

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΟΥ Α΄ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ / ΙΟΥΝΙΟΣ 2017

ΤΕΤΑΡΤΗ 7 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

3^η ΕΝΙΑΙΑ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΗ ΕΚΔΗΛΩΣΗ - "ΑΝΤΑΠΟΔΙΔΩ" ΕΙΣΤΕ ΟΛΟΙ ΚΑΛΕΣΜΕΝΟΙ
(ΑΙΘΡΙΟ ΔΗΜΑΡΧΕΙΟΥ ΚΗΦΙΣΙΑΣ, ΔΙΟΝΥΣΟΥ & ΜΥΡΣΙΝΗΣ)
ΩΡΑ: **19:00**

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ ΚΕΝΤΡΑ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 9 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ ΚΗΦΙΣΙΑΣ: ΗΜΕΡΑ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ - ΦΕΡΤΕ ΤΟ ΜΕΖΕ ΣΑΣ, ΓΙΟΡΤΑΖΟΥΜΕ ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ ΜΕ ΦΑΓΗΤΟ, ΠΟΤΟ, ΤΡΑΓΟΥΔΙ ΚΑΙ ΧΟΡΟ
(ΑΓ. ΤΡΥΦΩΝΟΣ & ΚΑΡΠΑΘΟΥ, ΚΗΦΙΣΙΑ)
ΩΡΑ: **10:00 Π.Μ.**

ΔΕΥΤΕΡΑ 12 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΠΕΝΑΚΗ
ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ ΚΗΦΙΣΙΑΣ (ΑΓ. ΤΡΥΦΩΝΟΣ & ΚΑΡΠΑΘΟΥ)
ΩΡΑ: **9:00 Π.Μ.** ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ
ΔΩΡΕΑΝ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ - ΕΙΣΙΤΗΡΙΟ - ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ "ΑΓΓΙΓΜΑ ΖΩΗΣ"

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ ΚΕΝΤΡΑ

ΤΕΤΑΡΤΗ 14 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

Α΄ ΚΑΠΗ: ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΕΦΤΑΣΕ, ΤΟ ΚΑΠΗ ΜΑΣ ΣΑΣ ΚΑΛΕΙ ΓΙΑ ΓΙΟΡΤΗ & ΜΟΥΣΙΚΗ, ΦΕΡΤΕ ΤΑ ΜΕΖΕΔΑΚΙΑ ΣΑΣ ΚΑΙ ΕΛΑΤΕ ΝΑ ΠΕΡΑΣΟΥΜΕ ΕΝΑ ΟΜΟΡΦΟ ΠΡΩΙΝΟ, (ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ 57)
ΩΡΑ: **10:30 Π.Μ.**

ΠΕΜΠΤΗ 15 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: ΦΕΡΤΕ ΜΕΖΕ ΚΑΙ ΧΑΡΑ, ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΞΕΚΙΝΑ
(Κ. ΒΑΡΝΑΛΗ 58, Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑ)
ΩΡΑ: **11:00 Π.Μ.**

ΤΕΤΑΡΤΗ 21 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

ΠΡΟΒΟΛΗ DVD ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΟΥ ΚΑΠΗ ΜΕ ΘΕΜΑ "ΑΠΡΟΟΠΤΑ ΤΟΥ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΟΥ"
ΕΝ ΟΨΕΙ ΤΩΝ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΩΝ ΔΙΑΚΟΠΩΝ, ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΑΤΡΟ ΚΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΟΣΧΟΒΑΚΗ, ΩΡΑ: **10:30 Π.Μ.**

ΤΕΤΑΡΤΗ 28 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΠΕΝΑΚΗ
ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ ΑΠΟ ΤΟ Γ΄ ΚΑΠΗ Ν. ΚΗΦΙΣΙΑΣ (ΑΓΡΑΥΛΗΣ & ΚΗΦΙΣΟΥ, Ν. ΚΗΦΙΣΙΑ),
ΩΡΑ: **9:00 Π.Μ.** ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΕΝΟΣ ΑΡΙΘΜΟΣ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ
ΔΩΡΕΑΝ ΜΕΤΑΚΙΝΗΣΗ - ΕΙΣΙΤΗΡΙΟ - ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΕΘΕΛΟΝΤΙΚΗ ΠΡΟΣΦΟΡΑ "ΑΓΓΙΓΜΑ ΖΩΗΣ"

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ ΚΕΝΤΡΑ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 30 ΙΟΥΝΙΟΥ 2017

ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΣΑΛΑΜΙΝΑ - ΜΟΝΗ ΦΑΝΕΡΩΜΕΝΗΣ
ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ ΚΕΝΤΡΑ
ΕΝΑΡΞΗ ΕΓΓΡΑΦΩΝ: **20/6** - ΛΗΞΗ ΕΓΓΡΑΦΩΝ **22/6**

ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

● **ΟΜΑΔΑ ΧΟΡΩΔΙΑΣ**

ΠΕΜΠΤΗ, ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ 09:00 - 10:00 Π.Μ.
ΠΕΜΠΤΗ, Γ΄ ΚΑΠΗ Ν. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 10:30 - 11:30 Π.Μ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, Α΄ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ 09:00 - 10:00 Π.Μ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ 10:30 - 11:30 Π.Μ.

