



SPF Seniorerna Gullspång-Hova månadsträff för november 2019 inleddes med att ordförande Ingrid hälsade alla välkomna och presenterade Henrik Strömberg från Lidköping, sångare i Scotts orkester, som sedan underhöll oss med musik och sång i ett varierat program med många kända örhängen. Mycket uppskattat av publiken som sjöng med av hjärtats lust.

Efter kaffet så informerade Göran & Kerstin Sandstedt om hur man förebygger fallolyckor och visade hur man enkelt kan uppnå bättre styrka och balans. Efter lite mer information, blir det trafikinformation efter veteranvetartävlingen kl 14.00 på torsdag i Mokyrkan så avslutades dagens träff med lotteridragning och inbjudan till julbordet i december.