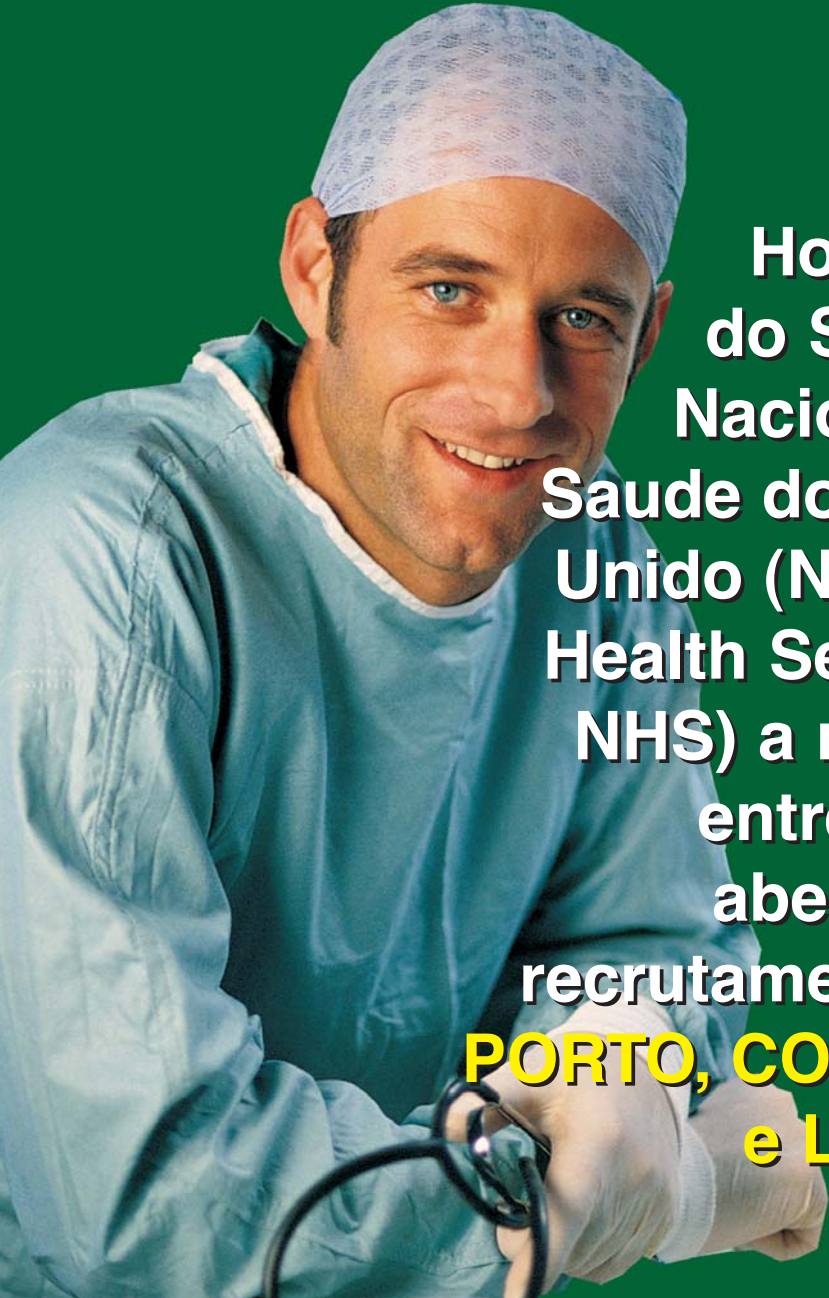


SKILLS4NURSES

ISSN 1756-5979

Issue 38



**Hospitais
do Serviço
Nacional de
Saude do Reino
Unido (National
Health Service -
NHS) a realizar
entrevistas
abertas de
recrutamento no
**PORTO, COIMBRA
e LISBOA****



ENTREVISTAS PARA O HOSPITAL DE BEDFORD, REINO UNIDO

---oOo---

**Porto; Hotel Sheraton, Rua Tenente Valadim n° 146,
4100-476 Porto, Portugal**

**Segunda-feira, dia 17 de Novembro de 2014 das
13:00 às 19:00 horas.**

**Terça-feira, dia 18 de Novembro de 2014 das
09:00 às 16:00 horas.**

---oOo---

**Coimbra; Hotel Tryp, Alameda Doutor Armando
Gonçalves n° 20, 3000-059 Coimbra.**

**Quarta-feira; dia 19 de Novembro de 2014
das 09:00 às 17:00 horas.**

---oOo---

**Lisboa; Hotel Altis , Rua Castilho n° 11, 1269-072
Lisboa, Portugal**

Quinta-feira; dia 20 de Novembro de 2014 das 09:00 às 19:00 horas

Se está interessada/o não hesite em contactar-nos num dos seguintes emails:
Jim Brown: jim@gmexpos.com ; Shona McMahon: evolutiondesigns@sky.com
Visite-nos online: www.skills4nurses.com

