

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ**  
**ΤΟΥ Β' ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ ΚΗΦΙΣΙΑΣ**  
**ΜΑΪΟΣ 2019**

**ΔΕΥΤΕΡΑ 6 ΜΑΪΟΥ 2019**

ΑΝΘΟΚΟΜΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ - ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΤΗΣ  
ΕΝΙΑΙΑΣ ΟΜΑΔΑΣ ΧΟΡΩΔΙΑΣ ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ  
ΤΩΝ ΚΑΠΗ ΩΡΑ 18:00

**9 ΜΑΪΟΥ 2019**

ΠΡΩΙΝΟΣ

ΠΕΡΙΠΑΤΟΣ ΣΤΗ ΛΙΜΝΗ ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ ΑΤΤΙΚΗΣ  
ΕΓΓΡΑΦΕΣ 02-03/05 ΤΙΜΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ 5€ ΩΡΑ  
ΑΝΑΧΩΡΗΣΗΣ 9:00

**ΤΡΙΤΗ 14 ΜΑΪΟΥ 2019**

ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑ ΜΕ ΤΗΝ κ. ΕΙΡΗΝΗ ΣΟΥΛΙΩΤΗ  
ΩΡΑ 10:30

**ΤΕΤΑΡΤΗ 15 ΜΑΪΟΥ**

**2019**

ΟΜΙΛΙΑ

ΣΤΟ Α' ΚΑΠΗ ΜΕ ΘΕΜΑ “*ΕΑΡΙΝΗ ΚΟΠΩΣΗ - ΑΛΛΕΡΓΙΕΣ*”  
ΑΠΟ ΤΗΝ ΙΑΤΡΟ κ. ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΟΣΧΟΒΑΚΗ ΩΡΑ  
11:00

**ΤΕΤΑΡΤΗ 15 ΜΑΪΟΥ**

**2019**

ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ ΣΤΟ ΘΕΑΤΡΟ ΑΥΛΑΙΑ,  
“*ΑΡΧΙΣΑΝ ΤΑ ΟΡΓΑΝΑ*” ΜΕ ΤΡΑΓΟΥΔΙ, ΘΕΑΤΡΟ, ΧΟΡΟ,  
ΜΙΜΗΣΕΙΣ κ.α.,

ΕΓΓΡΑΦΕΣ 8 – 9/5 ΤΙΜΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: 15€ ΩΡΑ  
ΑΝΑΧΩΡΗΣΗΣ 16:45 **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 17 ΜΑΪΟΥ - ΚΥΡΙΑΚΗ 19**  
**ΜΑΪΟΥ 2019** ΤΡΙΗΜΕΡΗ ΟΔΙΚΗ

ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΠΑΡΤΗ –  
ΜΥΣΤΡΑΣ - ΜΟΝΕΜΒΑΣΙΑ - ΣΠΗΛΑΙΟ ΔΙΡΟΥ -  
ΚΑΛΑΜΑΤΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ  
ΚΕΝΤΡΑ

ΩΡΑ

ΑΝΑΧΩΡΗΣΗΣ 08:00

**ΠΕΜΠΤΗ 23 ΜΑΪΟΥ**  
**2019**

ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΚΟΡΙΝΘΟ (ΕΠΙΣΚΕΨΗ  
- ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΣΤΟ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ &  
ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΧΩΡΟ) - ΛΟΥΤΡΑ ΩΡΑΙΑΣ ΕΛΕΝΗΣ

ΤΙΜΗ

ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ: 5€ (ΕΠΙΔΟΤΟΥΜΕΝΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΔΗΜΟ) ±  
8€ ΜΟΥΣΕΙΟ ΚΑΙ

