Des nouvelles activités s'ajoutent à l'horaire au Havre d'Espérance

De nouvelles activités se sont ajoutées au programme pour les usagers du Havre d'Espérance *(76, Cardinal-Bégin Est)*. Ce activités sont ouvertes à tous et toutes, et des plages d'horaires ont été réservées pour ces activités.

- **Sport (gym)** : ***samedi matin*** de **8h à 10h**
- **Crochet et tricot** : ***samedi après-midi*** de **15h à 16h**
- **Sport-danse** : ***dimanche après-midi*** de **15h à 16h30**

1. **Sport (gymnastique en groupe)** avec animateur / animatrice. Seules consignes : portez des vêtements adaptés (espadrilles, vêtements souples), et on vous suggère d'apporter un contenant d'eau avec une serviette.
2. **Crochet et tricot** : pour tous les niveaux d'expertise (débutant à pro); il suffit d'apporter votre matériel (boules de fil et broches pour tricot et/ou crochet)
3. **Sport-danse** – animation de cours de danse en groupe. Vous pouvez arriver seul(e) ou avec un partenaire de danse.

