

# Valberedningens förslag till styrelse i Friskis&Svettis Stockholm 2023-2024



## OMVAL 1 ÅR



### **Andreas Strömberg, ordförande och motionär**

Är till vardags head of public affairs på IKEM - Innovations- och kemiindustrierna. Gillar Friskis för att det finns något för alla!

#### **Vad är du mest stolt över från 2022?**

Återigen är det, utan tvekan, föreningens alla medarbetare och funktionärer. Med gemensamma krafter har vi lyckats med stordåd trots svåra förutsättningar i omvärlden.

### **Kajsa Värna, ledamot och ledare för Jympa och Multifys**

Är till vardags chef för Verksamhetsstöd vid fackförbundet Vision. Gillar Friskis för glädjen, tillgängligheten och öppenheten. Och för träningsvärken!

#### **Vad är du mest stolt över från 2022?**

Att föreningen äntligen är på rätt väg tillbaka till ett normalläge efter pandemin. Vi har under året äntligen kunnat vara framåtblickande igen. Vägen åter har ställt krav på organisationens alla delar och inte kommit utan stora ansträngningar och, ibland, svåra beslut.



## OMVAL 2 ÅR



### **Pia Ahlgren, ledamot och motionär**

Är till vardags chef för BRM (Business Relationship Management) på IT på Tyréns. Gillar Friskis för att alla är välkomna och kan känna sig hemma, men också för att vårt utbud är så stort och varierat.

#### **Vad är du mest stolt över från 2022?**

Det fantastiska arbete som bedrivits i föreningen under 2022, av anställda och funktionärer trots tuffa förutsättningar, (postcorona, Rysslands invasion i Ukraina, energikris) som gör att fler börjar hitta tillbaka till oss. Samt att vi växer på ungdomssidan, vilket är glädjande med tanke på alla rapporter om ungdomars mående och stillasittande.



## FÖLJANDE HAR 1 ÅR KVAR



### **Tara Wahab, ledamot, tränare och utbildad ledare för Cirkelfys och Plaza**

Är till vardags sakkunnig på Arbetsmiljöverket. Gillar Friskis för det breda träningsutbudet vi erbjuder och att alla är välkomna, vårt samhällsengagemang och vårt inkluderande sätt som gör oss unika.

#### **Vad är du mest stolt över från 2022?**

Jag är stolt över alla våra anställda och funktionärer, för den högkvalitativa träning som vi erbjuder och för vårt samhällsengagemang.

### **Anette Wagler, vice ordförande och motionär**

Är till vardags VD för en varumärkes- och innovationsbyrå. Gillar Friskis för att det är en fristad för egentid och en plats för gemenskap.

#### **Vad är du mest stolt över från 2022?**

Kanske var 2022 tuffare än pandemiåren, då vi tillsammans med verksamheten fick ta hand om alla ekonomiska efterspel och en än mer orolig omvärld, som dessutom toppades av ett tufft samhällsekoniskt läge. Men vi fortsatte ställa om, justera och optimera det som fungerade bra. Jag är så stolt över vår förening som så enträget och envetet kämpat vidare för att sticka ut som den samhällsaktör vi vill vara, och där vi fortsatt kan erbjuda en plats att hämta energi ifrån. I dessa tider behövs Friskis mer än någonsin!



## NYVAL 2 ÅR



### Karin Hagman

Jag arbetar som VD för Suntarbetsliv, en partsägd organisation som arbetar för friskare arbetsplatser inom välfärdssektorn. Innan dess har jag en lång bakgrund som kommunikationschef i organisationsvärlden och kommer senast från en tjänst som VD för Systembolagets dotterbolag IQ-initiativet.

Det jag tycker är så fint med Friskis är den gemensamma rörelseglädjen och att finnas där för alla. Det är självklart att träning handlar om gemenskap, lust och energi och inte är baserat på prestation i första hand. För mig har rörelseglädje funnits med sedan barnsben och jag har utövat en mängd olika träningsformer genom livet, som ridning, gymträning, dans och löpning. Självklart har Friskis också funnits med genom åren och idag är jag väldigt glad att se mina tonårssöner träna på Friskis flera dagar i veckan. Att se deras träningsglädje och att de får en fin gemenskap på Friskis genom träningen är fantastiskt.