● **ΟΜΑΔΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΑΠΑΣΧΟΛΗΣΗΣ**

ΤΕΤΑΡΤΗ, Α΄ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ, 9:30 - 10:30 Π.Μ.
(κ. ΑΘΗΝΑ ΞΙΑΡΧΟΥ, Καθηγήτρια Οικιακής Οικονομίας & Οικολογίας, Εθελόντρια)
ΝΕΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ - ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΒΙΤΡΩ

● **ΟΜΑΔΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ**

ΔΕΥΤΕΡΑ & ΤΕΤΑΡΤΗ, Γ΄ ΚΑΠΗ Ν. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 11:15 Π.Μ. - 12:15 Μ.Μ.
ΔΕΥΤΕΡΑ & ΤΕΤΑΡΤΗ, Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ 12:15 - 13:15 Μ.Μ.
ΤΡΙΤΗ & ΠΕΜΠΤΗ, ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ 11:15 Π.Μ. - 12:15 Μ.Μ.
ΤΡΙΤΗ 12:30 - 13:30 & ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 11:30 - 12:30, Α΄ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ

● **ΟΜΑΔΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ**

ΔΕΥΤΕΡΑ, Α΄ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ 10:00 - 11:00 Π.Μ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, Γ΄ ΚΑΠΗ Ν. ΚΗΦΙΣΙΑΣ 9:30 - 10:30 Π.Μ.
ΤΡΙΤΗ, Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ 11:30 Π.Μ. - 12:30 Μ.Μ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ 11:00 Π.Μ. - 12:00 Μ.Μ. & 12:00-13:00 Μ.Μ.

● **ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ**

ΔΕΥΤΕΡΑ, Α΄ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ 9:00 - 10:00 Π.Μ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ, 11:30-12:30 Μ.Μ.
ΤΡΙΤΗ, Γ΄ ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ, 18:30 - 20:30 Μ.Μ. (ΝΠΔΔ -Δ. ΒΙΚΕΛΑΣ)

● **ΟΜΑΔΑ ΓΙΟΓΚΑ**

ΣΑΒΒΑΤΟ, Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ 10:30 - 11:30 Π.Μ.
(κ. ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΜΑΘΙΟΥΔΑΚΗ, Γυμνάστρια, Εθελόντρια)

● **ΟΜΑΔΑ ΕΥΡΩΠΑΪΚΩΝ-ΛΑΤΙΝ ΧΟΡΩΝ**

ΔΕΥΤΕΡΑ, ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ 10:00 - 11:30 Π.Μ.
(κ. ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΠΑΠΑΔΟΝΙΚΟΛΑΚΗ, Γυμνάστρια, Εθελόντρια)

● **ΟΜΑΔΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ**

Γ΄ ΚΑΠΗ Ν. ΚΗΦΙΣΙΑΣ (ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ),
ΚΑΘΕ 1^η & 3^η ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ/ΜΗΝΑ 10:30 - 11:30 Π.Μ.
ΤΡΙΤΗ, Α΄ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ 9:30-10:30 Π.Μ.
ΤΕΤΑΡΤΗ, ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ 12:00 - 13:00 Μ.Μ.
Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ (ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΓΥΝΑΙΚΩΝ), ΚΑΘΕ 1^η & 3^η ΠΕΜΠΤΗ/ΜΗΝΑ
10:00 - 11:00 Π.Μ.

● **ΟΜΑΔΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΕΥΕΞΙΑΣ (ΜΙΑ ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ)**

Γ΄ ΚΑΠΗ Ν. ΚΗΦΙΣΙΑΣ - ΔΕΥΤΕΡΑ **12/6**, 17:00 Μ.Μ.
Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ - ΤΡΙΤΗ **13/6**, 10:00 Π.Μ.
ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ - ΤΕΤΑΡΤΗ **14/6**, 10:00 Π.Μ.
(κ. ΕΙΡΗΝΗ ΣΟΥΛΙΩΤΗ - Καθηγήτρια ΤΕΙ Αισθητικής & Κοσμετολογίας, Εθελόντρια)

● **ΟΜΑΔΑ ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΑΤΡΙΚΟΥ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ**

ΤΕΤΑΡΤΗ, Β΄ ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ 9:30 - 11:00 Π.Μ.
ΤΕΤΑΡΤΗ, ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ 11:30 Π.Μ. - 13:00 Μ.Μ.
ΠΕΜΠΤΗ, Α΄ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ 9:30 - 11:00 Π.Μ.

ΠΕΜΠΤΗ, Γ' ΚΑΠΗ Ν.ΚΗΦΙΣΙΑΣ 11:30 Π.Μ. - 13:00 Μ.Μ.

● **ΟΜΑΔΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ**

ΔΕΥΤΕΡΑ, Α' ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ 11:00 Π.Μ. - 12:00 Μ.Μ.

