

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΩΝ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ ΑΠΡΙΛΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ 2024

- **ΗΜΕΡΕΣ ΥΓΕΙΑΣ:** Μέτρηση αρτηριακής πίεσης & ενημέρωση για την ασφαλή και αποτελεσματική χρήση φαρμάκων.

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Πέμπτη 04/04, ώρες: 9:00-12:00

Β'ΚΑΠΗ Αλωνίων: Δευτέρα 15/04, ώρες: 9:00-12:00

Γ'ΚΑΠΗ: Πέμπτη 18/04, ώρες: 9:00-12:00

Α'ΚΑΠΗ: Δευτέρα 22/04, ώρες: 9:00-12:00

- **ΤΕΤΑΡΤΗ 17 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024**

Θεατρική παράσταση “ΤΟ ΜΥΣΤΙΚΟ ΤΗΣ ΚΟΝΤΕΣΑΣ ΒΑΛΕΡΑΪΝΑΣ” του Γρ. Ξενοπούλου με την Νένα Μεντή σε σκηνοθεσία, Π. Ζούλια, Θέατρο ΕΛΛΗΝΙΚΟΣ ΚΟΣΜΟΣ.

Τιμή συμμετοχής : 20€ (εισιτήριο + μεταφορικά).

Εγγραφές : 09/04 εως 10/04

- **ΠΕΜΠΤΗ 18 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024**

Ημερήσια εκδρομή στην Ευρωστίνη (Αγ. Γεώργιος)-Ρεματιά των Μύλων-Παναγιά Καταφυγώτισσας

Τιμή συμμετοχής: 5€

Εγγραφές : 11/04 εως 12/04

- **ΠΕΜΠΤΗ 25 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024**

Πρωινός περίπατος στον Ωρωπό (Αρχαιολογικό Μουσείο) για καφεδάκι & ουζάκι

Τιμή συμμετοχής: 5€

Εγγραφές : 17/04 εως 18/04

- **Μ. ΤΡΙΤΗ 30 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024 & Μ. ΤΕΤΑΡΤΗ 1 ΜΑΪΟΥ 2024**

Ανταλλαγή πασχαλινών ευχών στα κατά τόπους κέντρα

Μ. Τρίτη: Β'ΚΑΠΗ Αλωνίων & ώρα 10:00

Α'ΚΑΠΗ Κηφισιάς & ώρα 12:00

Μ. Τετάρτη: Γ'ΚΑΠΗ & ώρα 11:00

ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ & ώρα 12:00

- **ΠΕΜΠΤΗ 16 ΜΑΪΟΥ 2024**

Πρωινός περίπατος στην Ραφήνα για καφεδάκι & ουζάκι

Τιμή συμμετοχής: 5€

Εγγραφές : 24/04 εως 25/04

- **ΤΡΙΤΗ 21 ΜΑΪΟΥ εως ΠΕΜΠΤΗ 23 ΜΑΪΟΥ 2024**

3ήμερη εκδρομή Γύθειο-Αρεόπολη-Λιμένι

Η τιμή συμμετοχής θα ανακοινωθεί στα κατά τόπους κέντρα

Δήλωση ενδιαφέροντος 29/04

- **ΠΕΜΠΤΗ 30 ΜΑΪΟΥ 2024**

Ημερήσια εκδρομή Όσιο Λουκά-Αντίκυρα

Τιμή συμμετοχής: 5€

Εγγραφές : 17/05 εως 20/05

ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

- **Ομάδα Γυμναστικής**

Α'ΚΑΠΗ: Δευτέρα, 11:15-12:15, Τετάρτη 11:15-12:15

Β'ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Τετάρτη 11:30-12:30 & Παρασκευή 11:00-12:00

Γ'ΚΑΠΗ: Τρίτη 9:00-10:00 & Πέμπτη 9:00-10:00

ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Δευτέρα 12:30-13:30 & Παρασκευή 12:30-13:30

- **Ομάδα Κινησιοθεραπείας**

Α'ΚΑΠΗ: Πέμπτη, 10:00-11:00

Β'ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Δευτέρα, (Α'ομάδα) 10:00-11:00 & (Β'ομάδα) 11:00-12:00

Γ'ΚΑΠΗ: Τετάρτη 9:30-10:30

ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Δευτέρα 9:30-10:30 & Πέμπτη 9:30-10:30

