

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΩΝ
ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ ΓΙΑ ΙΑΝΟΥΑΡΙΟ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟ 2023**

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023 Εορτασμός Θεοφανίων Ν. ΜΑΚΡΗ. (Η δράση είχε συμπεριληφθεί στο πρόγραμμα Δεκεμβρίου)

ΚΥΡΙΑΚΗ 15 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023

Θέατρο , Κέντρου Πολιτισμού Ελληνικός Κόσμος« ΖΟΡΜΠΑΣ»
Σε σκηνοθεσία Γιάννη Κακλέα , Με τους : Γ. Στάνκογλου , Λαζαρίδου, Μαυρομάτη κ.α
Τιμή Συμμετοχής 25 € (είσοδος-μετακίνηση)

Έναρξη Εγγραφών 5/1-Λήξη 9/1

ΠΕΜΠΤΗ 19 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023

Κοπή Πρωτοχρονιάτικης Πίτας!
Δημαρχείο Κηφισιάς, Αίθουσα ΒΑΣ. ΓΚΑΤΖΟΠΟΥΛΟΣ (Διονύσου & Μυρσίνης)
Ωρα 11:00π.μ. Σας Περιμένουμε ΟΛΟΥΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ 23 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ εως κ'27 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023

ΕΝΑΡΞΗ Ιαματικής Λουτροθεραπείας στο Loutraki Thermalspa
Ημερήσια Συμμετοχή 15 € (μετακίνηση -υδροθεραπεία)
Αναχώρηση 09.30 Επιστροφή 13.30 από Λουτράκι **Έναρξη εγγραφών 16/1 Λήξη 18/1**

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 27 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023

Ημερήσια Εκδρομή Οσιος Βλάσιος-Τρίκαλα Κορινθίας-Λουτράκι. Συμμετοχή 5 €.
Έναρξη Εγγραφών 18/1 – Λήξη 19/1

ΤΡΙΤΗ 31 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2023 & ΤΕΤΑΡΤΗ 1 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2023

Διήμερη Προσκυνηματική Εκδρομή Αγ. Θεοδώρα -Βάστα-Καλαμάτα Παναγία Υπαπαντή
(δηλώσεις συμμετοχής Έγκαιρα μέχρι Πέμπτη 12/1/2022) Μετακίνηση, Διανυκτέρευση,
Πρωινό, Ημιδιατροφή 80 €. Πρόγραμμα εκδρομής στα ΚΑΠΗ

ΠΕΜΠΤΗ 16 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2023

Όλοι Μαζί Τσικνίζουμε σε Ταβέρνα στην Χασιά (δηλώσεις συμμετοχής μέχρι
Παρασκευή 20/01/2023) Πλήρες μενού 12 €. με μουσική & χορό. **ΔΩΡΕΑΝ** Μετακίνηση

ΤΕΤΑΡΤΗ 22 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2023

ΘΕΑΤΡΟ Κάτια Δανδουλάκη "ΔΙΑΛΕΞΕ ΤΟ ΘΑΝΑΤΟ ΣΟΥ"
Ρέππα-Παπαθανασίου
Παίζουν Κ. Δανδουλάκη , Κ.Καράντη Μ. Παπαχαραλάμπους κλπ. Τιμή Συμμετοχής 19 €.
(μετακίνηση-παράσταση - **Έναρξη εγγραφών 13/2 λήξη 15/2**

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 24 ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2023

Ημερήσια Εκδρομή
Αρτάκη - Μονή Φανερωμένης-Στενή Ευβοίας
.Συμμ. μελών 5 €. **Έναρξη Εγγραφών 15/2 Λήξη 17/2**

Διερεύνηση ενδιαφέροντος μελών για Τριήμερη εκδρομή

Λουτρά Πόζαρ -Καιμακτσάλαν -Αγ.Αθανάσιος -Εδεσσα -Παναγία Σουμελά
Τετάρτη-Πέμπτη-Παρασκευή 8/9/10 Μαρτίου 2023 **120 €.** **το άτομο**
Περιλαμβάνει:μετακίνηση,2 διανυκτερεύσεις 4* ξενοδοχείο στην Αριδαία σε δωμάτια
με υδρομασάζ, χαμάμ πρωινό σε μπουφέ ,φόρος διαμονής, διόδια.
Αναλυτικό πρόγραμμα στα ΚΑΠΗ.

ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

- **Ομάδα Ενδυνάμωσης Μνήμης**
 - **Γ ΚΑΠΗ** (Κηφισού & Αγραύλης)
 - Τρίτη 10.30-11.30
 - Τετάρτη 10.30-11.30
 - Πέμπτη 11.15-12.15

- **Ομάδα Χορωδίας**
 - Πέμπτη Α΄ΚΑΠΗ 12.00-13.00
 - Πέμπτη Β΄ΚΑΠΗ 11:00-12:00
 - Τετάρτη ΚΑΠΗ Ν. Ερυθραίας 12:00-13:00
 - Τετάρτη Γ΄ΚΑΠΗ 11:00-12:00

- **Ομάδα Μελέτης Αγίας Γραφής**
Γ΄ ΚΑΠΗ Τρίτη: 11:15 - 12:15
ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ Τρίτη: 10:00- 11:00

- **Ομάδα Αισθητικής και Ευεξίας** Ωρα 10:30π.μ.
ΘΑ ΒΓΕΙ ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ ΣΕ ΚΑΘΕ ΚΑΠΗ
Με την εθελόντρια καθηγήτρια αισθητικής και κοσμητολογίας ΠΑΔΑ Σουλιώτη Ε.

- **Ομάδα εκμάθησης Η/Υ**
Α΄ ΚΑΠΗ
Δευτέρα και Πέμπτη : 10:00 - 11:30
Εθελοντικά από την Διπλάρειο Σχολή

- **Ομάδα εκπαιδευτικής ψυχολογίας**
 - Ατομικές συνεδρίες ή μικρές ομάδες σε συνεννόηση με τους κοινωνικούς λειτουργούς του κάθε ΚΑΠΗ

- **Ομάδα ψυχολογίας**
ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ Τετάρτη (Ωρα: 9:30- 11:00)
Με την εθελόντρια ψυχολόγο Πρίγκου Μ.

- **Ομάδα γυμναστικής**
 - Τρίτη ΚΑΠΗ Ν. Ερυθραίας 08.30-09.30
 - Πέμπτη Γ΄ΚΑΠΗ 08.30-09.30
 - Τετάρτη Α΄ΚΑΠΗ 09.00-10.00
 - Τετάρτη Β΄ΚΑΠΗ 10.30-11.30

- **Ομάδα κινησιοθεραπείας**
Γ΄ΚΑΠΗ Τετάρτη 9.30-10.30



ΔΗΜΟΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ,
ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ
ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ 3^{ης} ΗΛΙΚΙΑΣ

Αγαπητά μέλη των ΚΑΠΗ Κηφισιάς

Ο Δήμαρχος Γεώργιος Θωμάκος, οι εργαζόμενοι στα ΚΑΠΗ και εγώ προσωπικά σας ευχόμαστε ολόψυχα να έχετε ένα χαρούμενο έτος γεμάτο ζεστασιά, αγάπη, υγεία και ευημερία. Στο παρόν έντυπο θα δείτε το πρόγραμμα με τις σταθερές δράσεις μας, που ήδη έχουν ξεκινήσει και υλοποιούνται καθώς και τις προγραμματισμένες δραστηριότητες για τους μήνες Ιανουάριο-Φεβρουάριο 2023, ένα πρόγραμμα που συνδυάζει ευεξία και ψυχαγωγία.



Ο Αντιδήμαρχος
Σταύρος Ζαπάντης

Α' Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ

Αγίας Παρασκευής 57,
Τηλέφωνο: 210 8080108
email: akapi@kifissia.gr

Γ' Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ

Κηφισού κ' Αγραύλης
Τηλέφωνο: 2108083570
email: kapi3@kifissia.gr

Β' Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ

Αγίου Τρύφωνος & Καρπάθου
Τηλέφωνο: 2106231091
email: bkapi@kifissia.gr

Κ.Α.Π.Η. ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ

Κώστα Βάρναλη 58
Τηλέφωνο: 210.8071263
email: kapinerithraias@kifissia.gr

ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ - ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2023

• ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ 2022-2023

Κέντρο Φιλίας
& Αγάπης
Κ.Α.Π.Η ΔΗΜΟΥ ΚΗΦΙΣΙΑΣ