



ΔΗΜΟΣ ΡΑΦΗΝΑΣ ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ
Δ/ΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ
ΚΑΙ ΠΑΙΔΕΙΑΣ



ΚΑΠΗ ΡΑΦΗΝΑΣ :
ΕΛ. ΒΕΝΙΖΕΛΟΥ 21
ΤΗΛ. 2294079456
Email: kapidrafinas@gmail.com
ΚΑΠΗ ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ:
ΑΓΙΟΥ ΧΡΙΣΤΟΦΟΡΟΥ 8
ΤΗΛ. 210 6043478

ΜΑΡΤΙΟΣ 2025

ΤΕΤΑΡΤΗ 5 ΚΑΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 7 ΜΑΡΤΙΟΥ

Τα μέλη των ΚΑΠΗ θα συναντηθούν με τη **Δήμαρχο** για καφεδάκι και συζήτηση

ΚΑΠΗ ΡΑΦΗΝΑΣ: Τετάρτη 5 Μαρτίου ώρα 11:00 πμ

ΚΑΠΗ ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ: Παρασκευή 7 Μαρτίου ώρα 11:00 πμ

ΠΕΜΠΤΗ 20 ΜΑΡΤΙΟΥ

Πρωινή επίσκεψη στο Μουσείο της Ακρόπολης που είναι επικεντρωμένο στα ευρήματα του αρχαιολογικού χώρου της Ακρόπολης των Αθηνών. Το μουσείο κτίστηκε για να στεγάσει κάθε αντικείμενο που έχει βρεθεί πάνω στον ιερό βράχο της Ακρόπολης και στους πρόποδες του καλύπτοντας μία ευρεία χρονική περίοδο από την Μυκηναϊκή περίοδο έως την Ρωμαϊκή και Παλαιοχριστιανική Αθήνα ενώ ταυτόχρονα βρίσκεται πάνω στον αρχαιολογικό χώρο Μακρυγιάννη, κατάλοιπο των Ρωμαϊκών και πρώιμων βυζαντινών Αθηνών.

Τιμή συμμετοχής: 10 ευρώ (άνω των 65 ετών) και 20 ευρώ (γενική είσοδος)
η ξενάγηση είναι δωρεάν

Εγγραφές: Πέμπτη 6 Μάρτιου Ώρα: 9:00 πμ

Αναχώρηση: Ραφήνα 8:30 πμ από ΟΤΕ

Πικέρμι 8:45 πμ από ELBISCO



ΣΤΑ ΚΑΠΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ ΔΑΝΕΙΣΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ

ΚΑΠΗ ΡΑΦΗΝΑΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ

- ΟΜΑΔΑ ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΣ 11:00 -12:30

ΤΡΙΤΗ

ΟΜΑΔΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ 8.30-9.30π.μ. (απαραίτητη η προσκόμιση βεβαίωσης από καρδιολόγο).

•

ΤΕΤΑΡΤΗ

- ΟΜΑΔΑ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ 9:15-10:15
- ΟΜΑΔΑ ΜΠΙΡΙΜΠΑΣ 11:00-12:30
- ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗ ΟΜΑΔΑ 17:30 - 20:30

ΠΕΜΠΤΗ

- ΟΜΑΔΑ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ 9:15-10:15
- ΟΜΑΔΑ ΜΠΙΡΙΜΠΑΣ 17:00-18:30

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

- ΟΜΑΔΑ ΙΤΑΛΙΚΩΝ 9:30 -10:30

Κάθε Δευτέρα και ώρα 20:30μμ Κινηματογραφική Λέσχη

ΚΑΠΗ ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ

- ΟΜΑΔΑ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ 10:30-11:30
- ΠΛΕΚΤΙΚΗ 18.30-20.30 (ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΣΥΛΛΟΓΟ «ΙΩΝΙΔΕΣ»)

ΤΡΙΤΗ

- ΟΜΑΔΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ 9.30-10.30 π.μ. . (απαραίτητη η προσκόμιση βεβαίωσης από καρδιολόγο).

ΤΕΤΑΡΤΗ

- ΟΜΑΔΑ ΜΠΙΡΙΜΠΑΣ 17:00-20:00

ΠΕΜΠΤΗ

- ΟΜΑΔΑ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ 10:30-12:30

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

- ΟΜΑΔΑ ΦΙΛΑΝΑΓΝΩΣΙΑΣ 10:30 -12:00
- ΧΟΡΩΔΙΑ ΚΑΙ ΧΟΡΟΙ 17.30-19.30 (ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΣΥΛΛΟΓΟ «ΙΩΝΙΔΕΣ»)

ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΟΙΑ

Ο Συμβουλευτικός Σταθμός λειτουργεί κάθε **Τρίτη και Πέμπτη** στο **ΚΑΠΗ Ραφήνας** και κάθε Δευτέρα στο ΚΑΠΗ Πικερμίου, κατόπιν ραντεβού στο τηλ: 2294079456. Υπεύθυνοι επικοινωνίας κα. Βαλατσού Ασημίνα και κα. Ασμάνη Ευτυχία

Παρεχόμενες Υπηρεσίες:

- νευροψυχολογική εκτίμηση
- παραπομπή σε νευρολόγο
- ομάδες νοητικής ενδυνάμωσης (υγιών ατόμων και νοσούντων)
- υποστήριξη, ομάδες, καθοδήγηση φροντιστών