Möjligheten att få vara med och utveckla och förvalta en av våra viktigaste folkrörelser känns mycket motiverande. Jag vill självklart bidra med mina erfarenheter för att fortsätta utvecklingen i en positiv anda som gynnar medlemmarna.

### Thomas Bengtson

Det började för över 25 år sedan - mitt medlemskap i Friskis&Svettis. Friskis blev en naturlig fortsättning på det aktiva livet i de fotbolls- och ishockey-gemenskaper som jag hade varit en del av sen jag började skolan på 1960-talet. Friskis har betytt så mycket mer än bara träning för mig. Jag lämnar alltid en Friskislokal och träningen med ett leende och harmoni i kroppen. Personalen i receptionen, ledarna, träningskompisarna och musiken - allt bidrar.

Hösten 2017 gick jag på egen begäran i pension från min arbetsplats, banken SEB. Efter 36 år lämnade jag ett mycket spännande, otroligt varierat och rikt arbetsliv bakom mig. Jag har erfarenhet både som chef och projektledare och även som ansvarig specialist inom internationell finansiering och investerrelationer. Jag har också arbetat som ansvarig för lön och belöningsfrågor samt för ledarutbildning. Mina kollegor brukade beskriva mig som social, handlingskraftig och ansvarstagande. Sedan jag gick i pension ägnar jag mig åt studier och åt att skriva. Sedan några år tillbaka går jag även kurser i improvisationsteater - den bästa utbildning i personlig utveckling jag någonsin deltagit i. Besöken på Friskis är så gott som dagliga. Jag anser att Friskis starka värdegrund och varumärke utgör fundamentet för fortsatt framgång. Det skulle vara spännande att få bidra till att utveckla Friskis idé, att erbjuda lustfylld och lättillgänglig träning av hög kvalitet för alla, inte minst med målet att locka de som ännu inte prövat på Friskis breda utbud av aktiviteter.



### Meron Abraham

Är till vardags insamlingschef för en barnrättsorganisation. Gillar Friskis för främjandet av en aktiv livsstil genom god träning i en dynamisk miljö för alla.

För mig är Friskis en plats för alla - vilket är viktigt för mig med tanke på mitt stora engagemang och intresse för mångfald och jämlik hälsa. Endast 2 av 10 unga når upp till 60 minuter fysisk aktivitet om dagen, en siffra jag vill vara delaktig i att förändra.

Som yrkesperson har jag suttit i flertalet styrelser och arbetat med förändringsledning inom bank och finans, ideell sektor samt vård och omsorg. Fritiden spenderar jag helst i naturen eller i köket tillsammans med nära och kära.

# Valberedningens förslag till Revisorer i Friskis&Svettis Stockholm 2023-2024



## OMVAL 1 ÅR



**Stefan Norell,**  
auktoriserad revisor,  
omval för ett år som  
ordinarie revisor



**Micael Schultze,**  
auktoriserad revisor,  
omval för ett år som  
revisorssuppleant



### **Thérèse Fleetwood, omval för ett år som verksamhetsrevisor**

Jag jobbar till vardags som trygghetsamordnare på ett fastighetsföretag och har en bakgrund bland annat som kriminolog och polis.

Har varit funktionär inom Friskis&Svettis i drygt 15 år. Leder just nu Jympa, Spinning och Skivstång samt är fadder till nya ledare och Friskiscoach. För mig är Friskis en samlingsplats för människor från alla delar av samhället där alla är välkomna precis som de är - lustfyllt och kravlöst på deras egna villkor.

Jag fortsätter gärna bidra till Friskis på alla sätt jag kan och rollen som verksamhetsrevisor är både spännande och utmanande. Det kommande året kommer fortsatt ställa höga krav på föreningen utifrån den ekonomiska situation vi befinner oss i men även kring att åter- och nyrekrytera medlemmar och vi behöver vara kloka, modiga och kvicktänkta.

På fritiden spenderar jag gärna tid med nära och kära, seglar eller tittar på en spännande dokumentär.