Ou na nossa página do facebook ou Twitter

Ou venha a uma das nossas sessões de entrevistas numa das cidades mais perto de si: Porto, Coimbra ou Lisboa

Caros Colegas,

Espero que este email vos encontre bem e com saúde. Desde a minha primeira visita ao vosso fantástico país em Agosto de 2013 que não tenho praticamente ido a mais parte nenhuma. Quando aí estive visitei e fiquei alojado nas cidades de Braga, Vila Real, Porto, Coimbra, Lisboa e Faro. Não me pronunciarei em relação a qual destas cidades gostei mais para não ferir susceptibilidades mas direi que o vosso país é bastante bonito e tem pessoas muito dadas e de uma simpatia extrema.

A maior parte de vós pode não conhecer ou ter ouvido falar da minha organização "Skills4Nurses". Esta organização existe há 20 anos e estamos sediados na Escócia, Reino Unido. A sua principal função é procurar vagas de emprego e recrutar enfermeiras/os e fazemo-lo através da nossa revista Skills4nurses, do site www.skills4nurses.com, de feiras internacionais de emprego, road shows e dias internacionais de emprego.

Por favor não nos confundam com agências de emprego, nós NÃO SOMOS UMA AGÊNCIA DE EMPREGO. Somos por vezes contratados por Hospitais no Reino Unido, pertencentes ao Serviço Nacional de Saúde (National Health Service - NHS), para encontrar enfermeiras/os à procura de trabalho no Reino Unido e Irlanda. Somos únicos pelo facto de que levamos o empregador (hospitais do Serviço Nacional de Saúde (NHS) do Reino Unido) para se encontrar cara a cara convosco e conhecer-vos. Se estiverem interessados em nos conhecer, tanto a mim como a um destes representantes dos hospitais do Serviço Nacional de Saúde (NHS) do Reino Unido na minha próxima viagem a Portugal, por favor leiam as páginas seguintes que poderão ser do vosso interesse e das respectivas famílias.

Durante as próximas semanas irei a Portugal acompanhado de representantes do Hospital de Bedford, Reino Unido (Bedford Hospital NHS Trust) e realizaremos entrevistas no Porto,

Coimbra e Lisboa. As páginas seguintes providenciam informação referente a datas, horas e locais de entrevistas. Se, após lerem toda a informação disponível, estiverem interessados em comparecer para uma entrevista, por favor contactem-me para o email: jim@gmexpos.com ou simplesmente apareçam no respectivo dia.

O Hospital de Bedford fica a 30 minutos de carro de Londres, numa localidade bastante bonita com grandes áreas de comércio e desporto perto. Tem escolas fantásticas e uma zona que providencia uma sensação de se pertencer a uma comunidade que realmente se interessa pelas pessoas que lá vivem. Bedfordshire é uma zona com óptimas áreas de lazer, cultura e diversas atracções turísticas a não perder.

Este Hospital é um dos melhores empregadores do Serviço Nacional de Saúde do Reino Unido. Tem instalações óptimas para ambos, pacientes e empregados. Nós temos inúmeros postos de trabalho para pessoal de enfermagem, nomeadamente, enfermeiros para oncologia, enfermeiros pediátricos, enfermeiros de bloco operatório, chefes de equipa e muitos mais. Compareçam num destes eventos e venham ver o que vos podemos oferecer.

Ao pessoal de enfermagem o Hospital oferece óptimas oportunidades de progressão na carreira profissional e de ser um membro indispensável na equipa. Todas as posições são permanentes e com óptimas condições de trabalho, incluindo pensões.

Oferecemos alojamento por tempo limitado, voos, etc.

