

Valberedningens yttrande 2025

Valberedningen har under året arbetat enligt de instruktioner för valberedningsarbetet som varje år fastställs vid årsmötet. Vi har intervjuat befintliga styrelsemedlemmar för att bilda oss en egen uppfattning om hur styrelsearbetet fungerar och vi är glada att konstatera att det verkar råda en god stämning och bra arbetsmiljö i styrelsen där alla känner att de kommer väl till tals och bidrar med sina respektive kompetenser. Vi har även haft kontinuerlig avstämning med styrelseordförande och verksamhetschef för att hålla oss uppdaterade gällande föreningens situation och bilda oss en uppfattning över vilka förväntningar och behov det finns avseende kompetenser och erfarenheter för att fortsätta utvecklingen att ta Friskis in i framtiden.

För ett framgångsrikt styrelsearbete på sikt tittar vi i valberedningen alltid på helheten i styrelsen inför vårt förslag samt gör en noggrann avvägning mellan kompetens, mångfald och succession. Vi tror och hoppas att vi lyckats möta de behov som Friskis Malmö står inför med dessa personers erfarenheter, kompetenser och personligheter för ett fortsatt gott och framgångsrikt styrelsearbete i Friskis Malmö 2025.

Styrelsen har under verksamhetsåret 2024 haft följande sammansättning:

ORDFÖRANDE

vald tom

Jonas Fogelberg

årsmötet 2025

LEDAMÖTER

Sophie Nyman

till årsmötet 2025

Johanna Karlsson

till årsmötet 2025

Amalia Averkio

till årsmötet 2025

Jan Gruvstad

till årsmötet 2026

Annika Andersson

till årsmötet 2026

Stefan Malmros

till årsmötet 2026

REVISOR OCH REVISORSSUPPLEANT

Crowe

årsmötet 2025

BESKRIVNING AV PERSONERNA SOM FÖRESLÅS TILL NY- OCH OMVAL 2025

Jonas Fogelberg - OMVAL Ordförande



Första gången jag kom i kontakt med F&S hette det Ski Klubb Skåne och det var tidigt 80-tal. Sedan dess har jag varit medlem med några avbrott då jag bott utomlands. Glädjen på Friskis och att alla är välkomna är det som gör att jag trivs och idag är några av mina favoritpass Dans Fusion (världens drag – ni måste testa), Cirkel Fys, CoreFlex, skivstång och på senare tid även mer och mer Yoga. Och självklart är ju gympapassen något jag alltid återvänder till, det var ju här jag började en gång i tiden.

Viktigaste i mitt liv är min stora, varma, härliga familj. Mitt yrkesliv har präglats av olika befattningar i internationella företag med placering både i och utanför Sverige. Jag fungerar bäst i mångkulturella miljöer och när man sätter teamet före jaget. Min styrka är att leda och utveckla organisationer och människor.

Under ett par år var jag medlem i Friskis Malmö styrelse och hade förmånen att få arbeta nära legenden Lasse Twetman som byggt upp ett fantastiskt Friskis i Malmö. En spännande tid med Mats Häger som inspirerande ordförande. Jag är nu Ordförande sedan 2020 och jag leder ett härligt gäng som arbetat hårt för att ta Friskis Malmö in i framtiden.

Johanna Karlsson – OMVAL styrelseledamot



Medlem i Friskis sedan flytten till Malmö för ungefär sex år sedan och spinningledare sedan tre år. I styrelsen sedan två år. Förutom spinningen (som är det absolut roligaste vi har i grupptränings-schemat) tränar jag mest skivstång och cirkelfys. Jag tycker att träning är som bäst när den är prestigelös och i gott sällskap, och jag älskar att vara en del av en förening! Att det är medlemmarna som bestämmer och att fokus är på det som är kul och känns bra är det bästa med Friskis enligt mig.

Jag har tidigare arbetat både ideellt och professionellt inom föreningslivet på olika sätt och har lett olika typer av gruppträning i ungefär 15 år. Till min utbildning är jag beteendevetare och till vardags jobbar jag numera med arbetsmarknadsfrågor. I övrigt gillar jag mest att hänga med familj och vänner, gärna över en god middag.

Sophie Nyman – OMVAL styrelseledamot



Mitt namn är Sophie Nyman och är 43 år gammal. Jag har varit medlem i Friskis sedan 2007, i styrelsen sedan två år. Friskis för mig är gemenskap där alla får vara med. Tillgängligheten och det prestigelösa tilltalar mig och det känns som en andra familj. Jag älskar att träna hårt och intensivt och mina favoritpass är HIT- pass i gymmet, boxning, spinning, Yin Yoga och gymmet i sig själv. Jag har tränat nästan hela mitt liv och ser det som ett av de viktigaste verktygen för min återhämtning. Annan viktig återhämtning för mig är resor, familj, vänner och spiritualitet samt våra katter så klart, det ger mig lycka i livet. I grunden är jag beteendevetare och driver idag ett eget

behandlingscenter, tillsammans med min bästa vän, som heter SONA Connect. Vi behandlar missbruk av olika slag samt anhörigproblematik. Här arbetar jag som behandlingschef och terapeut. Bakom mig har jag erfarenhet av 18 års socialt arbete och älskar dynamiken i relationer och vad som sker med människor när de går från mörker till ljus genom självkänedom. Att leda människor kan vara utmanande men också väldigt givande då även jag får utvecklas vilket är en strak drivkraft hos mig. Jag ser fram emot att vara med att ta Friskis framåt och få ge tillbaka till en organisation som gett mig så mycket.

Pål Jönsson – NYVAL styrelseledamot



Mitt namn är Pål Jönsson och det är med stor glädje och entusiasm som jag kandiderar till att bli en del av styrelsen i föreningen. Jag bor på Limhamn sedan år 2000 tillsammans med min fru Marie, och vi har två vuxna söner som nu står på egna ben.

Min bakgrund är en lång och internationell resa genom näringslivet, där jag haft ledande befattningar inom globala företag såsom Baxter, Alfa Laval och Hilding Anders. Jag har även varit VD och koncernchef för miljardkoncerner som Brenderup och Wendre. Idag stöttar jag företag som vill växa, hantera förändringar eller etablera sig i Norden via mitt egna managementkonsultbolag.

Träning har blivit en viktig del av mitt välmående och Friskis & Svettis är en plats jag verkligen uppskattar. Ni hittar mig ofta på Ulf Nilssons HIT-pass på Kronprinsen och Johanneslust eller på cirkelpassen på Ön. Det är en fantastisk känsla att komma till Friskis – energin, gemenskapen och de inspirerande ledarna gör varje träningspass till en glädje.

Varför styrelsen undrar du kanske? Jag tror på att ge tillbaka. För mig känns det naturligt att engagera mig i föreningslivet och bidra med min erfarenhet. Med min bakgrund inom ledarskap, strategi och organisationsutveckling vill jag vara med och säkerställa att vi fortsätter erbjuda inspirerande träning, härlig gemenskap och en stark föreningskultur.

Jag brinner för att skapa hållbara organisationer där människor trivs och utvecklas, och jag ser styrelsearbetet som en möjlighet att kombinera min kompetens med min passion för träning och hälsa. Friskis & Svettis är en plats för alla, och jag vill med mitt styrelsearbete bidra till att göra förening till morgondagens gemensamma nämnare för människor i alla åldrar, med alla livsstilar och intressen. Tillsammans har medlemmar engagerat och förändrat sedan 1978 – en fantastisk föreningsresa som bara börjat.

Ser fram emot att ses på träningsgolvet – eller kanske på årsstämman den 9 april!