



Stockholm Västra
Inner Wheel Club
Sverige



Världspresident
Kay Morland

Månadsbrev nr 10, april 2026

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

Nästa sammankomst: **Onsdag den 6 maj 2026 kl 12.45**
Odd Fellow-huset Västra Trädgårdsgatan 11 A.
Kom gärna tidigare och umgås med klubbmedlemmarna.
Helene Reiner har IT hjälp för de som behöver innan mötet.

Program: Professor Stephan Rössner, hälsoguru på Karolinska
Universitetssjukhuset. Programmets rubrik: Myter om mat

Anmälan: Anmäl närvaro och gärna gäster **senast kl 15.00 fredag den 1 maj** till vår klubbmästare Eva Nilsson **073-645 25 77** eller med e-post **hittaeva@gmail.com**

Om du är anmäld och får förhinder avboka då senast måndag 4 maj 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.

Kommande månadsmöte: Sommarlunch på Sjöpaviljongen, Alvik 3 juni.

Här kommer du direkt till klubbens hemsida:
<https://www.innerwheel.se/distriktklubbar/distrikt/klubb?clubId=17574>

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

Kubben har nu ett eget Swish konto: 123 174 30 53

Nyköping-Oxelösund klubben ordnar Distriktsgolfen torsdagen den 27 augusti.

Om någon mot förmodan behöver avsluta sitt medlemskap i vår Inner Wheel Club måste ni så snart som möjligt meddela sekreteraren detta.

Referat från förra månadsmötet 1 april

Vår president Marie-Louise tände vårt ljus för vänskap, hjälpsamhet, internationell förståelse och hälsade medlemmar och gäster välkomna.

Ann-Sofi Eriksson uppvaktades med en ros på födelsedagen. Efter en god middag berättade vår klubbmästare Eva Nilsson hur det kom sig att fallträningen tog henne till Japan.

Fallträning för äldre startade som ett projekt 2018 via Judoförbundet i samarbete med Högskolan Dalarna.

Alltför många äldre ramlar och måste uppsöka och belasta sjukvården i onödan. Kan man lära sig falla rätt? Man studerade judo och undersökte om man kan använda deras fallteknik. Projektet kom att kallas Judo4Balance, falltrygghet för äldre där man tränar balans, styrka och fallträning. Projektet förde Eva och hennes grupp i december till Japan för att delta i en internationell konferens på Tokai University "Fall Training for Older People through Judo". Förutom konferensen fick de besöka olika tempel, palats, te-hus och mycket mera. Mycket hände, t ex fick de vara med och träna sjuksköterske elever på Universitetet i Shizouka. Ett mycket intressant föredrag där vi fick lära oss mycket om Japan dessutom. Eva avtackades med vår ros.

Cecilia hade med sig 6 st jubileumsnallar (250 kr) från "Barnens hopp" som snabbt tog slut. Hela beloppet går till driften av Nova Dom, familjehemmet i Reni, Ukraina. De som gärna vill köpa snallarna kan kontakta Cecilia så tar hon med dem till Månadsmötet.
westmancecilia@gmail.com

Eva-Kristina
Sekreterare

Vi ses väl på månadsmötet 6 maj 12.45

Välkomna