Com os meus cumprimentos,

Jim Brown



Venha e junte-se a nós no HOSPITAL DE BEDFORD BEDFORD HOSPITAL NHS TRUST

Bedford Hospital **NHS**
NHS Trust

*Onde temos o orgulho de oferecer
Elevada Qualidade de Cuidados ao
Paciente, num ambiente que cuida
dos pacientes e da população de
Bedford e áreas circundantes*



A prioridade que o Hospital de Bedford dá ao cuidado e tratamento dos seus pacientes levou a uma boa reputação pela alta qualidade dos seus serviços. A sua classificação na comissão de monitorização da qualidade dos seus serviços, CQC (Care Quality Commission Intelligent Monitoring) é sistematicamente consistente (nível 4/5). Também estamos entre os dez por cento com melhor classificação na PLACE (Patient Led Assessment of the Care Environment - Avaliação do Paciente em Ambiente de Cuidados de Saúde) no ano passado (2013) em limpeza e nos cinco por cento com melhor classificação para restauração no Sistema Nacional de Saúde (NHS). Consistentemente com uma boa pontuação no guia Dr Foster Good Hospital e a Comissão de Cuidados de Qualidade (CQC) notou melhorias significativas durante a sua última inspeção

(Dezembro de 2013). O Hospital de Bedford utiliza actualmente 400 camas (incluindo de maternidade) e fornece uma gama completa de serviços especializados, com camas para cuidados aos idosos, Otorrinolaringologia, Clínica Geral, Cirurgias Geral e Vasculares, Cirurgia da Mama, Ginecologia, Neonatal, Obstetrícia, Oncologia, Traumatologia e Ortopedia, Pediatria e Urologia. Existem mais de 270 mil pessoas que vivem na região Norte e Centro do Condado de Bedford e este número deverá crescer nos próximos anos. Bedford é conhecido por ter uma das melhores e mais bonitas configurações ribeirinhas do país; é possível desfrutar de vistas panorâmicas sobre o Rio Great Ouse do Castelo Mound; as ruínas preservadas são tudo o que resta do castelo de Bedford que foi destruído durante cerco de 1224.

'Temos uma diversificada política de benefícios concedidos aos funcionários e oferecemos um ambiente amigável e acolhedor para trabalhar.'

ESTAMOS A RECRUTAR!

Enfermeiras/os Hospitalares qualificados em Cirurgia, Medicina, Endoscopia e Cuidados Intensivos.

Se isto se aplica si, não procure mais!

Nós estamos à procura de enfermeiros que queiram trabalhar num ambiente hospitalar especializado e desejem fornecer um óptimo trabalho de cuidado aos pacientes por forma a que estes tenham um excelente tratamento e sejam cuidados ao mais alto o nível.

O que é que o Hospital de Bedford lhe pode oferecer?

- Flexibilidade
- Cargo ou função estruturada
- Rotação de postos de trabalho
- Programa de supervisão, orientação e suporte para recém licenciados
- Apoio no retorno à prática de Enfermagem
- Possibilidade de recolocação
- Apoio no alojamento e alimentação no primeiro mês



Queremos enfermeiros que demonstrem empatia, compaixão, compreensão e bondade em tudo o que fazem. Se você é um profissional que quer crescer e desenvolver-se, se tem uma paixão pela excelência, e se empenhado com os pacientes, venha então conhecer a nossa Equipa Clínica e discutir o seu futuro connosco.

BENEFÍCIOS

No Hospital de Bedford há toda uma variedade de benefícios que estão disponíveis para os funcionários. Estes benefícios incluem o seguinte:

Esquema de Pensões

- Os funcionários do Sistema Nacional de Saúde (NHS) qualificam-se imediatamente para a adesão automática ao regime de pensões do NHS e de Seguro de Vida. Avaliação anual para todos os funcionários Cargo ou função abrangente

Instalações para os Funcionários

- Local de estacionamento
- Ginásio
- Excelente restaurante premiado e Bistro
- Esquemas facilitados para aquisição de bens (bicicletas, carros, etc) e serviços (vouchers para cuidados infantis)
- Descontos no comércio local

Desenvolvimento Profissional

- Treino e desenvolvimento, tanto a nível interno como externo, para funcionários de qualquer nível

- Supervisão Clínica
- Esquema de aconselhamento
- Avaliação anual para todos os funcionários
- Cargo ou função abrangente
- Alta/unidade hospitalar produtiva
- Forte apoio ao desenvolvimento profissional

Saúde no Trabalho

Subsídio de maternidade e pagamento acima dos requisitos legais. Pagamento de subsídio de paternidade e Serviço de Saúde Ocupacional incluindo:

- Acompanhamento de caso de lesões músculo-esqueléticas
- Aconselhamento
- Acesso rápido a cuidados de saúde no âmbito do NHS Trust
- Imunizações / vacinações
- Suporte nas faltas por doença
- Clínicas de bem-estar
- Medicina no trabalho
- Promoção da Saúde – Caminhada Nórdica (Nordic Walking)

Corpo de enfermagem Medicina - Cirurgia Emergências – Cuidados Intensivos

Se está à procura de um novo desafio dentro de um ambiente amigável, ainda que profissional e atarefado, então nós gostaríamos de convidá-lo a candidatar-se a alicientes oportunidades de emprego dentro do sector de enfermagem no Hospital de Bedford do NHS Trust.

Junte-se a nós no Hospital de Bedford, você fará parte de uma equipa próxima e solidária, que assume uma responsabilidade individual nos cuidados prestados aos nossos pacientes. Ajudar-nos-á a avançar como uma Organização Hospitalar. Com um sentido claro dos objectivos e rumo a tomar, estar na vanguarda de práticas de saúde inovadoras, fornecendo um serviço de cuidados comprovado ao mais alto nível. Irá planejar, avaliar e implementar programas individuais de cuidados para aqueles que mais precisam, e manter um ambiente seguro e solidário para todos.

Abrimos oportunidades para recém-licenciados e enfermeiros com experiência para se juntarem ao nosso Hospital.

Oportunidades para recém-licenciados e enfermeiros com experiência para se juntarem ao nosso Hospital. Estamos portanto à procura de pessoas comprometidas, amáveis, acolhedoras e atenciosas, e que sejam entusiásticas e demonstrem excelentes capacidades de comunicação dentro de uma organização que providenciará apoio para desenvolver os seus conhecimentos de enfermagem e durante o seu desenvolvimento e percurso de carreira. Os candidatos devem ser flexíveis, apaixonados e entusiasmados em oferecer um excelente atendimento aos pacientes e com uma vontade de aprender.

A nossa equipa de cirurgia está à procura de funcionários experientes e também de funcionários interessados em aprender técnicas básicas e essenciais de higiene e preparação cirúrgicas. Nesta especialidade iremos apoiar o seu desenvolvimento a cada passo e certificarmos-nos de que você adquira as competências técnicas necessárias de que precisa para estar à altura de todos os desafios que possa vir a enfrentar. Para isso, oferecemos-lhe um elevado nível de formação e treino através do nosso departamento de formação.

Bedford Hospital NHS Trust

Enfermeiros para sala de cirurgia – Unidade de Emergência médica – Enfermeiros para endoscopia

Temos também oportunidades fantásticas para enfermeiros com experiência – Enfermeiros de cirurgia – Enfermeiros para a unidade de emergência médica e cuidados intensivos – Enfermeiros de Endoscopia

Para aqueles com experiência e prontos para uma posição como chefe adjunto ou chefe de equipa, nós dar-lhe-emos a oportunidade de desenvolver e construir novas capacidades de liderança e gestão a nível clínico. Irão trabalhar em estreita colaboração com o líder da equipa e serão responsáveis pela entrega de uma qualidade de serviços aos nossos utentes.

Para estes postos de trabalho, deverão ter capacidades de comunicação excelentes e gostar de trabalhar com uma equipa ocupada e dedicada. Podemos ainda oferecer várias oportunidades de desenvolvimento a nível pessoal e profissional. Como membro da nossa equipa irá usar o seu vasto conhecimento e capacidade de decisão para melhorar o atendimento aos nossos utentes. A sua capacidade de planejar e avaliar os cuidados de enfermagem necessários será fundamental ao liderar e supervisionar o trabalho de uma equipa de enfermeiros especializados e não especializados.

Ao darmos a maior importância ao melhoramento contínuo da prestação de serviços hospitalares, estaremos tão comprometidos como você com os nossos utentes. Trabalhamos em conjunto para criar um espírito de equipa positivo, onde se dá reconhecimento aos membros da equipa e onde se celebram os casos de sucesso. Sabemos que os pacientes estão bem e satisfeitos se a equipa também estiver bem e com espírito alegre e positivo.

No Hospital de Bedford do NHS Trust temos um forte compromisso com a qualidade e excelência, tanto nos serviços que oferecemos aos nossos utentes como no apoio que damos à nossa equipa. E é por isso que precisamos de si. Estamos à procura de enfermeiros qualificados para integrar a nossa equipa.

