



ΔΗΜΟΣ
ΒΡΗΛΗΣΣΙΩΝ



Οργανισμός Κοινωνικής Προστασίας & Αλληλεγγύης

2018

ΚΑΠΗ

Κ.Α.Π.Η. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ

ΕΤΗΣΙΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ - ΠΑΡΟΧΕΣ

ΙΑΤΡΟΣ ΤΟΥ Κ.Α.Π.Η

ΓΕΝΙΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ ΣΙΑΤΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ (ΕΙΔΙΚΟΣ ΣΤΗ ΓΗΡΙΑΤΡΙΚΗ)

Δευτέρα - Παρασκευή Ώρες: 08:00-10:00

Όσοι εκ των μελών του ΚΑΠΗ μας, αδυνατούν να προσέρχονται στο ιατρείο του ΚΑΠΗ για συνταγογράφηση (λόγω κινητικών ή άλλων προβλημάτων υγείας που να καθιστούν δύσκολη την πρόσβαση τους στο ιατρείο του ΚΑΠΗ), μπορούν να απευθύνονται στον ΟΚΠΑ προκειμένου να εξυπηρετούνται από το πρόγραμμα «Βοήθεια στο Σπίτι»
210 6135 611 Ώρες: 07:30 - 16:30 καθημερινά πλην Σ/Κ

ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ 9:00 - 11:00 Χώρος: Κ.Α.Π.Η.

ΧΟΡΟΣ (ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ)

Κάθε **ΔΕΥΤΕΡΑ 10:00 - 12:00** Χώρος: ΑΙΘΟΥΣΑ «ΜΟΥΣΩΝ» (ΛΑΤΙΝ)

Κάθε **ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 10:30 - 12:30** Χώρος: ΑΙΘΟΥΣΑ «ΜΟΥΣΩΝ» ΠΡΟΣΟΧΗ!!! Όσοι συμμετάχετε στα προγράμματα γυμναστικής και χορού θα πρέπει να προσκομίσετε απευθείας στους γυμναστές, βεβαίωση από Παθολόγο ή οποιοδήποτε άλλο ιατρό (δικό σας) που να αναγράφει ότι ο ασκούμενος δύναται να παρακολουθήσει πρόγραμμα ήπιας αθλητικής δραστηριότητας και παραδοσιακού χορού.

ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Θεατρολόγος: ΤΣΑΜΑΔΙΑ ΚΑΤΕΡΙΝΑ

Κάθε **ΤΕΤΑΡΤΗ: 10:30** Χώρος: ΑΙΘΟΥΣΑ «ΜΟΥΣΩΝ»

Όσοι εκ των μελών επιθυμούν να συμμετάσχουν, παρακαλώ να δηλώσουν συμμετοχή!!!!

ΧΟΡΩΔΙΑ Κάθε **ΤΡΙΤΗ: 17:00-19:00** Χώρος: ΑΙΘΟΥΣΑ «ΜΟΥΣΩΝ»

ΝΕΟ ΟΜΑΔΑ ΠΑΛΑΙΩΣΗΣ ΕΙΚΟΝΩΝ

Κάθε **ΠΕΜΠΤΗ 11:00-13:00** Χώρος: ΚΑΠΗ

Τα μαθήματα θα παραδίδει εθελοντικά η κα Γεωργούλη Έλενα Όσοι εκ των μελών επιθυμούν να συμμετάσχουν, παρακαλώ να παραστούν την προαναφερόμενη μέρα και ώρα.

ΝΕΟ ΟΜΑΔΑ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ - ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ

ΕΚΦΡΑΣΗΣ με συζήτηση των φωτογραφιών για τις αναμνήσεις του παρελθόντος και την αποτύπωση του παρόντος, θα δίδεται φωτογραφική μηχανή. Κάθε **ΤΡΙΤΗ: 19:00-20:30** Χώρος: Κ.Α.Π.Η Όσοι εκ των μελών επιθυμούν να συμμετάσχουν, παρακαλώ να δηλώσουν συμμετοχή!!!!

