

**2° ΣΥΜΜΕΤΟΧΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ ΤΩΝ
ΚΕΝΤΡΩΝ ΦΙΛΙΑΣ ΚΑΙ ΑΓΑΠΗΣ (ΚΑΠΗ) ΚΗΦΙΣΙΑΣ
ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ 2023**

ΤΡΙΤΗ 9 ΜΑΪΟΥ 2023

6^η Ανθοκομική Έκθεση: Αφιέρωμα σε τραγούδια σταθμούς στην Ελληνική Μουσική ως ιστορική αναδρομή από τη Χορωδία των ΚΑΠΗ Κηφισιάς

Ώρα εκδήλωσης: 20:00

ΠΕΜΠΤΗ 11 ΜΑΪΟΥ 2023

Ημερήσια εκδρομή στο νησί της Τζιάς (Κέα)

Τιμή συμμετοχής: 25 € (5 € πούλμαν - 20 € ακτοπλοϊκά εισιτήρια)

Έναρξη-λήξη εγγραφών: 05-08 Μαΐου

ΚΥΡΙΑΚΗ 14 ΜΑΪΟΥ 2023

Παρακολούθηση της παράστασης «Ραντεβού με τον Τάκη Ζαχαράτο»

Στο θέατρο ΠΑΛΛΑΣ.

Τιμή συμμετοχής: 27 € (22 € θέατρο - 5 € πούλμαν)

Έναρξη-λήξη εγγραφών: 03-04 Μαΐου

ΤΕΤΑΡΤΗ 24 ΜΑΪΟΥ 2023

Πρωινός περίπατος στη Μαρίνα Φλοίσβου

Τιμή συμμετοχής: δωρεάν

Έναρξη-λήξη εγγραφών: 17-18 Μαΐου

ΤΕΤΑΡΤΗ 30 ΜΑΪΟΥ - 1 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023

Τριήμερη εκδρομή στα Κύθηρα- Νεάπολη- Ελαφόνησο

Έναρξη-λήξη εγγραφών 15 - 16 Μαΐου

Θα βγει ανακοίνωση

ΠΕΜΠΤΗ 8 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023

Ημερήσια εκδρομή στο Σούνιο (Ναό Ποσειδώνα) - Λαύριο

Τιμή συμμετοχής: δωρεάν

Έναρξη-λήξη εγγραφών 30-31 Μαΐου

ΠΕΜΠΤΗ 22 ΙΟΥΝΙΟΥ 2023

6^η Ενιαία Καλοκαιρινή Γιορτή των ΚΑΠΗ με μουσικοθεατρικά δρώμενα

από τις ομάδες των κέντρων στον υπαίθριο χώρο του Δημαρχείου,

(Διονύσου κ' Μυρσίνης) Ώρα εκδήλωσης: 20:30

ΔΕΥΤΕΡΑ 26 ΙΟΥΝΙΟΥ- 14 ΙΟΥΛΙΟΥ 2023

Θαλάσσια μπάνια

Τιμή συμμετοχής: δωρεάν, έναρξη-λήξη εγγραφών 06/06 ως 16/06

ΣΕΙΡΑ ΟΜΙΛΙΩΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΨΥΧΟΛΟΓΟ Κ.ΜΥΡΣΑΛΙΩΤΟΥ ΦΛΩΡΑ

ΘΕΜΑΤΑ: ΜΑΪΟΣ: Καταργώ τη Μοναξιά στην Γ' Ηλικία & σε κάθε ηλικία -

Εναλλακτικοί Τρόποι Κοινωνικοποίησης με άτομα κάθε ηλικίας»

ΙΟΥΝΙΟΣ: «Βελτίωση Οικογενειακών Σχέσεων στη Γ' Ηλικία

«Πατέρας/Παππούς - Μάνα/Γιαγιά »

Α' ΚΑΠΗ: 11/5 11.00 π.μ. και 24/05 10.00π.μ. και 01/06 13.00 π.μ.

Β' ΚΑΠΗ: 08/05 12.00 μ. και 15/05 12.30 μ.μ. και 16/06

Γ' ΚΑΠΗ: 09/05 11.00π.μ. και 25/05 10.30π.μ. και 15/06 10.30π.μ.

Ν.ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: 19/05 11.00π.μ. και 26/05 11.00π.μ. και 12/06 11.30π.μ.

ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

Ομάδα Ενδυνάμωσης Μνήμης

Γ' ΚΑΠΗ (Από την εργοθεραπεύτρια)

Τρίτη 10.30-12.30- (ομάδες από Γ' ΚΑΠΗ και Ν.Ερυθραίας)

Β ΚΑΠΗ (Από την επισκέπτρια υγείας)

Τετάρτη 11:45 - 12:45

□ **Ομάδα Χορωδίας** (Από τον μαέστρο Κ. Στεφάνου)

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 Αισθητικής και Ευεξίας** (Από την καθηγήτρια Ε. Σουλιώτη).