Se gosta de emoções fortes ou está interessado em história e nas artes, se quiser entreter a família, ou simplesmente relaxar e desfrutar das paisagens e das zonas rurais, venha visitar o condado de Bedford.

O conelho de Bedford é um dos municípios mais pequenos da Inglaterra, ladeado a leste e a oeste por locais turísticos como Oxford e Cambridge e apenas a 35 minutos de comboio do centro de Londres.

Conhecido por ter uma das zonas ribeirinhas mais bonitas do país, você pode desfrutar desde o Castelo Mound de vistas panorâmicas sobre o Rio Great Ouse; as ruínas preservadas são tudo o que resta do castelo de Bedford que foi destruído no cerco de 1224.

Bedford Borough é uma zona dinâmica para se viver e que oferece uma abundância de oportunidades de lazer para moradores e visitantes. Nós temos o orgulho de oferecer um programa fantástico de eventos culturais durante todo o ano. Também fornecemos um vasto serviço de saúde, a preços acessíveis, através dos nossos parques, centros premiados de lazer e várias actividades desportivas.

A cidade vizinha de Milton Keynes tem um grande centro comercial e está a uma curta distância de autocarro ou de comboio.

Bedford oferece uma ótima rede de estradas e transportes com ligação a todo o Reino Unido e Europa.



O aeroporto de Luton fica a apenas 30 minutos de carro ou de comboio directo. Os aeroportos de Stansted, Birmingham, Heathrow e Gatwick, ficam a uma hora e 30 minutos de comboio ou de carro.

A travessia de ferrie também é uma opção bastante popular, uma vez que Dover fica a apenas 2 horas e 30 minutos de carro.



Se está interessada/o não hesite em contactar-nos num dos seguintes emails:

Jim Brown: jim@gmexpos.com
Shona McMahon: evolutiondesigns@sky.com
Visite-nos online: www.skills4nurses.com
Ou na nossa página do facebook ou Twitter
Ou venha a uma das nossas sessões de entrevistas numa das cidades mais perto de si: Porto, Coimbra ou Lisboa

News, Recruitment & Events For Nurses



Se está interessada/o não hesite em contactar-nos num dos seguintes emails:

Jim Brown: jim@gmexpos.com

Shora McMahon: evolutiondesigns@sky.com

Visite-nos online: www.skills4nurses.com

Ou na nossa página no facebook ou Tweeter

Venha a uma das nossas sessões de entrevistas numa das cidades mais perto de si (Porto, Coimbra ou Lisboa)

SKILLS4NURSES

Follow us on.....



Alguns testemunhos



Olá a todos!

Ja passaram 5 meses desde que eu cheguei ao Reino Unido. Parece que foi ontem que eu fui ao Atlas Hotel em Lisboa para a minha primeira entrevista mas, foi em Janeiro deste ano. Tomei conhecimento do Skills4Nurses através de um panfleto numa universidade e decidi candidatar-me, inicialmente apenas para verificar o nível do meu Inglês.

As coisas mudaram quando eu conheci toda a equipa envolvida. O Jim Brown da Skills4Nurses e toda a equipa do Sunderland Hospital que estavam lá naquele dia em Janeiro. Eles são todos pessoas muito simpáticas e agradáveis __que estão disponíveis a ajudar e fizeram-me sentir muito bem vinda. O meu Inglês não era muito bom e eu ainda tenho algumas dificuldades neste momento, mas eu sinto-me muito mais confiante e confortável agora do que no início. Felizmente o meu Inglês era bom o suficiente para eles me recrutarem e, aqui estou eu, vivendo uma nova experiência! Não tenham medo. Se não conseguem entender tudo o que eles dizem ou comunicar todas as coisas que desejam, com a prática vão chegar lá!

Há muitas coisas que são diferentes aqui, algumas delas mais difíceis de nos acostumar-mos do que os outras, mas não há lugares perfeitos e devemos tentar pensar que, se algo correr bem, é ótimo, mas se isso não acontecer, é sempre uma experiência a nível profissional e pessoal que ninguém vos pode tirar!

