



Stockholm – Vällingby Rotaryklubb

Veckomöte: 17 nov 2015
President: Bertil Persson
Närvarande medlemmar: 18
Gäster: 1: Jessica Bormhessel

Föredragsrubrik: EGO-föredrag
Föredragshållare: Helena Svanberg
Klubbärenden:

1. Föredragshållare och gäster hälsades välkomna.
2. Inge informerade om Styrelsemötet 4 nov. Beslutet om nya medlemmar bl a.
3. Christina fick sin Rotary-nål och välkomnades av alla medlemmar
4. Göran info om Årsmötet 24 nov. Utskick kallelse med alla underlag gjordes den 5 nov. VIKTIGT att vi blir minst 18 på mötet, för att vara beslutsföra!
Alltså kom mangrant. Om inte, maila en fullmakt till Göran, tack
5. Julkort och korrespondenskort kommer att kunna beställas vid Årsmötet.
6. Kort info från Göran och Anders, om att nya betalningsformer kommer att införas, på grund av att Slottet inte längre vill ta emot kontanter.
Från 1 dec tar Gästvärden emot betalning på plats via Mobilbank eller i nödfall pengar.
Alla medlemmar uppmanas att i förväg betala till klubbens bankgiro 235-6178.
OBS viktigt att märka betalningen med NAMN + Lunchdatum
7. OBS från den 1 dec är det också, som meddelats i tidigare veckobrev, ny lunchtid: samling 12.45, mat och föredrag 13.00-14.15
Var och en måste anmäla sig på nätet senast måndagar kl 08.59.
I nödfall per mail till goran@tuvstedt.se
eller till Görans mobil 0708-21 21 83 senast kl 08:59
Klubben (Göran) måste meddela Slottet antal lunchgäster senast måndag kl 09.00.

Föredraget:

Helena uppvuxen i två skilda världar, mamma från jordnära Småländsk miljö, pappa från Östermalm. Gav Helena ett gott självförtroende. Började tidigt ta initiativ, t ex första jobbet vid 16 års ålder. Det fick hon genom eget påstående till blomsteraffären, att hon var duktig på att binda blombuketter. Semester i USA med familjen vid 17. Höll på att råka illa ut då hon befann sig där man inte ska befinna sig. En rådig man skrämde bort grabbgänget och i efterföljande samtal med mannen, som visade sig vara pilot, erbjöds Helena au pair-jobb, och han fixade flygbiljetter till Texas. På det sättet kom Helena att bli kvar i USA. Snabbt tog Helena till sig den amerikanska matkulturen och lika snabbt gick hon upp 25 kilo. Detta blev starten till hennes intresse för träning. Helena började målmedvetet att motionera och träna och senare vid hemkomsten till Sverige hade Helena tappat de flesta av de extra kilona. Därmed också bevisat att träning ger resultat. Hemma i Stockholm fick hon jobb på Ledarna, med att bl a skriva text och klippa bilder i deras tidskrift. 10 år blev det, många konferens-events. Helena drog igång träningsaktiviteter för deltagarna. Detta växte och blev mäkta populärt, samtidigt som Helena succesivt kom till insikt om att hennes framtid skulle grunda s på motion, träning och hälsa. Slutade på Ledarna och tog jobb på Word Class, som blev E2 som blev SATS. Helena hade dock större mål, ville bli egenföretagare inom området Träning och välbefinnande.

Den 1 november 2015 öppnade således Helena sitt eget Träningspalats i Vällingby, Harmoni Gym, på Jämtlandsgatan 151 B. Alla i klubben hälsas jättevälkomna.

Vid tangentbordet
/ Göran Tuvstedt