(κ. ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΚΟΣΜΟΠΟΥΛΟΥ, Εθελόντρια)

● **ΟΜΑΔΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ - ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

ΔΕΥΤΕΡΑ, Α' ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ 12:00 -13:00 Μ.Μ.

ΤΡΙΤΗ, Β' ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ 10:30 - 11:30 Π.Μ.

ΤΕΤΑΡΤΗ, Γ' ΚΑΠΗ Ν.ΚΗΦΙΣΙΑΣ 9:30 - 10:30 Π.Μ.

ΤΕΤΑΡΤΗ, ΚΑΠΗ Ν.ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ 10:00 Π.Μ. - 11:00 Π.Μ.

● **ΟΜΑΔΑ ΕΚΜΑΘΗΣΗΣ ΑΓΓΛΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ**

ΤΡΙΤΗ, Α' ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ 10:45 - 11:45 Π.Μ.

(κ. ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΚΑΛΟΥΤΖΗ, Καθηγήτρια Αγγλικών, Εθελόντρια)

ΤΡΙΤΗ, Β' ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ 11:30 Π.Μ. - 12:30 Μ.Μ.

(κ. ΛΙΛΗ ΧΑΤΖΗΓΕΩΡΓΙΟΥ, Καθηγήτρια Αγγλικών, Εθελόντρια)

ΔΕΥΤΕΡΑ, Γ' ΚΑΠΗ Ν.ΚΗΦΙΣΙΑΣ, 17:00-18:00Μ.Μ. ΤΜΗΜΑ ΑΡΧΑΡΙΩΝ

& 18:00 - 19:00 Μ.Μ. ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΩΝ

(κ. ΜΑΡΙΑ ΘΕΟΦΙΛΟΥ, Καθηγήτρια Αγγλικών, Εθελόντρια)

ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ - ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΑΠΕΥΘΥΝΘΕΙΤΕ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ ΚΕΝΤΡΑ

**ΟΙ ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΘΑ ΟΛΟΚΛΗΡΩΘΟΥΝ ΕΩΣ 16/6/2017
ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΣΥΝΕΝΝΟΗΣΗ ΜΕ ΤΟΥΣ ΥΠΕΥΘΥΝΟΥΣ ΤΩΝ ΟΜΑΔΩΝ
ΚΑΛΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ**

ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΙΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ-ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ, ΕΧΟΥΝ ΟΛΑ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΩΝ Κ.Α.Π.Η. ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΕΓΓΡΑΦΕΙ Ή ΑΝΑΝΕΩΣΕΙ ΤΗΝ ΕΓΓΡΑΦΗ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΤΟ ΕΤΟΣ 2017.

ΟΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΜΕΛΗ ΜΑΣ ΕΠΙΘΥΜΟΥΝ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΤΙΣ ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ (ΕΚΔΡΟΜΕΣ - ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ - ΧΟΡΕΥΤΙΚΟ)

ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΚΟΜΙΣΟΥΝ ΙΑΤΡΙΚΗ ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΠΟΥ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΙ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ

ΠΑΡΑΚΑΛΟΥΜΕ ΠΟΛΥ ΕΩΣ 16/6/2017 ΝΑ ΠΡΟΣΚΟΜΙΣΤΟΥΝ ΟΙ ΙΑΤΡΙΚΕΣ ΒΕΒΑΙΩΣΕΙΣ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΣΤΑ ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΜΠΑΝΙΑ ΚΑΙ ΕΚΔΡΟΜΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΤΟΥ ΚΑΠΗ

-ΝΕΥΡΟΛΟΓΟΣ ΙΑΤΡΟΣ, κ. ΒΑΣΙΛΗΣ ΒΑΓΕΝΑΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΤΗΣ ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΚΗΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ Γ.Ο.Ν.Κ. «ΑΓΙΟΙ ΑΝΑΡΓΥΡΟΙ» Γ' ΚΑΠΗ Ν.ΚΗΦΙΣΙΑΣ, ΤΕΤΑΡΤΗ (ΚΑΤΟΠΙΝ ΡΑΝΤΕΒΟΥ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ ΚΕΝΤΡΑ)

-ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ ΙΑΤΡΟΣ, κ. ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΠΑΠΠΑΣ

Α' ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ, ΚΑΘΕ ΤΕΤΑΡΤΗ, ΩΡΑ: 12:30 Μ.Μ. ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΕΠΙΚΑΙΡΑ ΘΕΜΑΤΑ ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΗΝ 3^η ΗΛΙΚΙΑ.

Α' Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ

Αγίας Παρασκευής 57, 14561, Κηφισιά
Τηλέφωνο: 210 8080108 - FAX: 210 8018021

email: akapi@kifissia.gr

ΩΡΑΡΙΟ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗΣ ΚΟΙΝΟΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

08:00 ΠΜ - 14:00 ΜΜ



ΔΗΜΟΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ

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

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ & ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ



ΙΟΥΝΙΟΣ / 2017

Α' Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