

# ”Mad til døren” vokser trods større konkurrence

Grundfør-firma, der er 13 år gammelt, er største kunde hos flere lokale butikker

Af Erling Baastrup

sammen med sin mand, Peter.

## GRUNDFØR

Det er nu 13 år siden, at Henriette Skovbakke fik en ide: Hvordan får vi det lettere med aftensnaden, så vi får mere tid til andre ting. For eksempel familien.

Hun udviklede konceptet

## Masser af opskrifter

Man bestiller en kasse mad til en uge. Der er tørre produkter og frostvarer. En kasse er beregnet til fire aftensmåltider i løbet af en uge. Og så det måske mest interessante: Der



er opskrifter med, der svarer til produktene i kassen. ”Jeg

har en turnus på omkring 160 selvopfundne opskrifter, men

der kommer stadig flere til,” fortæller Henriette.

Kunderne, der bor i hele Østjylland, kan på hjemmesiden vælge til og fra en uge i forvejen.

## Fem gange så stor

For to år siden blev forholdene for trænge, så firmaet flyttede i en femte gang så stor pakkehal. Økologi?

”Ikke udelukkende, og hvis kvaliteten er bedre på ikke-økologiske grønsager, så vælger jeg det sidste,” siger Henriette.

”Mad til døren” lægger i øvrigt så vidt muligt sine indkøb lokalt. Superbrugsen og Bageren i Hinneup leverer meget

**midt**  
regionmidtjylland



## Ring ved sygdom og skade

Lægevagt, skadestue og akutklinik Hvis du er blevet akut syg eller kommet til skade, skal du ringe først.

Hverdage kl. 8-16: Ring til egen læge.

Uden for lægens åbningstid: Hverdage fra kl. 16 til 8 om morgenen samt hele døgnet weekend og helligdage skal du ringe til lægevagten på **70 11 31 31**.

Ved alvorlig ulykke og livstruende sygdom ring **112**.

## Akut psykiatrisk hjælp

Har du brug for akut psykiatrisk hjælp, skal du ringe til din egen læge eller lægevagten, som kan henvise dig til en visiteret psykiatrisk modtagelse døgnet rundt.

Psykiatrisk Rådgivningstelefon **78 470 470** kan døgnet rundt give dig råd og vejledning ved akut psykiisk krise.

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

## Bliv klogere på psykisk sygdom

PsykiInfo Midt, Regionens psykiske informationscenter, afholder temaaftener om psykisk sygdom, i hele regionen.

Hent efterårsprogrammet på [www.psykiinformidt.dk](http://www.psykiinformidt.dk), hvor du også kan blive abonnent på PsykiInfo Midts nyhedsmail.

## Husk medicinen, hvis du skal indlægges

Skal du indlægges på Regionshospitalet Herning, Holstebro eller Lemvig, så husk at medbringe din medicin i original emballage og de sædvanlige doseringsæsker. Medicinæsker og piller i indeholder vigtig info, som kan være med til at forebygge, at der sker fejl med medicinering.

Læs mere: [www.vest.rm.dk/minimedicinmed](http://www.vest.rm.dk/minimedicinmed)

## Nyt om blodprøver

Hvis du skal have taget en blodprøve, som er bestilt af hospitalet, skal blodprøven tages på et af de regionale blodprøvesteder. Du kan vælge det blodprøvested, som passer dig bedst. På [www.blod.rm.dk](http://www.blod.rm.dk) kan du læse mere og se en oversigt over de regionale blodprøvesteder.

## Arstregeringskab 2015

Region Midtjyllands Arstregeringskab 2015 og revisionsberetningen blev godkendt af regionsrådet 22. juni 2016. Læs mere på [www.rm.dk/om-os/okonomi/budget-og-regnskaber/regnskab-2015/](http://www.rm.dk/om-os/okonomi/budget-og-regnskaber/regnskab-2015/)

## Har du en ide til et regionalt kulturprojekt?

- og vil du være med til at føre vores vision om et rigt og udviklende kulturliv ud i livet?

Så kan du søge kulturrudviklingsmidler i Region Midtjylland. Vi giver tilskud til projekter, der har en stærk regional betydning, er nyskabende og medvirker til at fremme samarbejde og udvikling på tværs af regionen.

Du kan få flere oplysninger og hente et ansøgnings-skema og vejledning på [www.kultur.rm.dk](http://www.kultur.rm.dk)

Ansøgningsfrist er 1. september 2016.

## Regionsrådsmøde

Regionsrådet holder møde **onsdag 24. august kl. 13** i Regionshuset Viborg, Skottenborg 26, Viborg.

Møderne er offentlige, og alle er velkomne til at deltage. Du kan også følge mødet på hjemmesiden: [www.rm.dk](http://www.rm.dk) - både direkte og efter mødet.

Find dagsorden og læs om mulighederne for at stille spørgsmål til regionsrådet på [www.rm.dk/politik](http://www.rm.dk/politik).

Få mere at vide

[www.rm.dk](http://www.rm.dk)

Henriette og Peter Skovbakke ved den mindste af firmaets fire biler.  
Foto Erling Baastrup

Hvor meget kører I for på årsbasis?

Peter er svær at få tal ud af, men: ”Vi handler i Brugsen for nogle millioner,” fortæller han. Heller ikke antal kunder er han meget for at punge ud med. ”Det er mange tusinde kasser, der køres ud herfra Tingvej 2 i Grundfør.”

## Konkurrence og vækst

Virksomheden var pioner på området, men nu er der konkurrence: ”Jil trods for krise og konkurrence vokster vi ret konstant med 10 pct. om året,” fortæller Peter, der sidder på firmaets tal.

## Unge og pensionister

Noget specielt for virksomheden er aldersfordelingen hos personalet. 10 unge kommer om eftermiddagen og gør kasser rene, men pakningen og udbringningen er lagt i hænderne på mandlige pensionister. Ikke at der ikke kunne være kvinder med, men: ”De ville nok distrahere mændene,” lyder en slags forklaring.

Blandt de 12 pensionister har chaufførerne deres egen rute. Det er den samme mand, der kommer med maden.

## VOXPOP | HVORFOR ARBEJDE MED MADUDBRINGNING, NÅR MAN ER BLEVET PENSIONIST OG OVER 70?

### Torben German Søften, 74 år

Torben pakker tørvare og har fem timer to dage om ugen. Eller: ”Vi bliver da, til vi er færdige.”

Det er blevet til 8 år, men Torben agter at blive ved, så længe han kan.

Det sociale samvær lægger han også stor vægt på. Han er som de andre AGF-fan.

### Jørgen Badstue Søften, 69 år

Jørgen var selvstændig i 28 år. Stoppedes som 60-årig. En genopretningsperiode skulle overstås, men: Jeg kedede mig. Derfor kom jeg her,” fortæller Jørgen, der møder kl. 5.15 for at hente grønsager og kød hos Brugsen. 8-10 tons pr. uge. Han snakker også med mandag morgen om AGF.

### Ib Snedker Søften, 70 år

”Jeg er spændt på, om de vil give mig et svendebevis om to år for jeg har kun været her i to år,” lyder det fra Ib, mens han kigger på kollegeme.

Ib stoppede for 10 år siden. ”Jeg havde gang i en masse projekter i 8 år, men så ebbede det lidt ud. Derfor er jeg her.” Han er også med de hvide.

