



BORÅS-SJUHÄRAD IWC D236  
International Inner Wheel  
Sweden

Månadsbrev 10  
2026-03-12  
President Eva Alkmark  
Sekreterare Ingrid Krafft

**Världspresident:** Kay Morland.

**Årets motto:** Step Up & Lead by Example.

**Kallelse:** Hjärtligt välkomna till månadsmöte den 9 april klockan 18.00 i Annelundsvillan.

**Program:** Birgitta Fernström kommer och underhåller oss.

**Anmälan:** Sista anmälningssdag är tisdagen den 7 april. **Anmälan** gör du till Monika Edvinsson antingen via e-post [edvinsson.monika@gmail.com](mailto:edvinsson.monika@gmail.com) eller mobil 073-326 94 16.

**Pris:** 340:-

**Information:** Idag var det Birgitta Brissman som dokumenterade kvällen, eftersom vår ordinarie sekreterare, Ingrid, var bortrest.

Vår president Eva Alkmark hälsade alla välkomna och tände vänskapens ljus.

Hälsade speciellt kvällens föreläsare Anders Selander och Rickard Svenningsson. De har en inspirationsföreläsning om vad deras företag Walk Feeling handlar om, en ny behandlingsform i Sverige. De kommer ursprungligen från Ulricehamn men verkar numera i Göteborg. Dock är man en dag i veckan även i Ulricehamn.

Walk Feeling jobbar med människors rörelsemönster. Fel rörelsemönster kan generera värk, spänningar mm. Målet är att hitta rätt och förändra rörelser för att få en bättre balans i kroppen. Genom att hitta rätt blir det som att man behandlar sig själv. Walk Feeling gör en test/analys som tar ca 20 minuter. Det kan handla om snedbelastning eller HUR man går osv. Med tanke på att en person tar flera miljoner steg per år och att varje steg då påverkar och kan skapa olika problem. Det kan vara diskbråck, frozen shoulder, stelhet eller värk.

Vi fick själva prova på några enkla rörelser och fick förklaringar på vad och hur de kan se och upptäcka det som kan skapa problem. De jobbar inte med maskiner eller tyngder, endast den egna kroppen. Man skapar ett unikt program för varje person.

Det de sysslar med är de ensamma om i Sverige och få har hört talas om dem. De har nu gått in för och besökt de flesta IW-klubbar i Västsverige. Det handlar att vi är många äldre som ofta har olika krämpor vilka de med sina metoder kan hjälpa till för att få ett bättre liv.

Som avslutning lottade de ut två presentkort på ett besök för en analys i Ulricehamn eller Göteborg. De lyckliga vinnarna var Yvonne Prahl och Birgitta Brissman. De som önskade kunde teckna sig för att komma på en analys.

Vi bjöds på dillkokt kalvkött och potatis, kaffe och en kaka.

Val till IWs internationella styrelse är nu klar och inskickad. Ingrid och Birgitta Widell har gått igenom alla kandidater och har skickat förslag från vår klubb. Ingelöf Wyndhamn från Sverige kommer nu med i styrelsen.

Nästa möte blir den 9 april och då kommer Birgitta Fernström tillbaka och underhåller oss. Lennart Rosengren har lämnat återbud men kommer eventuellt i höst.

Vårutflykten blir den 21 maj, senare än vanligt eftersom vi har Kristi Himmelsfärd veckan före. Då får vi först en visning på Fristads Plast där man gör livbojar och en del annan livräddningsutrustning. Vi återkommer om mera detaljer.

Birgitta Brissman, vice sekreterare.

Ingrid Krafft

Sekreterare.