



ΔΗΜΟΣ ΡΑΦΗΝΑΣ ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ
Δ/ΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΜΕΡΙΜΝΑΣ
ΚΑΙ ΠΑΙΔΕΙΑΣ



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

ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2025

ΤΕΤΑΡΤΗ 1 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Η Δήμαρχος Τσεβά Δήμητρα, η Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πρόνοιας, Νέας Γενιάς και Ισότητας των Φύλων, Μακρή Κωνσταντίνα και τα ΚΑΠΗ Ραφήνας- Πικερμίου με αφορμή την **Παγκόσμια Ημέρας Τρίτης Ηλικίας** σας προσκαλούν στην γιορτή που θα γίνει την Τετάρτη 1 Οκτωβρίου 2025 στην αίθουσα του ΚΑΠΗ Ραφήνας (Ελ. Βενιζέλου 21).

ΚΑΠΗ ΡΑΦΗΝΑΣ: Τετάρτη 1 Οκτωβρίου ώρα 11:00 πμ



ΤΡΙΤΗ 7 ΚΑΙ ΤΡΙΤΗ 14 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Ενημερωτική ομιλία στα ΚΑΠΗ από τις Επισκέπτριες Υγείας του Κέντρου Υγείας Ραφήνας – Πικερμίου στα πλαίσια υλοποίησης της Εκστρατείας «ΓΛΑΥΚΗ» του ευρύτερου κοινού, των πασχόντων και των οικογενειών τους, για τα προβλήματα που ανακύπτουν για τις παθήσεις της **Γεωγραφικής Ατροφίας (ΓΑ)** και της **Ηλικιακής Εκφύλισης Ωχράς Κηλίδας (ΗΕΩΚ)**

ΚΑΠΗ ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ: Τρίτη 7 Οκτωβρίου ώρα 10:30 πμ

ΚΑΠΗ ΡΑΦΗΝΑΣ: Τρίτη 14 Οκτωβρίου ώρα 10:30 πμ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 24 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Τα μέλη των ΚΑΠΗ Ραφήνας και Πικερμίου θα παρακολουθήσουν την **θεατρική παράσταση «Ο Φιάκας»** του Δημοσθένη Κ. Μισιτζή. Είναι μια σπαρταριστή κωμωδία ηθών, που πρωτοανέβηκε το 1870 στην Κωνσταντινούπολη κι έκτοτε είναι από τις πιο σημαντικές κι αγαπητές κωμωδίες του νεοελληνικού θεάτρου που παρουσιάζεται ανελλιπώς.

Παίζουν (αλφαβητικά): Γιώργος Γαλίτης: Φιάκας, Άννα Ελεφάντη: Ευανθία Δημήτρης Μυλωνάς: Γιάννης, Φώτης Τσορανίδης: Καζαμίας και η Ιλιάδα Λαμπρίδου στο ρόλο της κοκόνας Φρόσως

Στην παράσταση συμμετέχει ζωντανά ο καραγκιοζοπαίχτης Κώστας Σπυρόπουλος. Βοηθοί στο μπερντέ, οι μαθητές της Ακαδημίας Θεάτρου Σκιών «Θανάσης Σπυρόπουλος».

Τιμή συμμετοχής: 12 ευρώ

Έγγραφες: Τετάρτη 15 Οκτωβρίου Ώρα: 9:00 πμ

Αναχώρηση: Ραφήνα 19:00 μμ από ΟΤΕ

Πικέρμι 19:15 μμ από ELBISCO



**ΣΤΑ ΚΑΠΗ ΛΕΙΤΟΥΡΓΕΙ ΔΑΝΕΙΣΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ
ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ**

ΚΑΠΗ ΡΑΦΗΝΑΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ

- ΟΜΑΔΑ ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΣ 11:00 -12:30 πμ

ΤΡΙΤΗ

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

ΤΕΤΑΡΤΗ

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

ΠΕΜΠΤΗ

- ΟΜΑΔΑ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ 9:15-10:15 πμ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

- **ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΣΑΚΧΑΡΟΥ ΚΛΠ 8:00-9:30 πμ**
- ΟΜΑΔΑ ΙΤΑΛΙΚΩΝ 9:30 -10:30 πμ

Κάθε Δευτέρα και ώρα 20:30 μμ Κινηματογραφική Λέσχη

ΚΑΠΗ ΠΙΚΕΡΜΙΟΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ

- **ΜΕΤΡΗΣΕΙΣ ΣΑΚΧΑΡΟΥ ΚΛΠ 8:00-9:30 πμ**
- ΟΜΑΔΑ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ 10:30-11:30 π.μ
- ΠΛΕΚΤΙΚΗ 18.30-20.30 μμ (ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΣΥΛΛΟΓΟ «ΙΩΝΙΔΕΣ»)

ΤΡΙΤΗ

- ΟΜΑΔΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ 9.30-10.30 πμ (απαραίτητη η προσκόμιση βεβαίωσης από καρδιολόγο).
- ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ 10:30-12:00

ΤΕΤΑΡΤΗ

- ΟΜΑΔΑ ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΣ 11:00 -12:30 πμ
- ΟΜΑΔΑ ΜΠΙΡΙΜΠΑΣ 17:00-20:00 μμ

ΠΕΜΠΤΗ

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

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

- ΟΜΑΔΑ ΦΙΛΑΝΑΓΝΩΣΙΑΣ 10:30 -12:00 πμ
- ΧΟΡΩΔΙΑ ΚΑΙ ΧΟΡΟΙ 17.30-19.30 μμ (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