ΞΕΝΑΓΗΣΗ

ΕΓΓΡΑΦΕΣ 14 - 15/5

ΩΡΑ ΑΝΑΧΩΡΗΣΗΣ

9:00

-

-

## **ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ**

- **ΟΜΑΔΑ ΑΓΓΛΙΚΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ**  
Α' ΚΑΠΗ ΠΕΜΠΤΗ, 10:00 – 11:00 (κ. ΧΡΙΣΤΙΝΑ ΚΑΛΟΥΤΖΗ,  
Εθελόντρια)  
Β' ΚΑΠΗ ΤΡΙΤΗ, 11:30 - 12:30 (κ. ΛΙΛΗ ΧΑΤΖΗΓΕΩΡΓΙΟΥ,  
Καθηγήτρια Αγγλικών, Εθελόντρια)
- **ΟΜΑΔΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑΣ (ΜΙΑ ΦΟΡΑ ΤΟ ΜΗΝΑ)**  
Α' ΚΑΠΗ ΔΕΥΤΕΡΑ 13/05/2019 10:30  
Β' ΚΑΠΗ ΤΡΙΤΗ 14/05/ 2019 10:30  
Γ' ΚΑΠΗ ΠΕΜΠΤΗ 16/05/2019 10:30

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ ΤΕΤΑΡΤΗ 15/05/2019 10:30  
(κ. ΕΙΡΗΝΗ ΣΟΥΛΙΩΤΗ – Καθηγήτρια Τ.Ε.Ι. Αισθητικής &  
Κοσμετολογίας, Εθελόντρια)

- **ΟΜΑΔΑ ΑΣΚΗΣΕΩΝ ΜΝΗΜΗΣ ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

Γ' ΚΑΠΗ ΔΕΥΤΕΡΑ 10:30 – 11:30

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ ΤΡΙΤΗ 9:00 – 10:00

- **ΟΜΑΔΑ ΒΑΔΙΣΗΣ ΚΑΙ ΑΝΑΠΝΕΥΣΤΙΚΩΝ ΑΣΚΗΣΕΩΝ**

Γ' ΚΑΠΗ ΔΕΥΤΕΡΑ 9:00 - 10:00

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ ΤΕΤΑΡΤΗ 10:00 - 11:00

- **ΟΜΑΔΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ**

Α' ΚΑΠΗ ΠΕΜΠΤΗ 11:30 - 12:30

Β' ΚΑΠΗ ΔΕΥΤΕΡΑ 11:30 - 12:30

Γ' ΚΑΠΗ ΠΕΜΠΤΗ 9:30 - 10:30

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ ΤΕΤΑΡΤΗ 09:00-10:00 & ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ  
10:00- 11:00

- **ΟΜΑΔΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΗΣ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑΣ**

Α' ΚΑΠΗ ΤΡΙΤΗ 9:30 - 10:30

Β' ΚΑΠΗ ΔΕΥΤΕΡΑ 12:30 - 13:30

Γ' ΚΑΠΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10:00 – 11:00

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ ΠΕΜΠΤΗ 10:30 - 12:00 (κ. ΚΟΚΚΑΛΗ,  
Ψυχολόγος, Εθελόντρια)

- **ΟΜΑΔΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ**

Α' ΚΑΠΗ ΔΕΥΤΕΡΑ 11:30 – 12:30

Β' ΚΑΠΗ ΤΡΙΤΗ 10:45 – 11:45 & ΠΕΜΠΤΗ 11:00 - 12:00

Γ' ΚΑΠΗ ΤΡΙΤΗ 9:30 - 10:30

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ ΤΡΙΤΗ 10:00 - 11:00 & 11:00 - 12:00

- **ΟΜΑΔΑ ΜΕΛΕΤΗΣ ΚΕΙΜΕΝΩΝ ΑΓΙΑΣ ΓΡΑΦΗΣ**

Α' ΚΑΠΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 11:45 - 12:45

Β' ΚΑΠΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10:30 - 11:30

Γ' ΚΑΠΗ ΤΡΙΤΗ 10:30 - 11:30

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ ΤΡΙΤΗ 12:00 - 13:00

- **ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ**

Α' ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ

ΤΡΙΤΗ 11:30 - 12:30

Β' ΚΑΠΗ ΠΕΜΠΤΗ 12:00 - 13:00

Γ' ΚΑΠΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 9:00 - 10:00

- **ΟΜΑΔΑ ΧΟΡΩΔΙΑΣ**

Α' ΚΑΠΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10:30 – 11:30

Β' ΚΑΠΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 12:00 – 13:00

Γ' ΚΑΠΗ ΠΕΜΠΤΗ 10:30 – 11:30

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ ΠΕΜΠΤΗ 12:00 – 13:00

- **ΟΜΑΔΑ ΨΥΧΟΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ**

Γ' ΚΑΠΗ ΔΕΥΤΕΡΑ & ΤΕΤΑΡΤΗ 10:00 – 11:00 κ. ANNA ΜΑΡΙΑ ΚΑΝΟΥΛΑ (ΕΘΕΛΟΝΤΡΙΑ)

