



**Sigtuna-Arlanda IWC**  
**Distrikt 235**  
**Sverige**

Årets motto: "Together we can"

### **Månadsbrev nr 5 2019**

**Kallelse**            **Månadsmöte den 14 november 2019 kl. 13.00 på Hotell Kristina**  
**Observera att det är ett lunchmöte mellan 13.00 – ca 15.30**

**Program**            Arja Costelius från butiken Knocks på Stora Gatan kommer för att berätta om sitt intresse för stickning. Dessutom får vi besök av Distriktspresident Marléne Wahlqvist, Distriktssekreterare vår egen Eva Ravnell och Rådssekreterare Rose-Marie Wahlgren. På månadsmötet kommer vi att ha försäljning av Rosenkort, IW-nålar och Bokmärken. Ta gärna med kontanter till detta. Annars fungerar det bra med Swish.

**Anmälan**            Vi har haft en del problem med att alltför många inte avanmäler sig och sen inte kommer, så vi fortsätter med att **ALLA måste anmäla sig respektive avanmäla sig, senast söndagen den 10 november till Margaretha Nordgren på mail: anno1700@gmail.com** Vänligen avvakta besked att din anmälan/avanmälan mottagits! Kostnaden är 270 kr för både medlemmar och gäster. Klubbens bg är 224–7500.

### **Kommande möten:**

12/12            Julfest i Sockenstugan

### **Kort rapport från Distriktsårsmötet 2019-10-19:**

Från vår klubb åkte Monika Laewen, Käthe Sivander, Atiye Aksoy, Anne-Marie Gullman och Christina Willig (för distriktets räkning). Fullständigt protokoll bifogas. Det var ett trevligt och inspirerande möte och årsmötet klubbades igenom utan konstigheter. Värt att nämnas är noteringar under § 19 i protokollet där vår egen Gertrud Anderberg nämns:

*§ 19 Distrikt 235:s hjälpprojekt är internationellt: Garissa, nationellt: Narkotikasökhundar samt IW Doktorn och Silviasysterprojektet. Totalt har distrikt 235 samlat in 123 985 kr, 12% av totalt 1 013 568 kr för hela landet.*

*Gunilla Thorstensson, Enköping IWC, tidigare ansvarig för Silviasysterstipendiet, gav oss lite bakgrund till hur det hela startade. 2009 lade Birgitta Gedda, Kungshamn-Lysekil-Munkedal, ett förslag och lite senare skänkte Gertrud Anderberg, Uppsala, en akvarell med en rosa ros till Inner Wheel att fritt använda. Idéerna slogs samman och avkastningen från rosenkortet går idag till utbildning i demensvård vid Stiftelsen Silviahemmet och Sophiahemmets högskola. Inner Wheel delar varje år ut två stipendier per år om 10 000 kr vardera. Den 1 augusti får en Silviasyster (undersköterska) stipendium och i november går det till en Silviasjuksköterska. Information om Stipendiet står att finna på högskolans hemsida. Man kan inte söka stipendiet utan det är lärarna på högskolan som lämnar förslag på stipendiat. De som mottagit ett stipendium väntas kunna komma ut till våra klubbar och informera.*

Nina Svanberg  
sekreterare i Sigtuna Arlanda IWC

**Bilaga:** Protokoll från Distriktsårsmötet

## Sammandrag från Månadsmöte 10 oktober 2019

Torsdag den 10 oktober samlades 34 medlemmar, 3 gäster samt 1 föredragshållare i Lions lokal på Strandvägen i Sigtuna. Våldigt roligt att så många kunde komma! Tyckte både medlemmar och styrelse.

I lokalen lagade några av Lionsmedlemmarna (3 män och 1 kvinna) lax med gorgonzolafyllning, sherrysås, pressad potatis, sallad samt kladdkaka med vispgräddade åt oss, och till dryck fanns ett rikligt varierat utbud att välja på. Stämningen blev snabbt på topp!

Kvällens föredragshållare var Sigtunabon Nina Buchaus, tidigare flygvärdinna som efter ett avgångsvederlag sadlade om och utbildade sig i retorik, sedan tio år verksam i det egna företaget Crevi retorik.

Retorik betyder "konsten att tala väl", men ändå kan det ju bli fel – som när Nina köpte sin första kontorsinventarie och kassörskan bad om företagets namn. Inte blev det "Crevi retorik" på kvittot, men väl "Crevi Rätt och Rik"...

Under igenkänning fick vi sedan en guidning i hur vi kvinnor oftast gör när vi vill bli sedda och lyssnade på – och hur vi avsevärt kan förbättra den framgångsfaktorn. Här kommer en snabbrepetition:

**\* Stå helst, och stå brett med benen (tänk att du är en militär, eller man i största allmänhet). Även om du sitter, ha benen brett isär, inte korslagda.**

**\* Skruva på din egen volym. Gör dig intressant!**

**\* Inkludera lyssnarna, sök hela tiden ögonkontakt med alla, så ingen blir osynliggjord.**

**\* Ha ett öppet kroppsspråk. Dvs ha armarna framtäckta från armbågen och handflatorna vända upp mot taket.**

**\* Gör tvärtom när du behöver vara auktoritär: Samma armposition men med handflatorna vända nedåt.**

**\* Undvik retoriska "ticks" som att du till exempel alltid säger "Eeh", "Alltså" etc, när du inleder en mening.**

**\* Bromsa dig själv, gör en paus då och då i ditt pratande genom att stänga munnen. Dvs släpp fram andra.**

Nina Buchaus skänkte kvällens symboliska arvode till Väntjänsten i Sigtuna och vår president Monika tackade alla från Lions för en så trevlig kväll.

Ninas bok *Konsten att bli karismatisk* finns att köpa i bokhandeln.

*Sammanfattat av Margareta Nordgren, Klubbmästare*