ΟΜΑΔΕΣ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ ΕΠΑΝΕΝΑΡΞΗ

Κάθε **Δευτέρα 10.30-13.30** Χώρος: ΚΑΠΗ

Αφορά άτομα άνω των 55 ετών. Δηλώσεις συμμετοχής: 210 8045564

ΣΧΟΛΗ ΓΟΝΕΩΝ από τις 28/09/2018 ώρα 19.30 μ.μ. &

κάθε 2η Παρασκευή, Χώρος: ΚΑΠΗ. Ενημερώστε τις οικογένειές σας για να δηλώσουν οι γονείς συμμετοχή: 2108045564

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΑΣΤΗΣΕΩΝ: 07 - 21/12/2018

ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΤΑΞΙΔΙΩΤΕΣ ΣΤΗ ΒΙΕΝΝΗ - ΒΟΥΔΑΠΕΣΤΗ

ΘΑ ΑΝΑΧΩΡΗΣΟΥΝ ΔΥΟ ΓΚΡΟΥΠ ΩΣ ΕΞΗΣ:

Α΄ ΓΚΡΟΥΠ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΣΤΟ ΚΑΠΗ ΚΙ ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΑΕΡΟΔΡΟΜΙΟ **ΣΤΙΣ 17/12/2018 ΚΑΙ ΩΡΑ 15:00** (ΜΕΣΗΜΕΡΙ)

Β΄ ΓΚΡΟΥΠ ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΣΤΟ ΚΑΠΗ ΚΙ ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ ΓΙΑ ΤΟ ΑΕΡΟΔΡΟΜΙΟ **ΣΤΙΣ 18/12/2018 ΚΑΙ ΩΡΑ 06:15** (ΠΡΩΙ)

* ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΤΗΝ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ Η΄ ΤΟ ΔΙΑΒΑΤΗΡΙΟ ΣΑΣ ΒΑΣΗ ΤΟΥ ΟΠΟΙΟΥ ΕΧΟΥΝ ΚΛΕΙΣΤΕΙ ΤΑ ΑΕΡΟΠΟΡΙΚΑ ΕΙΣΙΤΗΡΙΑ
* ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΜΙΑ ΦΩΤΟΤΥΠΙΑ ΤΗΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ Η΄ ΤΟΥ ΔΙΑΒΑΤΗΡΙΟΥ ΣΑΣ ΓΙΑ ΝΑ ΚΥΚΛΟΦΟΡΕΙΤΕ. ΓΙΑ ΝΑ ΑΠΟΦΥΓΟΥΜΕ ΤΟΝ ΚΙΝΔΥΝΟ ΝΑ ΧΑΘΕΙ Η ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ ΣΑΣ Η΄ ΤΟ ΔΙΑΒΑΤΗΡΙΟ ΣΑΣ
* ΟΙ ΒΑΛΙΤΣΕΣ ΝΑ ΜΗΝ ΥΠΕΡΒΑΙΝΟΥΝ ΤΑ 20 ΚΙΛΑ

* ΟΙ ΧΕΙΡΑΠΟΣΚΕΥΕΣ ΝΑ ΜΗΝ ΥΠΕΡΒΑΙΝΟΥΝ ΤΑ 7 ΚΙΛΑ ΚΑΙ ΝΑ ΜΗΝ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΥΓΡΑ, ΣΠΡΕΙ, ΑΙΧΜΗΡΑ Η΄ ΑΛΛΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΟΥΝ ΚΑΘΥΣΤΕΡΗΣΗ ΚΑΤΑ ΤΟΝ ΕΛΕΓΧΟ.

* ΟΣΟΙ ΠΑΙΡΝΟΥΝ ΦΑΡΜΑΚΑ ΝΑ ΤΑ ΕΧΟΥΝ ΜΑΖΙ ΤΟΥΣ ΔΙΟΤΙ ΣΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ ΠΙΘΑΝΟΝ ΝΑ ΜΗΝ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΤΑ ΙΔΙΑ ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ ΣΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ.

* ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΤΗΝ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΚΑΡΤΑ ΑΣΦΑΛΙΣΗΣ ΑΣΘΕΝΕΙΑΣ ΤΗΝ ΟΠΟΙΑ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΕΙΤΕ ΑΠΟ ΤΟΝ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟ ΣΑΣ ΦΟΡΕΑ

* ΝΑ ΠΕΡΑΣΕΤΕ ΟΛΟΙ ΑΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ Κ.Α.Π.Η ΓΙΑ ΝΑ ΛΗΦΘΕΙ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΟ ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΚΑΙ ΝΑ ΔΩΣΕΤΕ ΤΗ ΚΙΝΗΤΑ ΣΑΣ ΤΗΛΕΦΩΝΑ
* ΟΣΟΙ ΛΑΜΒΑΝΕΤΕ ΦΑΡΜΑΚΑ ΣΕ ΣΠΡΕΙ Η΄ ΣΕ ΥΓΡΗ ΜΟΡΦΗ ΘΑ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΣΥΝΤΑΓΗ ΓΙΑΤΡΟΥ

