

**ΑΥΤΟΤΕΛΕΣ ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ
ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ - ΚΑΠΗ**

Διεύθυνση : Περικλέους 22, Μαρούσι
Τηλέφωνο: 210 – 6142248 & 210 – 6127703
Email: kari@maroussi.gr

Κ.Α.Π.Η.
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ – ΕΚΔΡΟΜΩΝ
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ – ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2024



Ο Δήμαρχος Αμαρουσίου Θεόδωρος Αμπατζόγλου
Ο Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Μέριμνας
& Αλληλεγγύης Πέτρος Κόνιαρης,
και το προσωπικό

Σας εύχονται ΚΑΛΟ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ – ΕΚΔΡΟΜΩΝ

ΠΕΜΠΤΗ 10 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2024

2ήμερη εκδρομή: ΤΗΝΟΣ

Τιμή συμμετοχής: 130€

Περιλαμβάνονται:

Μεταφορά με πούλμαν, ακτοπλοϊκά εισιτήρια, μια διανυκτέρευση στο ξενοδοχείο VENUS MINIMAL, πρωινό (2^η μέρα) και εκδρομή στα χωριά της Τήνου (2^η μέρα).

Δεν περιλαμβάνονται: Φόρος διανυκτέρευσης ξενοδοχείου

Ώρα αναχώρησης: 05.45π.μ.

από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

ΣΑΒΒΑΤΟ 19 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2024

Μονοήμερη εκδρομή: ΧΑΛΚΙΔΑ – ΑΓΙΑ ΚΥΡΙΑΚΗ - ΑΡΤΑΚΗ

Τιμή συμμετοχής: 15€

Ώρα αναχώρησης: 08.30π.μ.

από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2024

Εκδήλωση για τον εορτασμό της 28^{ης} Οκτωβρίου.

Την εκδήλωση θα πλαισιώσουν η χορωδία του Κ.Α.Π.Η. καθώς και απαγγελίες ποιημάτων από τα μέλη μας.

Κεντρικό Κ.Α.Π.Η. (Περικλέους 22), ώρα έναρξης εκδήλωσης: 10.30π.μ.

ΣΑΒΒΑΤΟ 26 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2024

3ήμερη εκδρομή: ΚΑΛΑΜΑΤΑ – ΑΡΕΟΠΟΛΗ – ΠΥΛΟΣ – ΜΕΘΩΝΗ – ΦΟΙΝΙΚΟΥΝΤΑ – ΚΟΡΩΝΗ – ΑΓΙΑ ΘΕΟΔΩΡΑ

Τιμή συμμετοχής: 180€

Περιλαμβάνονται:

Μεταφορά με πολυτελές κλιματιζόμενο πούλμαν, διανυκτέρευση στην Καλαμάτα στο κεντρικό REX HOTEL 4*, πρωινά σε μπουφέ (2^η & 3^η ημέρα), δείπνο (2^η ημέρα), αρχηγός/συνοδός, ασφάλεια αστικής ευθύνης, ΦΠΑ.

Δεν περιλαμβάνονται: Φόρος διανυκτέρευσης ξενοδοχείου, είσοδος σε μουσεία και αρχαιολογικούς χώρους, ότι ρητά δεν αναφέρεται στο πρόγραμμα. από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

ΤΕΤΑΡΤΗ 30 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2024

Όπερα «ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ ΕΝ ΑΥΛΙΔΙ ΚΑΙ ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ ΕΝ ΤΑΥΡΟΙΣ» στην ΕΘΝΙΚΗ ΛΥΡΙΚΗ ΣΚΗΝΗ στο Κέντρο Πολιτισμού Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος

Τιμή συμμετοχής: 15€/Ζ' ζώνη - εξώστης (εισιτήριο παράστασης) + 5€ (πούλμαν)

(ΕΞΟΦΛΗΣΗ ΕΩΣ 22/10/2024)

Ωρα αναχώρησης: 16.30μ.μ.
από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»
ΣΑΒΒΑΤΟ 2 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2024
Μονοήμερη εκδρομή: ΤΡΙΚΑΛΑ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ – Ι.Μ. ΑΓ.ΒΛΑΣΙΟΥ -
ΞΥΛΟΚΑΣΤΡΟ
Τιμή συμμετοχής: 17€
Ωρα αναχώρησης: 08.30π.μ.
από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Το Κέντρο Υγείας Αμαρουσίου στα πλαίσια της δράσης για την ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ ΗΜΕΡΑ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ με θέμα «ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ ΚΑΙ ΖΑΧΑΡΗ - ΑΠΟΛΑΥΣΗ ΜΕ ΜΕΤΡΟ» με στόχο την ευαισθητοποίηση, την ενημέρωση, την πρόληψη και την έγκαιρη διάγνωση των παθήσεων του στόματος, θα πραγματοποιήσει στα μέλη μας έλεγχο της στοματικής κοιλότητας (οδοντιατρικά και στοματολογικά).

Η δράση θα πραγματοποιείται στο Κεντρικό ΚΑΠΗ κάθε Τετάρτη για τον μήνα Οκτώβριο (2/10/24, 9/10/24, 16/10/24, 23/10/24 & 30/10/24).

