden rundt,**
lørdag den 4. juni 2011
– et motionsløb for hele familien.

Prisen for deltagelse i løbet betales af ege.





Steen Bjørn

Ambassadør for CykelAid

Hvornår startede du med at cykle?

Jeg begyndte at cykle i Herning Cykelklub i 1976, da jeg var 11 år gammel. Der var et par drenge i min klasse, der var begyndt at cykle, og ville jeg være sammen med dem, så måtte jeg cykle med. Jeg cykler stadig i dag, så det er blevet til mere end 34 år i sadlen.

Hvad betyder cykling for dig?

Cykling har utrolig stor betydning for mit velbefindende. Jeg får god energi, når jeg bruger min krop. Særligt i kraft af mit arbejde, hvor jeg sidder meget ned og rejser meget.

Kan alle komme i gang med at cykle?

Alle kan cykle. Cykling har nemlig den fordel, at den er relativ skånsom for bevægeapparatet. Derfor bruger mange også cykling til genoptræning efter ulykker eller sportsskader.

Hvad kræver det for at komme i gang med at cykle?

Har du en cykel med luft i hjulene, så er du sådan set klar. Skal du køre langt, er det dog en god idé med et par cyklebukser, så du ikke slider hul i bagen. Cykling er som så mange andre sportsgrene også en udstyrssport, og du vil derfor aldrig mangle ønsker til jul eller til din fødselsdag.



Hvorfor har du sagt ja til at være med i projektet?
Fordi det først og fremmest støtter et rigtig godt formål. Jeg synes, det er fedt at være ansat i en virksomhed, hvor vi kan hjælpe syge børn og samtidig blive motiverede til at komme ud at røre os noget mere. Jeg brænder for sagen og glæder mig til at komme ud at motionere med en masse gode kolleger.

Jeg håber, at vi sammen kan cykle en masse penge ind til projektet samtidig med, at vi får nogle sjove timer sammen på cyklen. Jeg håber også at vi får rigtig mange med, som ikke bruger cyklen til daglig.





Golf er en god sport for alle, fordi den kan tilpasses til det, du kan klare fysisk. Når du spiller golf, styrker du dine arme, ryg og ben samtidig med, at du træner din koordination og balance.

Vi starter med en begynderdag, når golfsæsonen starter. Formålet med denne dag er at give alle interesserede en introduktion til golf. Derefter arrangeres der en række arrangementer med det formål at samle penge ind i den gode sags tjeneste.

For hver kilometer vi går på golfbanen støtter vi børnene på Regionshospitalet i Herning.

Arrangementer:

- **Begynderdag**
- **Årlig golf-match i juni**
- **Kundegolfdag i august**
 - mulighed for køb af ekstra bolde.
 - Beløbet doneres til KidsAid
- **Kåring af ege-mester i golf i september**





Peter Albek

Ambassadør for GolfAid

Hvornår startede du med at spille golf?

Jeg blev interesseret i golf gennem nogle af mine venner, som spillede det og talte meget om det. Jeg har spillet håndbold i mange år og var nok af den opfattelse, at golf var lidt snobbet og uden sportsligt indhold. Jeg lod mig dog overtale til at prøve det og var ude at slå et par bolde sammen med nogle af mine venner. Da jeg første gang ramte en bold lige i r.... var jeg solgt. Jeg spillede pay and play et par år, indtil jeg blev fuldtidsmedlem i en rigtig golfklub.

Hvad betyder golf for dig?

For mig er golf lig natur, konkurrence, venskaber og motion. Hvis jeg har tabt en kamp, så sidder jeg på klubhusets terrasse og forklarer dem, jeg lige har spillet med, hvad der gik galt. Her kan man bruge den gamle

krigsskade, dårlig vejledning af sin pro eller, hvad man nu lige kan komme i tanke om. Har jeg vundet, sidder jeg og nyder den vundne øl eller sodavand, lytter til de andres undskyldninger og driller dem, hvis muligt.

Følelsen af en veloverstået runde kan ikke beskrives. Det skal prøves på en terrasse i høj sol, et naturskønt område med en kold forfriskning og gode venner.

Hvad holder dig i gang?

Når man er kommet i gang med at spille golf, er spørgsmålet snarere: hvad får dig til at stoppe? Sagt på en anden måde. Efter at have spillet håndbold i 25 år, har jeg nu fundet en sportsgren, som jeg håber, jeg kan fortsætte med resten af livet. Det eneste, jeg fortryder, er, at jeg ikke fik startet meget før.



Kan alle komme i gang?

Ja, alle der er mobile, og som ønsker at få deres liv forlænget med 5 år, kan spille golf. Ifølge en svensk universitetsundersøgelse fra 2009, så lever golfspillere nemlig 5 år længere end andre.

Hvad kræver det for at komme i gang?

Du skal møde op i en golfklub og spørge efter klubbens pro. Han skal nok vejlede dig videre. Udstyr kan man låne i starten, indtil man ved, hvad man har brug for. Udstyr handles også brugt på nettet. Når du er kommet godt i gang, kan du tage et DGU-kursus, som ender med, at du skal til prøver. Når du har bestået, får du dit DGU-kort. Kortet giver dig ret til at spille på din hjemme-bane, og når handicappet er kommet lidt nedad, så har du rettigheder til at spille på stort set alle

golfbaner over hele verden mod betaling per runde (green fee).

Hvorfor har du sagt ja til at være med i projektet?

Jeg synes, at selve KidsAid-projektet er virkelig vigtigt at støtte op om. Vi får som en fælles ege-enhed mulighed for at støtte syge og unge i nærområdet, samtidig med at vi kan styrke det sociale sammenhold på arbejdspladsen. Når man lægger motion og frisk luft oven i hatten, så tror jeg ikke, at vi kan gøre noget bedre sammen og for hinanden.

Sådan deltager du

Deltagelse i motionsgrupper

Ønsker du og din familie at deltage i én eller flere af de fire motionsgruppers aktiviteter, skal du aflevere en tilmeldingsblanket til Pia Juul Jensen i marketing eller på kidsaid@ege.dk. Tilmeldingsblanketter kan printes ud via intranettet eller hentes i marketing.

Fast månedligt bidrag

Foruden de penge, som ege donerer i støtte til KidsAid, har du også mulighed for at støtte den gode sag. Du kan nemlig vælge at indbetale 25, 50 eller 100 kr. om måneden over lønnen. Det indbetalte beløb går direkte og ubeskåret til KidsAid og Børneafdelingen på Regionshospitalet i Herning, og din hjælp er på den måde med til at gøre børnenes hverdag lidt sjovere.

Tilmeldingsblanketter kan printes ud via intranettet eller hentes i marketing.

Tilmelding afleveres til Tina Høegh i lønningsbogholderiet eller på tih@ege.dk.

Bemærk venligst

Deltagelse i Verden rundt for KidsAid er ikke betinget af indbetaling af støttebeløb. Du kan derfor sagtens deltage i motionsgruppernes aktiviteter uden at donere penge.

Har du spørgsmål?

Så ring eller skriv til Pia Juul Jensen, marketing

T: 97 11 74 59

E: kidsaid@ege.dk



www.egecarpet.com

ege[®]

we create more than carpets

Head Office

egetæpper a/s • Industrivej Nord 25 • DK-7400 Herning • Tel. +45 97 11 88 11 • Fax: +45 97 11 95 80 • E-mail: ege@ege.dk