**ΙΑΤΡΕΙΟ ΜΝΗΜΗΣ ΝΕΥΡΟΛΟΓΟΣ ΙΑΤΡΟΣ Κ. ΒΑΣΙΛΗΣ ΒΑΓΕΝΑΣ**

\_\_\_\_\_ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΝΕΥΡΟΛΟΓΙΚΗΣ ΚΛΙΝΙΚΗΣ Γ.Ο.Ν.Κ  
«ΑΓΙΟΙ ΑΝΑΡΓΥΡΟΙ» Γ' ΚΑΠΗ (Αγραύλης & Κηφισού  
τηλ.

2108083570)

2

ΦΟΡΕΣ ΤΟ ΜΗΝΑ ΤΕΤΑΡΤΗ ΩΡΑ 14:00 (ΚΑΤΟΠΙΝ ΡΑΝΤΕΒΟΥ)

**ΠΑΘΟΛΟΓΟΙ ΙΑΤΡΟΙ**

**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙ**

**ΠΑΠΠΑΣ** Α' ΚΑΠΗ (Αγ. Παρασκευής 57) ΔΕΥΤΕΡΑ 12:30 – 13:30

**ΗΛΙΑΣ ΣΙΑΚΑΒΕΛΛΑΣ** Β' ΚΑΠΗ (Αγ. Τρύφωνος & Καρπάθου)

ΔΕΥΤΕΡΑ 14:30 – 15:30 & Γ' ΚΑΠΗ (Αγραύλης & Κηφισού) ΔΕΥΤΕΡΑ  
13:00 – 14:30 ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ ΓΙΑ ΕΠΙΚΑΙΡΑ ΘΕΜΑΤΑ

ΥΓΕΙΑΣ ΣΤΗΝ 3<sup>η</sup> ΗΛΙΚΙΑ

**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 2019.**

**ΟΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΜΕΛΗ ΜΑΣ ΕΠΙΘΥΜΟΥΝ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ  
ΣΤΙΣ ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ (ΕΚΔΡΟΜΕΣ – ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ -  
ΧΟΡΕΥΤΙΚΟ) ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΚΟΜΙΣΟΥΝ ΙΑΤΡΙΚΗ  
ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΠΟΥ ΘΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΙ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ  
ΑΠΟ 21 ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΥ 2019**

**ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ – ΕΓΓΡΑΦΕΣ –  
ΑΝΑΝΕΩΣΕΙΣ ΘΑ ΑΠΕΥΘΥΝΘΕΙΤΕ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ  
ΚΕΝΤΡΑ**

**Β' Κ.Α.Π.Η. ΑΛΩΝΙΩΝ ΚΗΦΙΣΙΑΣ**

Αγίου Τρύφωνος & Καρπάθου, 145 62 –  
Κηφισιά

**Τηλέφωνα: 210 6231091 – 210 8013820**

email: [bkapi@kifissia.gr](mailto:bkapi@kifissia.gr)

**ΩΡΑΡΙΟ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗΣ ΚΟΙΝΟΥ: ΔΕΥΤΕΡΑ  
ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 08:00 -14:00**



ΔΗΜΟΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ,  
ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ  
ΤΜΗΜΑ ΠΟΛΙΤΙΚΩΝ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ 3<sup>ης</sup> ΗΛΙΚΙΑΣ

**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ  
&  
ΣΤΑΘΕΡΕΣ**

**ΔΡΑΣΕΙΣ**



---

ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΣ-ΑΝΟΙΞΗ

**ΜΑΪΟΣ 2019**  
**Β' Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ**





