

ΔΗΜΟΣ ΑΜΑΡΟΥΣΙΟΥ  
Δ/ΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΟΛΙΤΙΚΗΣ  
ΤΜΗΜΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ  
ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ - ΚΑΠΗ  
Διεύθυνση: Περικλέους 22, Μαρούσι  
Τηλέφωνο: 210 – 6142248 & 210 – 6127703  
Email: kapi@maroussi.gr

**Κ.Α.Π.Η.**  
**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ – ΕΚΔΡΟΜΩΝ**  
**ΜΑΙΟΣ 2025**



Ο Δήμαρχος Αμαρουσίου Θεόδωρος Αμπατζόγλου  
Ο Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Μέριμνας  
& Αλληλεγγύης Δημήτριος Σμυρνής,  
και το προσωπικό σας εύχονται

«ΚΑΛΟ ΜΗΝΑ»



**ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ – ΕΚΔΡΟΜΩΝ**

**ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23 ΜΑΪΟΥ 2025**

Το ΚΑΠΗ Αμαρουσίου και η Ομάδα Αγάπης σας προσκαλούν

σε μια γιορτή γεμάτη γεύση, μουσική και παρέα!  
Ουζάκι και τσιπουράκι θα συνοδεύουν τους μεζέδες όπως πρέπει,  
κι η κουβέντα, το γέλιο και το τραγούδι θα έχουν την τιμητική τους!

Γιατί οι ωραίες στιγμές... μοιράζονται στο τραπέζι!

Ωρα έναρξης 11.00π.μ., Κεντρικό Κ.Α.Π.Η.  
Τιμή συμμετοχής: 6€

***Ελάτε να περάσουμε καλά – όπως μόνο εμείς ξέρουμε!***

**ΠΡΟΣΚΛΗΣΕΙΣ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΙΚΟ Κ.Α.Π.Η. ΑΠΟ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ**  
**09/05/2025**

Η ομάδα «ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ, ΚΟΣΜΗΤΟΛΟΓΙΑΣ & ΕΥΖΩΪΑΣ» θα πραγματοποιηθεί την **Παρασκευή 09/05/2025**, 10:45 – 11:45 στο Κεντρικό Κ.Α.Π.Η. (2<sup>ος</sup> όροφος) με την εθελόντρια καθηγήτρια Αισθητικής & Κοσμητολογίας ΠΑΔΑ, κα Σουλιώτη Ειρήνη.

**ΣΑΒΒΑΤΟ 17 ΜΑΪΟΥ 2025**

**Μονοήμερη εκδρομή: ΝΑΥΠΛΙΟ - ΜΠΟΥΡΤΖΙ**

Τιμή συμμετοχής: 16€

Ωρα αναχώρησης: 08.30π.μ.

από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

**ΤΡΙΤΗ 20 ΜΑΪΟΥ 2025**

**Πρωινός περίπατος: ΒΑΡΚΙΖΑ**

Τιμή συμμετοχής: 7€

Ωρα αναχώρησης: 08.30π.μ.

από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

**ΠΕΜΠΤΗ 29 ΜΑΪΟΥ 2025**

**Μονοήμερη εκδρομή: ΓΑΛΑΞΙΔΙ - ΙΤΕΑ**

Τιμή συμμετοχής: 19€

Ωρα αναχώρησης: 08.30π.μ.

από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

### **ΣΑΒΒΑΤΟ 31 ΜΑΪΟΥ 2025**

#### **2ήμερη εκδρομή: ΓΥΡΟΣ ΠΗΛΙΟΥ ΜΕ ΤΟ ΓΡΑΦΙΚΟ ΤΡΕΝΑΚΙ**

Τιμή συμμετοχής: 100€

**Περιλαμβάνονται:** Μεταφορά με πολυτελές κλιματιζόμενο πούλμαν, διαμονή σε ξενοδοχείο στα Χάνια, πρωινό σε μπουφέ, δείπνο, αρχηγός/συνοδός εκδρομής, φπα, ασφάλεια αστικής ευθύνης **Δεν περιλαμβάνονται:** Το εισιτήριο του τρένου για Ανω Λεχώνια – Μηλίες, Δημοτικός Τουριστικός φόρος, είσοδος σε μουσεία, αρχαιολογικούς χώρους, ό,τι ρητά δεν αναφέρεται στο πρόγραμμα και τις παροχές του.

Αναχώρηση από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

### **ΣΑΒΒΑΤΟ 31 ΜΑΪΟΥ 2025**

#### **Μονοήμερη εκδρομή: ΣΠΗΛΑΙΟ ΛΙΜΝΩΝ - ΠΛΑΝΗΤΕΡΟ**

Τιμή συμμετοχής: 19€

Ωρα αναχώρησης: 08.30π.μ.

από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

### **ΠΕΜΠΤΗ 5 ΙΟΥΝΙΟΥ 2025**

#### **Θεατρική παράσταση «ΟΣΑ ΠΑΙΡΝΕΙ Ο ΑΝΕΜΟΣ» στο Δημοτικό Θέατρο Πειραιά**

Τιμή συμμετοχής: 25€ (εισιτήριο παράστασης) + 5€ (πούλμαν)

**(ΕΞΟΦΛΗΣΗ ΕΩΣ 28/05/2025) – ΘΑ ΠΡΟΗΓΗΘΟΥΝ ΤΑ ΑΤΟΜΑ ΑΠΟ ΤΗΝ ΛΙΣΤΑ**

#### **ΑΝΑΜΟΝΗΣ**

Ωρα αναχώρησης: 19.00μ.μ.