Vânia Morais

Olá

Cheguei a Sunderland há precisamente 2 meses. Esta Aventura iniciou-se em Janeiro 2014, em Lisboa no Hotel Atlas, quando conheci o Jim e a sua equipa, assim como o staff do Royal Hospital Sunderland. Gostei da entrevista, do que me apresentaram e do que me propuseram, mas não decidi logo na altura. Ainda fiz mais duas entrevistas com diferentes firmas de recrutamento e para diferentes regiões de Inglaterra. Depois de alguns meses de reflexão em família, de estudarmos as diversas propostas e áreas que nos tinham sido apresentadas, acabámos por escolher Sunderland.

O Hospital pagou as viagens, a inscrição no NMC, e dois meses de alojamento Tudo isto foi reembolsado ao fim de 1 semana de cá estarmos.

A maior dificuldade tem sido a língua, devido ao dialeto local, mas temos sentido um grande apoio por parte de toda a equipa do hospital, sempre prontos a ajudar e a esclarecer dúvidas.

Quanto à prática de enfermagem, de facto, nós portugueses temos uma formação de base muito boa e facilmente nos distinguimos dentro de um serviço, daí a procura por enfermeiros portugueses ser tão grande.

Arriscámos vir para cá. Já com mais de 20 anos de experiência de profissão em Portugal, sabíamos que no princípio não iria ser fácil, mas todos os obstáculos têm sido ultrapassados e esperamos ficar por cá alguns anos. Cada vez mais somos cidadãos do mundo, não podemos estar alocados a uma cidade, região ou país, se não nos sentirmos recompensados pelo que fazemos num dado local, seja financeiramente ou profissionalmente e, se tivermos oportunidade, podemos e devemos procurar uma “nova vida” pois a satisfação profissional é fundamental para o nosso equilíbrio psicológico. Temos duas filhas e também foi a pensar no futuro delas que nos mudámos.

João Hipólito

Come and join us at BEDFORD HOSPITAL NHS TRUST



where we pride ourselves in delivering High Quality Patient Care, in an environment which cares about the patients and population of Bedford and surrounding areas.



With its ethos of 'every patient matters' Bedford Hospital has earned a reputation for the high quality of its services. It scores consistently well (level 4/5) in the CQC Intelligent monitoring. We also scored in the top ten percent with PLACE (Patient Led Assessment of the Care Environment), last year (2013) for cleaning and the top five percent for catering in the NHS.

Consistently scores well in the Dr Foster Good Hospital guide and the Care Quality Commission noted significant improvements at its last inspection (December 2013).

Bedford Hospital currently utilises 400 beds (including maternity) and provides a full range of acute services,

with beds for Care of the Elderly, ENT, General Medicine, General Surgery, Vascular, Breast Surgery, Gynaecology, Neonatal, Obstetrics, Oncology, Trauma and Orthopaedics, Paediatrics and Urology.

There are more than 270,000 people living in north and mid Bedfordshire and this is set to grow over the coming years.

Bedford is renowned as having one of the finest riverside settings in the country; enjoy panoramic views of the River Great Ouse from the restored Castle Mound; all that remains of Bedford castle, which was destroyed in the siege of 1224.

'We have a wide range of Staff Benefits and offer a friendly, welcoming place to work.'

WE'RE RECRUITING!

Excellent qualified nurses in Surgery, Medicine, Endoscopy and Critical Care.

If that's you, look no further!

We're looking for Nurses who have made the positive choice to work in an acute hospital environment and want to deliver direct care to the highest standard for an excellent patient experience.

What Bedford Hospital can offer you?

- Flexibility
- Structured Induction
- Rotational posts throughout the Trust
- Extensive preceptorship opportunities
- Return to Nursing support
- Relocation package considered
- Support with accommodation for the first month
- Bedding and kitchen packs
- Fantastic place to work



We want nurses who put empathy, compassion, understanding and kindness at the very heart of all they do. If you are a Professional who wants to grow and develop; has a passion for excellence, committed to their patients, then come and meet the Clinical Team to discuss your future with us.

STAFF BENEFITS

A wide range of staff benefits are available to employees of Bedford Hospital. These benefits include the following;

Pension Scheme

- NHS employees qualify immediately for automatic membership of the NHS Pension scheme and Life Assurance

Staff Facilities

- Hospital Choir
- On-site parking
- Staff gymnasium
- Excellent Award winning restaurant and Bistro
- Salary sacrifice scheme for bicycles, car and child care vouchers
- Discount from local businesses

Staff Development

- Training and development for all levels of staff, arrangement both in-house and externally

- Clinical Supervision
- Mentoring scheme
- Annual appraisal for all staff
- Comprehensive induction
- Productive Ward
- Strong preceptorship support

Health at Work

- Maternity pay and pay above statutory requirements
- Paternity Pay
- Occupational Health Service with;
 - Fast track MSK – self referral
 - Counselling
 - Fast track access to Health Care within the Trust
 - Immunisations/vaccinations
 - Support with sickness absence
 - Well-being clinics
 - Employment medicals
 - Health Promotion – Nordic Walking, Pilates

Staff Nurses -
Medicine - Surgery -
A&E - Critical Care

If you're looking for a new challenge within a busy yet friendly environment, then we'd like to invite you to apply for exciting nursing opportunities Bedford Hospitals NHS Trust.

