

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΤΩΝ ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ-ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2025

- **ΣΑΒΒΑΤΟ 15 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ έως ΔΕΥΤΕΡΑ 17 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025**
3ήμερη εκδρομή Θεσσαλονίκη-Αγ. Παΐσιος- Σέρρες-Λίμνη Κερκίνη-Οχυρά Ρουπέλ
Είχε βγει ανακοίνωση στα κατά τόπους κέντρα από 10/10/2025. Η δράση έχει ολοκληρωθεί
- **ΤΕΤΑΡΤΗ 19 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025**
Θεατρική παράσταση “**Η Κόμισσα της Φάμπρικας**”, ένα έργο των Ασημ. Γιαλαμά & Κ. Πρετεντέρη, σε σκηνοθεσία Στ. Φασουλή, με τους Δ. Ματσούκα, Γ. Πυρπασόπουλου κ.α. Θέατρο ΕΜΠΑΣΣΥ
Τιμή συμμετοχής : 26€ (εισιτήριο 21€ + μεταφορικά 5€).
Εγγραφές : 4/11 & 5/11
- **ΟΜΙΛΙΑ ΤΟΥ ΙΑΤΡΟΥ ΚΟΥ ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ ΜΑΝΟΥΣΟΥ, ΜΕ ΘΕΜΑ:**
“ΕΠΟΧΙΑΚΕΣ ΙΩΣΕΙΣ & ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΙ”.
Α΄ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ : **Παρασκευή 21 Νοεμβρίου 2025, ώρα 10:30π.μ.**
ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: : **Παρασκευή 28 Νοεμβρίου 2025, ώρα 10:30π.μ.**
Η ΔΡΑΣΗ ΑΥΤΗ ΑΦΟΡΑ ΟΛΑ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΩΝ ΚΑΠΗ
- **ΔΕΥΤΕΡΑ 24 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025 & ΤΡΙΤΗ 25 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2025**
(Α΄ΚΑΠΗ ΚΗΦΙΣΙΑΣ & Γ΄ΚΑΠΗ) - (Β΄ΚΑΠΗ & ΚΑΠΗ Ν. ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ)
Ημερήσια εκδρομή στον ΑΓΙΟ ΙΩΑΝΝΗ ΡΩΣΣΟ
Τιμή συμμετοχής : 5€ Εγγραφές : 13/11 & 14/11
- **ΠΕΜΠΤΗ 4 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2025**
Θεατρική παράσταση “**Αλεξάνδρεια**”, σύλληψη-σκηνοθεσία- Φ. Ευαγγελινός, μουσική- Ευανθία Ρεμπούτσικα, με τους Ε. Καρακάση, Χρ. Αλεξανιάν, Ι. Παπαζήση κ.α. Θέατρο ΠΑΛΛΑΣ
Τιμή συμμετοχής : 21€ (εισιτήριο 16€ + μεταφορικά 5€). Εγγραφές : 13/11 & 14/11
- **ΤΕΤΑΡΤΗ 10 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2025**
Χριστουγεννιάτικος στολισμός των ΚΑΠΗ, ώρα 10:30
- **ΠΕΜΠΤΗ 11 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2025**
Επίσκεψη στο Μουσείο Τέχνης Βασίλη & Ελίζας Γουλανδρή
Τιμή συμμετοχής : 15€ (εισιτήριο μουσείου - ξενάγηση: 10€ . + μεταφορικά: 5€)
Εγγραφές : 2/12 & 3/12
- **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 19 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2025**
Χριστουγεννιάτικη γιορτή των ΚΑΠΗ, στην αίθουσα εκδηλώσεων του Άστεως Αιγυπτιωτών. (Πλατεία Ηρώων εξ Αιγύπτου 7-Κηφισιά). Ωρα 10:30
- **ΣΑΒΒΑΤΟ 20 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2025**
ΕΥΓΕΝΙΔΕΙΟ ΙΔΡΥΜΑ-ΠΛΑΝΗΤΑΡΙΟ: Παρακολούθηση της πλανηταριακής παράστασης «Το Άστρο των Χριστουγέννων».
Τιμή συμμετοχής : 10€ (εισιτήριο 5€ + μεταφορικά 5€). Εγγραφές : 2/12 & 3/12

ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

- **Ομάδα Γυμναστικής**
Α΄ΚΑΠΗ: Τρίτη, 12:00-12:50 & Πέμπτη 12:00-12:50
Β΄ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Δευτέρα 11:30-12:20
Γ΄ΚΑΠΗ: Τρίτη(Α΄ομάδα) 8:30-9:20 (Β΄ομάδα) 9:20-10:00 & Πέμπτη(Α΄ομάδα) 8:30-9:20 (Β΄ομάδα) 9:20-10:00
ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Τετάρτη 12:00-12:45 & Παρασκευή 12:00-12:45
 - **Ομάδα Κινησιοθεραπείας**
Α΄ΚΑΠΗ: Δευτέρα, 11:00-12:00
Β΄ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Τρίτη, 10:00-10:45 & Πέμπτη 9:15-10:00
Γ΄ΚΑΠΗ: Δευτέρα 9:00-10:00 & Τετάρτη 9:00-10:00
ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Πέμπτη 9:00-10:00 & Παρασκευή 9:15-10:00
 - **Ομάδα Χορωδίας- Μουσικά Όργανα (αίθ. εκδηλώσεων Άστρ Αιγυπτιωτών)**
Κάθε Τρίτη & Παρασκευή, Μουσικά όργανα 9:30-11:00 & Χορωδία 11:00-13:00
 - **Ομάδα Ενδυνάμωσης Μνήμης**
Α΄ΚΑΠΗ: Πέμπτη 9:30-10:30
Β΄ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Τετάρτη 9:00-10:00
Γ΄ΚΑΠΗ: Τρίτη: 11:00-12:00,(Α΄ομάδα) & Τετάρτη 11:00-12:00(Β΄ομάδα)
ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Τετάρτη 10:30-11:30
 - **Ομάδα Κοινωνικής Προσέγγισης**
Α΄ΚΑΠΗ: Δευτέρα 9:45-10:45
 - **Ομάδα Ερμηνείας της Αγίας Γραφής**
Α΄ΚΑΠΗ: Πέμπτη, 11:00-12:00
Β΄ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Πέμπτη, 10:00-11:00
ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Τρίτη 9:00-11:00
 - **Ομάδα Αισθητικής Ευεξίας (μία φορά το μήνα)**
Α΄ΚΑΠΗ: Τρίτη 10:30 -11:30, **18/11**
Β΄ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Δευτέρα 9:00 – 10:00, **17/11**
Γ΄ΚΑΠΗ: Τετάρτη 10:30 – 11:30, **19/11**
ΚΑΠΗ ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ: Πέμπτη 10:00 – 11:00, **20/11**
- Η ημερομηνία κάθε μήνα θα ανακοινώνεται - εγκαίρως- στα κατά τόπους κέντρα
- **Ομάδα Θεάτρου**
Κάθε Τετάρτη 12:00μ.μ. στο Γ΄ΚΑΠΗ (Κηφισού & Αγραύλης)
 - **Ομάδα Εικαστικών (art therapy) –ανά δεκαπενθήμερο**
Α΄ΚΑΠΗ: Τετάρτη 9:30-11:00
Β΄ΚΑΠΗ Αλωνίων: Παρασκευή 9:00-10:30
Γ΄ΚΑΠΗ: Παρασκευή, 11:00-12:15
 - **Ομάδα Εκμάθησης Αγγλικής Γλώσσας**
Α΄ΚΑΠΗ: Τρίτη, 13:00-14:00
 - **Ομάδα Παραδοσιακών Χορών**
Κάθε Πέμπτη 11:45μ.μ. -12:30 στο ΚΑΠΗ Νέας Ερυθραίας (Βάρναλη 57)

Η χορωδία των ΚΑΠΗ θα ψάλλει τα κάλαντα στον Δήμαρχο, σε μέρα και ώρα που θα ανακοινωθεί

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 2025

**ΘΑ ΘΕΛΑΜΕ ΝΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥΜΕ ΤΑ ΜΕΛΗ ΜΑΣ ΟΤΙ ΟΙ ΣΤΑΘΕΡΕΣ
ΔΡΑΣΕΙΣ ΔΕΝ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΑΠΟ 22/12/2025 ΜΕΧΡΙ
7/1/2026 ΕΝΟΨΕΙ ΤΩΝ ΕΟΡΤΩΝ.**

ΔΡΑΣΕΙΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ & ΕΥΕΞΙΑΣ ΤΩΝ ΑΤΟΜΩΝ 3^{ης} ΗΛΙΚΙΑΣ

σε συνεργασία με την ΠΡΟΝΟΗ του Δήμου Κηφισιάς

Τίτλος: Ψυχοεκπαιδευτική Παρέμβαση

Μορφή: Διαδραστική ομιλία & ομάδα συζήτησης

Διάρκεια: 90 λεπτών

Νοέμβριος 2025

Θέμα: Επικοινωνία στην Οικογένεια

Α'ΚΑΠΗ Κηφισιάς: Τετάρτη 12/11 & ώρα 10:30π.μ.

Β'ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Τρίτη 11/11 & ώρα 11:00

ΚΑΠΗ Νέας Κηφισιάς: Πέμπτη 13/11 & ώρα 10:30

ΚΑΠΗ Νέας Ερυθραίας: Τρίτη 11/11 & ώρα 11:00

Δεκέμβριος 2025

Θέμα: Ψυχική Ενδυνάμωση και Ανθεκτικότητα

Α'ΚΑΠΗ Κηφισιάς: Τετάρτη 17/12 & ώρα 10:30π.μ.

Β'ΚΑΠΗ ΑΛΩΝΙΩΝ: Τρίτη 9/12 & ώρα 11:00

ΚΑΠΗ Νέας Κηφισιάς: Πέμπτη 18/12 & ώρα 10:30

ΚΑΠΗ Νέας Ερυθραίας: Τρίτη 9/12 & ώρα 11:00

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 : 2108083570

email: kapi3@kifissia.gr

Κ.Α.Π.Η. ΝΕΑΣ ΕΡΥΘΡΑΙΑΣ

Κ. Βάρναλη 53

Τηλ.2131302616 - 2106205006

email: kapi3@kifissia.gr

Για περισσότερες πληροφορίες - εγγραφές απευθυνθείτε στα κατά τόπους κέντρα.



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



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΕΝΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ
&
ΣΤΑΘΕΡΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ**

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ – ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ 2025