Δηλώσεις συμμετοχής στα τηλ. 2106142248 & 2106127703.

ΟΜΑΔΕΣ ΚΕΝΤΡΙΚΟΥ Κ.Α.Π.Η. & ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΩΝ

- ΑΓΓΛΙΚΩΝ - ΑΡΧΑΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΩΝ
- ΓΑΛΛΙΚΩΝ - ΑΡΧΑΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΩΝ
- ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ
- ΡΑΠΤΙΚΗΣ
- ΧΟΡΩΔΙΑΣ
- ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ – ΑΡΧΑΡΙΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΧΩΡΗΜΕΝΩΝ
- ΜΟΝΤΕΡΝΩΝ ΧΟΡΩΝ
- ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ
- ΚΟΥΚΛΟΘΕΑΤΡΟΥ
- ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ & ΕΥΖΩΙΑΣ

Οι ομάδες δραστηριοποίησης του Κ.Α.Π.Η. Αμαρουσίου απευθύνονται αποκλειστικά στα εγγεγραμμένα μέλη και θα ξεκινήσουν τη δράση τους από τον Οκτώβριο.

Τα μέλη μας που συμμετέχουν στις ομάδες από τα προηγούμενα έτη θα ειδοποιηθούν από την υπηρεσία για την ημέρα έναρξης λειτουργίας.

Οι νέοι συμμετέχοντες θα μπορούν να δηλώνουν τη συμμετοχή τους στις ομάδες που τους ενδιαφέρουν.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

ΕΝΑΡΞΗ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΜΝΗΜΗΣ

Ενημερώνουμε τα μέλη μας ότι ξεκινά ομαδικό πρόγραμμα πρόληψης διαταραχών μνήμης, στα πλαίσια της συνεργασίας του Δήμου Αμαρουσίου με την Εταιρία Νόσου Alzheimer Αθηνών, στο Κεντρικό ΚΑΠΗ (2 τμήματα).

Για να ενταχθείτε στο πρόγραμμα μπορείτε να δηλώσετε στα τηλ. 2106142248 & 2106127702

Τα τμήματα θα είναι ολιγομελή και οι θέσεις περιορισμένες βάσει αξιολόγησης.

ΟΙ ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΞΕΚΙΝΟΥΝ ΤΗΝ ΤΕΤΑΡΤΗ 25 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2024 & ΟΡΑ 09.00 Π.Μ. ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΙΚΟ Κ.Α.Π.Η. ΚΑΙ ΣΤΑ ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Με στόχο την παροχή υπηρεσιών προληπτικής ιατρικής στα μέλη του, το Κ.Α.Π.Η του Δήμου Αμαρουσίου συνεργάζεται με το Ιατρικό Διαγνωστικό Κέντρο BIOMEDICIN (Δήμητρος 10-12, 2^{ος} όροφος, τηλ.2106124935-6), το οποίο προσφέρει ένα ΔΩΡΕΑΝ check-up αίματος που περιλαμβάνει **σάκχαρο – ουρία – χοληστερίνη - κρεατινίνη** στα μέλη του ΚΑΠΗ που θα προσέλθουν στο Διαγνωστικό κέντρο **από τις 15 Οκτωβρίου έως τις 15 Νοεμβρίου 2024**. Παράλληλα θα ισχύει ειδικός εκπαιδευτικός τιμοκατάλογος για τις υπόλοιπες μικροβιολογικές εξετάσεις.

Όσα από τα μέλη αδυνατούν να προσέλθουν στο Διαγνωστικό Κέντρο, θα μπορούν να κάνουν χρήση της προσφοράς, κατόπιν αιμοληψίας από αιμολήπτρια του Biomedicin, στους χώρους των Κ.Α.Π.Η. κατά τις ακόλουθες ημέρες και ώρες :

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ ΕΞΕΤΑΣΕΩΝ

<u>ΔΕΥΤΕΡΑ 21/10:</u>	ΚΕΝΤΡΙΚΟ Κ.Α.Π.Η., ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.
<u>ΤΡΙΤΗ 22/10:</u>	1 ^ο Π.Π. ΝΕΑΣ ΛΕΣΒΟΥ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.
<u>ΤΕΤΑΡΤΗ 23/10</u>	2 ^ο Π.Π. ΕΡΓΑΤΙΚΕΣ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.
<u>ΠΕΜΠΤΗ 24/10:</u>	3 ^ο Π.Π. ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.
<u>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 25/10:</u>	4 ^ο Π.Π. ΠΟΛΥΔΡΟΣΟ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.
<u>ΤΡΙΤΗ 29/10:</u>	5 ^ο Π.Π. Ν.ΦΙΛΟΘΕΗ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.
<u>ΤΕΤΑΡΤΗ 30/10:</u>	6 ^ο Π.Π. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΣ, ώρα 08.00π.μ - 10.00π.μ.

**Τα ραντεβού κλείνονται κατόπιν τηλεφωνικής επικοινωνίας.
Για την Αιμοληψία απαραίτητη προϋπόθεση να προσέρχεστε
νηστικοί**