Α ΚΑΠΗ: 10/05 10.00-11.00

Β ΚΑΠΗ: 09/05 10.00-11.00

Γ ΚΑΠΗ: 08/05 10.30-11.30

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: 11/05 10.30-11.30

□ **Ομάδα εκπαιδευτικής ψυχολογίας**

Ατομικές συνεδρίες ή μικρές ομάδες κατόπιν ραντεβού με τους κοινωνικούς λειτουργούς του κάθε ΚΑΠΗ

□ **Ομάδα Γυμναστικής** (Από γυμναστές Ζηρινείου)

□ Τρίτη ΚΑΠΗ Ν. Ερυθραίας 08.30-09.30 & Πέμπτη 10.30-11.30

□ Τρίτη Γ' ΚΑΠΗ 12.00-13.00 & Πέμπτη 08.30-09.30

□ Τρίτη 10.30-11.30 & Τετάρτη Α' ΚΑΠΗ 09.00-10.00

□ Τετάρτη Β' ΚΑΠΗ 10.30-11.30 & Πέμπτη 12.00-13.00

□ **Ομάδα κινησιοθεραπείας** (Από τους φυσιοθεραπευτές)

Α' ΚΑΠΗ Παρασκευή 12.00-13.00

Β' ΚΑΠΗ Δευτέρα-Παρασκευή 10.00-10.45 & 11.00-11.45

Γ' ΚΑΠΗ Τετάρτη 9.30-10.30

□ **Ομάδα Εκμάθησης Μουσικών Οργάνων & Δημιουργία Μπάντας**

(Από τον μαέστρο Κ. Στεφάνου)

Τρίτη & Παρασκευή 11:00-13:00 -Βίλλα Δροσίνη

□ **Ομάδα Εικαστικών Εργαστηρίων** (Από την Ε. Χιωτάκη)

Τρίτη Β' ΚΑΠΗ 11:00-12.00

Τρίτη ΚΑΠΗ Ν. Ερυθραίας 12:30-13:30

Πέμπτη Α' ΚΑΠΗ 9.30-10.30

Πέμπτη Γ' ΚΑΠΗ 11:00-12:00

Ομάδα Θεατρικής Αγωγής Γ' ΚΑΠΗ (Από την Κ. Αυγουστάτου)

Δευτέρα & Παρασκευή 12.00-13.00

ΓΙΑ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ - ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΑΠΕΥΘΥΝΘΕΙΤΕ ΣΤΑ ΚΑΤΑ ΤΟΠΟΥΣ ΚΕΝΤΡΑ



Αγαπητά μέλη,

Με χαρά σας παρουσιάζουμε το πρόγραμμα Μάιος -Ιούνιος 2023.

Είμαστε στην ευχάριστη θέση να σας ανακοινώσουμε ότι ο Δήμος θα καλύπτει εξολοκλήρου τα έξοδα μετακίνησης σε μία ημερήσια εκδρομή ή περίπατο τον μήνα.

Επίσης με χαρά σας ανακοινώνουμε ότι η Καθηγήτρια Ψυχολογίας Φλώρα Μυρσαλιώτου θα αναπτύσσει και θα συζητάει μαζί σας, κάθε μήνα, σε κάθε Κέντρο Αγάπης και Φιλίας ξεχωριστά, για θέματα που σας ενδιαφέρουν.

Στο πρόγραμμα Μαΐου-Ιουνίου θα απολαύσουμε τον χαρισματικό Τάκη Ζαχαράτο, θα πάμε "Ταξίδι στα Κύθηρα", στην Ελαφόνησο, στην Τζια, Σούνιο-Λαύριο και στην Μαρίνα Φλοίσβου.

Τα τμήματα μας της Χορωδίας, Μπάντας, Θεατρικού, Κουκλοθέατρου και Αφήγησης Παραμυθιών, με πολύ όρεξη, κέφι και αγάπη προετοιμάζονται για την Καλοκαιρινή Γιορτή μας καθώς και για μια συναυλία στην Ανθοκομική έκθεση.

Στο τέλος Ιουνίου και αρχές Ιουλίου θα πάμε τα καλοκαιρινά μας μπάνια στην θάλασσα με τα έξοδα μετακίνησης καλυμμένα εξολοκλήρου από τον Δήμο.

Με αγάπη,

Σταύρος Ζαπάντης
Αντιδήμαρχος

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 2023

ΟΣΑ ΑΠΟ ΤΑ ΜΕΛΗ ΜΑΣ ΕΠΙΘΥΜΟΥΝ ΝΑ ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΝ ΣΤΙΣ ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ - ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ - ΧΟΡΕΥΤΙΚΟ - ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΜΠΑΝΙΑ
ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΚΟΜΙΣΟΥΝ ΙΑΤΡΙΚΗ ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΠΟΥ ΤΟΥΣ ΕΠΙΤΡΕΠΕΙ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΟΥΣ

Τηλέφωνα επικοινωνίας

Α ΚΑΠΗ: 2108080108 (e-mail: akapi@kifissia.gr)

Β ΚΑΠΗ: 2106231091- 2131301901 (email: bkapi@kifissia.gr)

Γ ΚΑΠΗ: 2108083570 (e-mail: kapi3@kifissia.gr)

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: 2106205006 (e-mail: kapierythraias@kifissia.gr)



ΔΗΜΟΣ ΚΗΦΙΣΙΑΣ

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



ΜΑΪΟΣ - ΙΟΥΝΙΟΣ 2023

• ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ -

• ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

Κέντρα Φιλίας
& Αγάπης

Κ.Α.Π.Η ΔΗΜΟΥ ΚΗΦΙΣΙΑΣ



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