



1 (2)

Skapat av Valberedningen	Datum 2024-03-24	
Dokumenttitel <b>Förslag till styrelse, valberedning och revisorer</b>		

## Förslag till ordförande

Nyval på 1 år - Frida Nordenfors

## Förslag till ledamöter

Kvarstår valda sen tidigare:

Ledamot - Ingrid Tillman vald 1 år

Ledamot - Ulrika Bäckström vald 1 år

Förslag Ledamot Omval 2 år - Pjalena Wihlborg

Förslag Ledamot Omval 1 år - Marit Kindahl

Förslag Ledamot Nyval 2 år - Malin Bergner (tidigare suppleant)

Förslag Ledamot Nyval 2 år - Michael Sahlin

Förslag Suppleant Nyval 1 år - Johanna Nyberg

Förslag Suppleant Nyval 1 år - Catharina Bendek

## Presentation Michael Sahlin

*Medlem i Friskis sedan 2016, tränar framför allt spinning, coreflex och har egentid på gymmet. Arbetar som receptionsvärd på torget, började under hösten. Cyklar MTB under sommaren och kör alpint och längd på vintern. Har kört Vasaloppet på cykel ett flera gånger och i år vågade jag mig på Stafettvasan på längdskidor. Jag är 67 år och sedan 2 år tillbaka pensionär, säger hellre senior. Har under min yrkesverksamma tid arbetat med utveckling både av produkter och verksamhet. Har varit aktiv inom skidvärlden under många år både i klubbverksamhet och inom förbundet, var bla ordförande för Gästriklands skidförbund under många år. Är nyligen sambo och håller på att flytta mitt bohag. Har två söner sedan tidigare. Jag vill aktivt bidra till styrelsen med mina tidigare erfarenheter, både från de idrottsliga men även från min tid som verksamhetsutvecklare för att ytterligare förbättra vår verksamhet.*

### **Presentation Johanna Nyberg**

*Jag heter Johanna Nyberg och bor i Gävle. Då jag tog min examen i Friskvård på Högskolan fick jag kontakt med Friskis och Svettis, och samlades därefter tillsammans med andra för att titta på möjligheterna att starta Friskis i Gävle. Det är ett tag sedan! Tränar själv på Friskis och har gjort det både i Gävle och i andra städer. Friskis verksamhet och värdegrund är något jag gillar; även den utveckling som skett genom åren. Själv har jag bl.a. en spec. utbildning i Bildterapi från Umeå universitet samt legitimation som psykoterapeut. Som leg. psykoterapeut har jag arbetat bl.a. i privat företag specialiserat på beroendefrågor och riktat till arbetslivet. Parallellt har jag haft uppdrag som handledare och utbildare i instrument för utredning och diagnosticering. Sedan något år är jag värd på Torget vilket nu är möjligt för mig då jag har tagit ut pension och ser mig som senior. Har styrelseuppdrag som ledamot i S:t Lukas Gävleborg. Med min bakgrund och erfarenhet hoppas jag kunna bidra till Friskis verksamhet.*

### **Presentation Catharina Bendek**

*Jag heter Catharina och bor i Tolvfors, Gävle.*

*Min resa hos Friskis började någon gång på slutet av 90-talet. Jag har alltid känt mig välkommen till Friskis och tycker att föreningen erbjuder ett bra utbud av olika träningsformer. Friskis är också väldigt inkluderande för alla människor och det är något som jag är stolt över när jag representerar föreningen. Alla är välkomna! Jag mår så bra varje gång jag kliver in i Friskis lokaler och möts av glada hejarop både från ledare, personal och värdar.*

*Till vardags arbetar jag som specialpedagog inom den Centrala elevhälsan, Gävle kommun. Jag har också erfarenhet att arbeta inom resebranschen då som både reseledare och kabinpersonal inom flyget. Mitt uppdrag som specialpedagog är otroligt givande, utmanande och spännande. Jag arbetar mycket med handledning och i handledningen arbeta för ökad förståelse för olika människor fungerande samt att skapa ett inkluderande arbetssätt.*

*År 2007 flyttade vi till Tolvfors bostadsrättsförening och jag har ingått i föreningens styrelse sedan dess. Åren 2021-2023 var jag även föreningens ordförande. Ordförandeskapet samt åren som styrelsemedlem har givit mig god kunskap och erfarenhet om hur en förening fungerar. Jag vill vara en del av Friskisstyrelsen då jag tror att min erfarenhet och yrkesutbildning samt erfarenhet av tidigare styrelsearbete kan bidra. Jag är nyfiken och driven och tycker att det är oerhört spännande att arbeta mot uppsatta mål och bedriva vidareutveckling.*

### **Förslag till valberedning**

Valberedningen föreslår att nuvarande valberedning väljs om:

Fredrik Hegrelius, sammankallande

Mats Näslund

Kerstin Nyegårdh

Caroline Larsson

Hanna Romin

### **Förslag till revisor och revisorssuppleant**

Karin Bäckström föreslås för omval perioden 2024 som revisor.

Thomas Holmgren föreslås för omval perioden 2024 som revisorssuppleant.