* ΟΣΟΙ ΠΑΡΕΤΕ ΚΙΝΗΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΑ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΝΑ ΠΑΤΕ ΣΤΗΝ ΕΤΑΙΡΙΑ ΚΙΝΗΤΗΣ ΤΗΛΕΦΩΝΙΑΣ ΣΑΣ ΓΙΑ ΝΑ ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΕΤΕ ΤΗΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ

ΤΟ Α΄ ΓΚΡΟΥΠ ΘΑ ΠΕΤΑΞΕΙ ΑΠΟ ΑΘΗΝΑ ΓΙΑ ΒΟΥΔΑΠΕΣΤΗ ΜΕ ΤΗ WIZZAIR, ΤΟ Β΄ ΓΚΡΟΥΠ ΘΑ ΤΑΞΙΔΕΥΕΙ ΜΕ ΤΗΝ ΑΕΓΕΑΝ. Η ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΑΠΟ ΒΙΕΝΝΗ ΓΙΑ ΑΘΗΝΑ ΘΑ ΓΙΝΕΙ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ ΜΕΣΩ ΑΕΓΕΑΝ ΣΤΙΣ

22/12/2018. **ΤΗΝ ΤΡΙΤΗ 11 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2018: ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ - ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ** ΑΠΟ ΤΟΝ ΥΠΕΥΘΥΝΟ ΤΟΥ ΠΡΑΚΤΟΡΙΟΥ **Ωρα: 10:00 στην αίθουσα του Κ.Α.Π.Η.** ΚΑΙ ΝΑ ΕΧΕΤΕ ΜΑΖΙ ΣΑΣ ΤΟ ΚΙΝΗΤΟ ΤΗΛ. ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΑΣ ΚΙ ΕΝΟΣ ΣΥΓΓΕΝΙΚΟΥ ΠΡΟΣΩΠΟΥ (καλύτερα ενός εκ των τέκνων σας).

* * **ΔΕΥΤΕΡΑ 3 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΠΛΗΡΩΜΗ ΔΕΥΤΕΡΗΣ ΔΟΣΗΣ** & ΠΡΟΣΚΟΜΙΣΗ ΚΑΤΑΘΕΤΗΡΙΟΥ ΣΤΟ ΚΑΠΗ

* * **ΤΡΙΤΗ 11 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΕΞΟΦΛΗΣΗ ΕΚΔΡΟΜΗΣ** & ΠΡΟΣΚΟΜΙΣΗ ΚΑΤΑΘΕΤΗΡΙΟΥ ΣΤΟ ΚΑΠΗ.

ΚΑΤΟΠΙΝ ΑΙΤΗΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΠΡΟΕΔΡΟ ΤΟΥ ΟΚΠΑ ΚΑ ΑΡΣΕΝΗ, ΘΑ ΥΠΑΡΕΗ Η ΔΥΝΑΤΟΤΗΤΑ ΝΑ ΕΠΙΣΚΕΠΤΟΜΑΣΤΕ **ΔΥΟ ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΤΟ ΟΑΚΑ** (ΟΛΥΜΠΙΑΚΟ ΣΤΑΔΙΟ) ΓΙΑ **ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ ΣΤΗΝ ΑΝΟΙΚΤΗ ΘΕΡΜΕΝΟΜΕΝΗ ΠΙΣΙΝΑ**. ΟΣΟΙ ΕΚ ΤΩΝ ΜΕΛΩΝ ΕΠΙΘΥΜΕΙΤΕ, ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΗΛΩΣΕΤΕ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΑΜΕΣΑ ΠΡΟΣΚΟΜΙΖΟΝΤΑΣ: 2 ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ & ΒΕΒΑΙΩΣΗ ΠΑΘΟΛΟΓΟΥ, ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΟΥ (& ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟΥ ΓΙΑ ΤΙΣ ΚΥΡΙΕΣ). ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΗΘΕΙ ΕΦΟΣΟΝ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΘΟΥΝ ΤΟΥΛΑΧΙΣΤΟΝ 25 ΣΥΜΜΕΤΟΧΕΣ. **Μειωμένο Κόστος εισόδου στην πισίνα: 3€ ΜΕΤΑΦΟΡΑ ΔΩΡΕΑΝ**

Οργανισμός Κοινωνικής Προστασίας & Αλληλεγγύης - ΔΗΜΟΣ ΒΡΗΛΗΣΣΙΩΝ - Τμήμα Λεσχών Φιλίας & Αλληλεγγύης

Κισσάβου 11, 152 35 Βριλήσσια Τηλ: 210 8043 732 - 210 6856 570