- **Ομάδα Χορωδίας**

Α'ΚΑΠΗ: Πέμπτη, 12:00-13:00

Β'ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Πέμπτη 10:45-11:45

Γ'ΚΑΠΗ: Τετάρτη 11:00-12:00

ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Τετάρτη 12:00-13:00

- **Ομάδα Ενδυνάμωσης Μνήμης**

Α'ΚΑΠΗ: Τρίτη 9:00-10:00

Β'ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Τετάρτη 10:00-11:00

Γ'ΚΑΠΗ: Δευτέρα: 10:00-11:00, Τρίτη:(Α'ομάδα) 10:30-11:30-(Β'ομάδα)

11:30-12:30 & Παρασκευή 10:30-11:30

ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Τρίτη 11:00-12:00

- **Ομάδα Ψυχο-Κοινωνικής Προσέγγισης**

Α'ΚΑΠΗ: Δευτέρα 10:00-11:00

Β'ΚΑΠΗ Αλωνίων: Τρίτη 10:00-11:00

Γ'ΚΑΠΗ: Δευτέρα, 9:15-10:45

ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Τετάρτη, 10:00-11:00

- **Ομάδα Ερμηνείας της Αγίας Γραφής**

ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Τρίτη, 9:30-10:30

- **Ομάδα Εκμάθησης Μουσικών Οργάνων & Δημιουργία μπάντας** Τρίτη & Παρασκευή 11:00-13:00 στην Αίθουσα Δροσίνη

- **Ομάδα Αισθητικής Ευεξίας**

Α'ΚΑΠΗ: Δευτέρα 22/4 & ώρα 10:15

Β'ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Τρίτη 23/4 & ώρα 10:30

Γ'ΚΑΠΗ: Τετάρτη 10/4 & ώρα 10:30

ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Πέμπτη 11/4 & ώρα 10:30

Η μέρα και η ώρα για τον μήνα Μάιο θα ανακοινωθούν στα κατά τόπους κέντρα

- **Ομάδα Θεάτρου**

Κάθε Πέμπτη 12:00μ.μ. στο Γ'ΚΑΠΗ (Κηφισού & Αγραύλης)

- **Ομάδα Εικαστικών**

➤ Α'ΚΑΠΗ: Τρίτη 10:00-11:00

➤ Β'ΚΑΠΗ Αλωνίων: Τετάρτη 11:15-12:15

➤ Γ'ΚΑΠΗ: Δευτέρα, 11:00-12:00

➤ ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Παρασκευή, 11:00-12:00



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

**ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗΣ ΣΤΙΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ,
ΕΧΟΥΝ ΟΛΑ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΩΝ Κ.Α.Π.Η. ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΕΓΓΡΑΦΕΙ Ή ΑΝΑΝΕΩΣΕΙ
ΤΗΝ ΕΓΓΡΑΦΗ ΤΟΥΣ ΓΙΑ ΤΟ ΕΤΟΣ 2024**

Α΄ Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ

Αγίας Παρασκευής 57,14561, Κηφισιά
Τηλέφωνο: 210 8080108 – 210 8018021
email: akapi@kifissia.gr

Β΄ Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ

Αγίου Τρύφωνος και Καρπάθου
Τηλέφωνο: 2131301901 - 2108013920
email : bkapi@kifissia.gr

Γ΄ Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ

Κηφισού κ' Αγραύλης
Τηλ : 8083570
email: kapi3@kifissia.gr

Κ.Α.Π.Η. ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ

Κ. Βάρναλη 58
Τηλ.210.8071263-2106205006
email: kapierithraias@kifissia.gr

**ΘΑ ΘΕΛΑΜΕ ΝΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥΜΕ ΤΑ ΜΕΛΗ ΜΑΣ ΟΤΙ ΟΙ ΣΤΑΘΕΡΕΣ
ΔΡΑΣΕΙΣ ΔΕΝ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΟΥΝ ΑΠΟ 29/4 εως 10/5 ΕΝΟΨΕΙ
ΤΟΥ ΠΑΣΧΑ**

Για περισσότερες πληροφορίες - εγγραφές απευθυνθείτε στα κατά τόπους
κέντρα.

Για τα Κ.Α.Π.Η.-Οι εντεταλμένοι σύμβουλοι

Α΄ ΚΑΠΗ: Αγγελική Βαλασοπούλου

Β΄ ΚΑΠΗ: Δημήτρης Καρράς

Γ΄ ΚΑΠΗ: Χρήστος Λούμπιας

ΚΑΠΗ Νέας Ερυθραίας: Αντώνης Μπιτσάνης



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ
&
ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ
ΑΠΡΙΛΙΟΣ - ΜΑΪΟΣ 2024**

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