από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

### **ΣΑΒΒΑΤΟ 14 ΙΟΥΝΙΟΥ 2025**

#### **Πρωινός περίπατος: Επίσκεψη & Ξενάγηση στον ΠΥΡΓΟ ΒΑΣΙΛΙΣΣΗΣ**

Η ξενάγηση διαρκεί 3,5 ώρες και περιλαμβάνει: εισαγωγή στην ιστορία της νεότερης Ελλάδας, ξενάγηση στο οινοποιείο – εμφιαλωτήριο, επίσκεψη στον βιολογικό αμπελώνα του κτήματος, περιήγηση στον πύργο της βασίλισσας Αμαλίας και του Όθωνα (εξωτερικά και εσωτερικά), ο οποίος και αποτελεί εθνικό μνημείο της πρόσφατης ιστορίας της Ελλάδος, στάση τους στάβλους με τα άλογα. Η βόλτα θα ολοκληρωθεί με γευστική δοκιμή των βιολογικών κρασιών του κτήματος με συνοδεία τυριών, παξιμαδιών, αλλαντικών κλπ

Τιμή συμμετοχής: 18€ (εισιτήριο εισόδου & ξενάγηση) + 7€ (πούλμαν)

Ωρα αναχώρησης: 09.00π.μ.

από ΚΛΕΙΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ «ΣΠΥΡΟΣ ΛΟΥΗΣ»

### **ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ**

#### **ΔΩΡΕΑΝ ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΨΗΦΙΑΚΩΝ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ**

Στο πλαίσιο της εφαρμογής του προγράμματος «ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ ΓΙΑ ΟΛΟΥΣ» μεταξύ του Δήμου Αμαρουσίου και της SAMSUNG ELECTRONICS HELLAS, προσφέρονται **ΔΩΡΕΑΝ** μαθήματα απόκτησης ψηφιακών δεξιοτήτων στα μέλη του Κ.Α.Π.Η. Το πρόγραμμα θα ξεκινήσει 3/6/2025, θα διαρκέσει 4 εβδομάδες έως και 26/6/25, κάθε Τρίτη & Πέμπτη 10.00 – 12.00 στο Δημαρχείο.

Πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής στα τηλέφωνα 210-6142248 & 210-6127703.

### **ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ**

#### **ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΤΩΝ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΩΝ ΔΙΑΚΟΠΩΝ (ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΜΠΑΝΙΑ & 8ΗΜΕΡΑ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ ΣΤΗΝ ΑΙΔΗΨΟ) ΘΑ ΑΝΑΚΟΙΝΩΘΕΙ ΣΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΙΟΥΝΙΟΥ - ΙΟΥΛΙΟΥ - ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ 2025.**

### **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<sup>ος</sup> 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 **1<sup>η</sup> Μαΐου έως 31 Μαΐου 2025**. Παράλληλα θα ισχύει ειδικός εκπτώτικος 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**

|                                |                                                            |
|--------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b><u>ΔΕΥΤΕΡΑ 12/05:</u></b>   | ΚΕΝΤΡΙΚΟ Κ.Α.Π.Η., ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.               |
| <b><u>ΤΡΙΤΗ 13/05:</u></b>     | 1 <sup>ο</sup> Π.Π. ΝΕΑΣ ΛΕΣΒΟΥ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ. |
| <b><u>ΤΕΤΑΡΤΗ 14/05</u></b>    | 2 <sup>ο</sup> Π.Π. ΕΡΓΑΤΙΚΕΣ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.   |
| <b><u>ΠΕΜΠΤΗ 15/05:</u></b>    | 3 <sup>ο</sup> Π.Π. ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.   |
| <b><u>ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 16/05:</u></b> | 4 <sup>ο</sup> Π.Π. ΠΟΛΥΔΡΟΣΟ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.   |
| <b><u>ΔΕΥΤΕΡΑ 19/05:</u></b>   | 5 <sup>ο</sup> Π.Π. Ν.ΦΙΛΟΘΕΗ, ώρα 08.00π.μ. – 10.00π.μ.   |
| <b><u>ΤΡΙΤΗ 20/05:</u></b>     | 6 <sup>ο</sup> Π.Π. ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΣ, ώρα 08.00π.μ - 10.00π.μ.   |

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

**ΟΙ ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΠΟΥ ΑΝΑΦΕΡΟΝΤΑΙ ΣΤΟ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΞΕΚΙΝΟΥΝ ΤΗΝ ΠΕΜΠΤΗ 8 ΜΑΪΟΥ 2025,  
ΩΡΑ 09.00 π.μ. ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΙΚΟ Κ.Α.Π.Η. ΚΑΙ ΣΤΑ ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑΚΑ  
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑΤΑ ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΑ ή ΜΕ ΦΥΣΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ  
(ΤΗΡΕΙΤΑΙ ΣΕΙΡΑ ΠΡΟΤΕΡΑΙΟΤΗΤΑΣ)**