

Απρίλιος

2024

Απρίλιος...πήρε το όνομά του από το λατινικό ρήμα *aperire*, που σημαίνει ανοίγω, γιατί το μήνα αυτό ανοίγουν, ανθίζουν τα λουλούδια...

Την Πρωταπριλιά αναβιώνει το έθιμο με τα αθώα ψέματα και αστεία, που είναι κοινό για όλους σχεδόν τους λαούς.



Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή
1	2	3	4	5
	Εγγραφές επίσκεψης Ι.Μ. Παντοκράτορος (Γ' ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ)	ΜΕΤΡΗΣΗ ΣΑΚΧΑΡΟΥ ΚΑΠΗ ΚΑΤΩ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ		Επίσκεψη Ι.Μ. Παντοκράτορος - Ταώ (Νταού) Πεντέλης Απογ. 4.30μμ (Γ' ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ)
8	9	10	11	12
		ΜΕΤΡΗΣΗ ΣΑΚΧΑΡΟΥ ΚΑΠΗ ΤΟΥΦΑΣ -Ομιλία ΚΑΠΗ Κάτω Χαλανδρίου 10.30πμ		-Ομιλία ΚΑΠΗ Τούφας 10.30
15	16	17	18	19
Εγγραφές θεατρικής παράστασης "Η Προξενήτρα"		ΜΕΤΡΗΣΗ ΣΑΚΧΑΡΟΥ ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΚΑΠΗ	Εκδρομή στο Χιλιομόδι 9πμ (επαναληπτική εκδρομή)	
22	23	24	25	26
		Θεατρική παράσταση "Η Προξενήτρα" 6μμ		
29	30			



ΚΑΠΗ Κεντρικό τηλ. 2106742340
ΚΑΠΗ Κάτω Χαλανδρίου τηλ. 2106778788
ΚΑΠΗ Τούφας τηλ. 2106800189

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2024



- Τρίτη 02 Απριλίου ώρα 9:00 - 12:00

Εγγραφές των μελών των ΚΑΠΗ Επίσκεψης στην Ι.Μ. Παντοκράτορος - Ταώ (Νταού) Πεντέλης (Απογευματινή 4.30μμ Γ' ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ)



- Παρασκευή 05 Απριλίου ώρα 4.30μμ

Επίσκεψη των μελών των ΚΑΠΗ στην Ι.Μ. Παντοκράτορος - Ταώ (Νταού) Πεντέλης (Γ' ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΙ)



- Τετάρτη 10 Απριλίου, ώρα 10:30πμ

Ομιλία στο ΚΑΠΗ του Κάτω Χαλανδρίου από την Ρία Θεοδώρου (Μουσικός - Μουσικοπαιδαγωγός Πιανίστα - Θεωρητικός - Διεύθυνση χορωδιών) με θέμα :“ Τα οφέλη της μουσικής και χορωδιακής πράξης στην ηλικία των 60+”

Η συνάντηση των ανθρώπων για να εκφραστούν μέσω της μουσικής και χορωδιακής πράξης γίνεται το μέσο επικοινωνίας, συναισθηματικής έκφρασης και επίτευξης στόχων. Ποια είναι η επίδραση της μουσικής και πως αυτή εκφράζεται .



- Παρασκευή 12 Απριλίου, ώρα 10:30 πμ

Ομιλία στο ΚΑΠΗ της Τούφας από την Ρία Θεοδώρου (Μουσικός - Μουσικοπαιδαγωγός Πιανίστα - Θεωρητικός - Διεύθυνση χορωδιών) με θέμα :“ Τα οφέλη της μουσικής και χορωδιακής πράξης στην ηλικία των 60+”

Η συνάντηση των ανθρώπων για να εκφραστούν μέσω της μουσικής και χορωδιακής πράξης γίνεται το μέσο επικοινωνίας, συναισθηματικής έκφρασης και επίτευξης στόχων. Ποια είναι η επίδραση της μουσικής και πως αυτή εκφράζεται .



- Δευτέρα 15 Απριλίου ώρα 9:00 - 12:00

Εγγραφές των μελών για την θεατρική παράσταση "Η Προξενήτρα"



- Πέμπτη 18 Απριλίου, ώρα αναχώρησης 9:00 μ.μ.

Επαναληπτική εκδρομή στο Χιλιομόδι. Θα δοθεί προτεραιότητα στα μέλη από τη λίστα αναμονής της πρώτης εκδρομής. Θα επισκεφθούμε την Ι.Μ. Φανερωμένης και θα σταματήσουμε για φαγητό στη ταβέρνα «Καμαρέτα». Το μενού περιλαμβάνει : Για τέσσερα άτομα : σαλάτα εποχής, ποικιλία τυριών, χορτόπιτα, και λουκάνικο. Κυρίως πιάτο καλαμαράκια ή μπιφτέκι ή κοτόπουλο ή χοιρινή. Στη τιμή περιλαμβάνονται κρασί και αναψυκτικά και επιδόρπιο. **Τιμή 22€**



- Τετάρτη 24 Απριλίου ώρα 9:00 - 12:00

Παρακολούθηση της θεατρικής παράστασης "Η Προξενήτρα" του Θόρντον Ουάιλντερ, σε σκηνοθεσία του Θωμά Μοσχόπουλου, στο **θέατρο Rex**.

