



Stockholm Västra
Inner Wheel Club
Sverige



Världspresident
Kay Morland

Månadsbrev nr 3, september 2025

President: Marie-Louise Thorsén-Lind
Sekreterare: Eva-Kristina Portén

Nästa sammankomst: Onsdag den 1 oktober 2025 kl **16.45**
Vi börjar lite tidigare med information och äter därefter.
Odd Fellow-huset Västra Trädgårdsgatan 11 A.
Kom gärna tidigare och umgås med klubbmedlemmarna.

Program: Sirkka Liisa Dyrssén från Pro Age Nordic kommer att berätta om hur vi ska hålla oss vackra när vi åldras.

Anmälan: Anmäl närvaro och gärna gäster **senast kl 15.00 fredag 26 september** till vår klubbmästare Eva Nilsson
073-645 25 77 eller med e-post **hittaeva@gmail.com**
Meddela eventuella allergier.

Om du är anmäld och får förhinder avboka då senast måndag 29 september kl.15.00 för att slippa betala maten.

Maten kostar 260 kr och betalas på plats liksom övrig dryck om man vill ha något annat än vatten till maten.

Årsavgift: Här kommer en påminnelse om du glömt att betala **årsavgiften** som är **600 kr** för verksamhetsåret 2025-2026.
Betala in på klubbens konto **PG 55 54 59 -7**. Notera namn så vi vet vem betalningen gäller.

Höstens möten: Onsdag 5 november 13.00 Boktips från välkänd bibliotekarie.
Onsdag 3 december 13.00 Julfest

Du kan alltid hitta månadsinbjudan på klubbens hemsida. Tryck på blå knapp "Senaste månadsbrevet" under bilden på presidenten.

Här kommer du direkt till klubbens hemsida.

<https://www.innerwheel.se/distriktklubbar/distrikt/klubb?clubId=17574>

Klubben har en e-post adress iiw.stockholmvastra@gmail.com

Nästa möte i Ekeröklubben är onsdagen 15 oktober kl 18.30. Mannekänguppvisning, butik O´Sofina, Nockeby torg. Anmälan till Birgitta Liljeström 073-638 94 37 (SMS) senast 13/10.

Nästa möte i Distriktet är Distriktsårsmötet lördag 12 oktober. Nyköping-Oxelösund kretsen ansvarar.

Vi har en ny världspresident från Australien, Kay Morland. Hennes tema är Step up & Lead by Example. Läs mer om henne på hemsidan. Hon uppmanar alla medlemmar att gemensamt manifesteras den 25 november för att motverka våld mot kvinnor och barn i uppropet Orange the World 2025. Vad kan vi göra i klubben?

Kort referat från månadsmötet och årsmötet 3 september

Past president Cecilia Westman hälsade föredragshållaren och alla medlemmar välkomna och tände IW-ljuset för Vänskap, Hjälpssamhet och Internationell Förståelse. Hon tände också ett ljus för vår medlem Ingrid Glück som avled 2 juni. Vi mindes henne med en tyst minut.

Därefter började vi med årsmötet där vi bland annat diskuterade en motion angående narkotikasökhundarna. Motionen har ni alla fått tidigare per mail. Vi hade att ta ställning till att avsluta stödet eller fortsätta stödja projektet. Alla närvarande (20 medlemmar) svarade nej till motionen och ville fortsätta med projektet.

Efter årsmötet var det vår föredragshållare sjukgymnast Margaretha Mellners tur. Hon var med att starta Friskis och Svettis tillsammans med Johan Holmsäter 1978. Bägge var involverade i företagshälsovård och rehabilitering och insåg vikten av träning för att skapa största möjliga hälsa. På den tiden hade kvinnorna husmorsgymnastik och männen löpning och bollsporter. Det fanns ingen gemensam träning för både män och kvinnor. Tack vare att de hade goda kontakter på företag fick de låna lokaler och erbjöd personalen fri träning tillsammans. Det blev ofta gratis reklam genom företag, resor och tidningar. Även om de hade en kämpig början gav de aldrig upp. Friskis & Svettis är idag Sveriges största idrottsförening med mer än en halv miljon medlemmar på mer än 110 orter i Sverige samt i nio länder i Europa.

Slutligen fick vi uppmaningen att röra oss varje dag t ex gå med stavar, träna balans, styrka och koordination. Träna i grupp ger också hälsoeffekter tack vare de sociala kontakter man får. Vår föredragshållare avtackades med en ros efter ett mycket trevligt föredrag.

Eva-Kristina Portén/sekreterare

Efter årsmötet har vi i styrelsen ringt runt till de medlemmar som inte var med på årsmötet för att få veta hur de ställer sig till vårt projekt med hundarna.

34 har svarat NEJ till motionen och vill att vi fortsätter med projektet.

3 har svarat JA till motionen och vill inte att projektet fortsätter.

4 personer har vi inte kunnat nå av olika orsaker.

Varmt välkomna till månadsmöte onsdag 1 oktober 2025 kl.16.45