Joining us at Bedford Hospitals NHS Trust, you'll be part of a close, supportive team, taking personal ownership for the levels of care our patients receive. You will help us move forward as a Hospital Organisation. With a clear sense of direction, You will be at the forefront, providing the highest standard of evidence based and research informed care. You will plan, assess and implement individual care programmes to those who need it most, and maintain a compassionate, caring and safe environment for all.

Opportunities have now arisen for newly qualified and experienced Staff Nurses to join our Hospital.

Opportunities have now arisen for newly qualified and experienced Staff Nurses to join our Hospital. We are therefore looking to recruit committed and caring individuals who are enthusiastic and demonstrate excellent communication skills within an organisation that will provide support to further develop your nursing skills and a career pathway. Candidates should be flexible, passionate about providing excellent care to patients, with a willingness to learn.

Our surgery theatre team and we are looking for both experienced staff and those interested in learning surgical scrub skills in this innovative and busy specialty. In this specialty we will support your development every step of the way and make sure that you are armed with the skills you need to meet every challenge you will face by providing you with the highest standards of training on the job and via our training department.



We Also Have Fantastic Opportunities For Experienced- Theatre Nurses- Acute Admissions Unit Nurses-Endoscopy Nurses

For those experienced and ready for Deputy or Team Leader role, we will give you the opportunity to develop and build on your clinical, leadership and management skills. You will work closely with the team leader and be responsible for delivering a quality, responsive service to our patients.

For these posts, you will already have excellent communication skills and enjoy working in with a busy and dedicated team. We can offer range opportunities for further personal and professional development.

As a member of our team you'll use your extensive understanding and knowledge of evidence based practice to enhance the care of our patients. Your ability to plan and evaluate nursing care will be crucial as you lead and supervise the work of qualified and unqualified nurses in your team.

With our increased importance on continued improvement and development of our acute services, we will be as committed as you to our patients. We work together to create a positive team spirit, recognising achievements and celebrating success. We know that happy patients start with happy staff.

At Bedford Hospitals NHS Trust we are committed to excellence, in both the services we provide our patients and the support we give our staff. And that's why we need you. We're looking for qualified Nurses to join our team.



Whether you like high-octane thrills or you're interested in history and the arts, if you want to entertain the family, or simply want to relax and enjoy quiet, unspoilt countryside, come and visit Bedford and north Bedfordshire.

The county town of Bedford is in one of England's smallest counties, flanked east and west by tourist hotspots like Oxford and Cambridge and just a 35 minute train journey from central London.

Renowned as having one of the finest riverside settings in the country, enjoy panoramic views of the River Great Ouse from the restored Castle Mound; all that remains of Bedford castle, which was destroyed in the siege of 1224.

Bedford Borough is a vibrant area to live in with an abundance of leisure opportunities for residents and visitors. We pride ourselves on offering a fantastic programme of cultural events throughout the year, and providing a wide range of affordable health opportunities, through our quality parks, award winning leisure centers' and sports development work

The nearby town of Milton Keynes has a large shopping mall and is a short bus or train ride away.

Road and transport links are fantastic from Bedford to the whole of the UK and Europe.



Luton airport is only 30 minutes by car or direct by train, other airports nearby are Stanstead, Birmingham, Heathrow and Gatwick, all within 1hour and 30 minutes by train or car.

Ferries are also popular as Dover is 2hours and 30 minutes by car.

We have listed a few things to do in and around Bedford on the opposite page for you and your family and there are lots more to see and do.



If you are interested do not hesitate to contact us in one of the following emails:
Jim Brown: jim@gmexpos.com
Shora McMahon: evolutiondesigns@sky.com
Visit us online:

Or on our facebook page or Twitter
Or come to one of our sessions, interviews one of the cities closest to you: Porto, Coimbra and Lisbon