Ώρα αναχώρησής: 18.00μμ – Τιμή Εισιτηρίου 12€

ΚΑΠΗ ΧΑΛΑΝΔΡΙΟΥ

ΜΗΝΙΑΙΑ ΜΕΤΡΗΣΗ ΣΑΚΧΑΡΟΥ ΚΑΙ ΑΡΤΗΡΙΑΚΗΣ ΠΙΕΣΗΣ

ΚΑΠΗ Κάτω Χαλάνδρι : Τετάρτη 03 Απριλίου ώρα 9.00-11.00

ΚΑΠΗ Τούφας : Τετάρτη 10 Απριλίου ώρα 9.00-11.00

ΚΑΠΗ Κεντρικό : Τετάρτη 17 Απριλίου ώρα 9.00-11.00

ΟΜΑΔΕΣ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΤΩΝ ΚΑΠΗ

- **Ομάδα γυναικών** στο ΚΑΠΗ Τούφας κάθε Παρασκευή 10:00 - 11:30 με υπεύθυνη την κοινωνική λειτουργό του ΚΑΠΗ, κα Τριάδα Ευαγγελίου.
- **Ομάδα γυμναστικής** σε εσωτερικό χώρο στο ΚΑΠΗ Κάτω Χαλανδρίου κάθε Πέμπτη και ώρα 10:00 – 11:00 με τον φυσικοθεραπευτή Κώστα Καραγκούνη (τηλ. 2106778788).
- **Ομάδα κεντήματος και πλεξίματος:** στο Κεντρικό ΚΑΠΗ με την καθοδήγηση της κας Ασπασίας Οθωναίου κάθε Τετάρτη στις 11:00.
- **Ομάδα μικτής χορωδίας 60+:** Οι πρόβες της πραγματοποιούνται κάθε Τρίτη 11:00 -13:00 στην οδό Στρατάρχου Αλέξανδρου Παπάγου 7, Χαλάνδρι, 2ος όροφος, με την καθοδήγηση της μαέστρου κας Ρίας Θεοδώρου.
- **Θεατρική Ομάδα:** Κάθε Δευτέρα 10:00 – 13:00 στην αίθουσα εκδηλώσεων (Παπάγου 7) 2ος όροφος με την κα Ανατολή Αθανασιάδου.

Νέες εγγραφές και Ανανεώσεις των καρτών των μελών για το 2024

➡ ΑΝΑΝΕΩΣΕΙΣ :

Για την ανανέωση καρτών των μελών που έχουν κάνει ανανέωση από το έτος 2020 και μετά θα πρέπει να έχουν μαζί τους:



- Την κάρτα μέλους
- Αστυνομική ταυτότητα
- Υπεύθυνη δήλωση συμμετοχής στις εκδρομές του ΚΑΠΗ (μονοήμερες ή πολυήμερες) η οποία θα δίνεται από την υπηρεσία.

Οι **Ανανεώσεις** θα πραγματοποιούνται στα **κατά τόπους ΚΑΠΗ** **κάθε Δευτέρα 9:00 – 12:00.**

➡ ΝΕΕΣ ΕΓΓΡΑΦΕΣ ΚΑΙ ΜΕΛΗ ΕΩΣ ΤΟ 2019:

Για τις νέες εγγραφές και την ανανέωση μελών που έχουν ανανεώσει για τελευταία φορά μέχρι και το έτος 2019 **θα πρέπει να έχουν μαζί τους :**



- Την κάρτα μέλους (για τα παλιά μέλη)
- Αστυνομική ταυτότητα
- Επίδειξη του Ε1 του τελευταίου χρόνου για την επιβεβαίωση της κατοικίας
- Δύο (2) πρόσφατες φωτογραφίες
- Να γνωρίζουν την φαρμακευτική αγωγή που ακολουθούν
- Υπεύθυνη δήλωση συμμετοχής στις εκδρομές του ΚΑΠΗ (μονοήμερες ή πολυήμερες) η οποία θα δίνεται από την υπηρεσία.

Οι **Εγγραφές** θα πραγματοποιούνται **χωρίς ραντεβού ως εξής:**

-ΚΑΠΗ Κεντρικό : κάθε Τρίτη 8:00 – 13:00

-ΚΑΠΗ Κάτω Χαλανδρίου : κάθε Τετάρτη 8:00 – 13:00

-ΚΑΠΗ Τούφας: κάθε Πέμπτη 8:00 – 13:00