



## Κ.Α.Π.Η. ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ

### ΝΕΑ ΤΟΥ ΟΚΠΑ

Ο Οργανισμός Κοινωνικής Προστασίας & Αλληλεγγύης συνεχίζει αλλά και ενισχύει και φέτος τον κοινωνικό του χαρακτήρα με ακόμα περισσότερες δράσεις προς όφελος των δημοτών:

**30/10 Παρουσίαση βιβλίου του Αλέξανδρου Τσαγκαρέλη**  
Ώρα: 18:30 Πνευματικό Κέντρο (Κισσάβου 11, αίθουσα Μουσών)

**2/11 2η Συνάντηση για τα Βιωματικά δωρεάν σεμινάρια για εφήβους και νέους που γίνονται για πρώτη φορά στο δήμο μας.**  
ώρα 12.00-14.00 (έφηβοι) και 14.00- 16.00 (νέοι)  
Πνευματικό Κέντρο (Κισσάβου 11, αίθουσα Μουσών)

**7/11 ΙΑΤΡΙΚΗ ΗΜΕΡΙΔΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΔΙΑΒΗΤΗ**  
ώρα 18.00 Πνευματικό Κέντρο (Κισσάβου 11, αίθουσα Μουσών)

**29/11 "Αναγέννηση Τώρα" «Η γλώσσα του σώματος»**  
ώρα 18.00-21.00 Πνευματικό Κέντρο (Κισσάβου 11, αίθουσα Μουσών)

**1/11 ΣΧΟΛΗ ΓΟΝΕΩΝ θέμα: Κυβερνοασφάλεια**  
ΩΡΑ 18.30 αίθουσα Νέστωρ ΚΑΠΗ (Κισσάβου 11)

**3/11 ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ ΣΤΟ ΝΑΟ ΑΓ. ΔΩΔΕΚΑ ΑΠΟΣΤΟΛΩΝ & ΤΟ ΣΥΛΛΟΓΟ ΒΡΑΧΟ** ΩΡΑ 10.00-12.00

**6/11 ΣΧΟΛΕΙΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ - θέμα: Άνοια**  
ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΑΠΗ (Κισσάβου 11)

**13/11 ΣΧΟΛΕΙΟ ΦΡΟΝΤΙΣΤΩΝ - θέμα: Άνοια**  
ΑΙΘΟΥΣΑ ΚΑΠΗ (Κισσάβου 11)

**15/11 ΑΣΦΑΛΗΣ ΠΕΡΙΗΓΗΣΗ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ ΣΤΟ ΝΑΟ ΑΓΙΩΝ ΔΩΔΕΚΑ ΑΠΟΣΤΟΛΩΝ** ΩΡΑ 10.00

**30/11 & 1/12 CHARITY BAZAAR ΤΟΥ ΟΚΠΑ** ΩΡΕΣ 9.00-18.00 ΤΥΠΕΤ

**1/12 ΣΥΝΑΥΛΙΑ ΜΕ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΤΗΣ ΧΟΡΩΔΙΑΣ ΤΟΥ ΣΥΛΛΟΓΟΥ 'ΒΡΙΑΗΣΣΟΣ'** ΩΡΑ 18.00 ΤΥΠΕΤ

**ΤΗΛ. ΓΙΑ ΡΑΝΤΕΒΟΥ ΣΤΟ 210-8045564 ΓΙΑ ΤΑ ΠΑΡΑΚΑΤΩ:**

**ΛΟΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ ΚΑΙ ΠΑΙΔΩΝ**

**ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΙΚΟ ΙΑΤΡΕΙΟ**

**ΘΞΥΓΟΝΟΖΟΝΟΘΕΡΑΠΕΙΑ**

**ΙΑΤΡΕΙΟ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗΣ**

**ΚΟΙΝΩΝΙΚΕΣ ΔΕΞΙΟΤΗΤΕΣ**

### ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΩΝ

ΣΤΙΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΜΑΣ, ΠΡΩΙΝΟΥΣ ΠΕΡΙΠΑΤΟΥΣ, ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟΥΣ, ΘΕΑΤΡΑ, ΜΟΝΟΗΜΕΡΕΣ ΘΑ ΑΚΟΛΟΥΘΕΙΤΕ ΤΟ ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΟ ΑΠΟ Λ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ ΩΣ ΕΞΗΣ:

**ΑΝΑΧΩΡΗΣΗ: Α' ΚΑΠΗ ΚΙΣΣΑΒΟΥ**

**1η ΣΤΑΣΗ:** Λ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ & ΔΙΟΜΗΔΟΥΣ

**2η ΣΤΑΣΗ:** Λ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ & ΟΜΗΡΟΥ (ΠΛΑΤΕΙΑ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ)

**3η ΣΤΑΣΗ:** Λ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ ΑΠΕΝΑΝΤΙ ΑΠΟ ΠΡΩΗΝ Β' ΚΑΠΗ

• ΣΤΙΣ ΠΟΛΥΗΜΕΡΕΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ (ΟΠΟΥ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΒΑΛΙΤΣΕΣ) ΤΑ ΠΟΥΛΜΑΝ ΘΑ ΑΝΑΧΩΡΟΥΝ ΑΠΕΥΘΕΙΑΣ ΑΠΟ ΤΟ ΚΑΠΗ, ΧΩΡΙΣ ΕΝΔΙΑΜΕΣΕΣ ΣΤΑΣΕΙΣ.

### ΜΟΝΙΜΕΣ ΠΑΡΟΧΕΣ

#### ΙΑΤΡΟΣ Κ.Α.Π.Η

**ΓΕΝΙΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ ΣΙΑΤΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ** (ΕΙΔΙΚΟΣ ΣΤΗ ΓΗΡΙΑΤΡΙΚΗ)  
**Δευτέρα - Παρασκευή Ώρες: 08:00 - 10:00 ΠΡΟΣΟΧΗ!!!!** Λόγω της αύξησης των μελών που ζητούν τη χρήση των υπηρεσιών του ιατρείου και προκειμένου να εξυπηρετούνται με ορθότερο τρόπο τα μέλη μας, σας ενημερώνουμε ότι θα πρέπει να τηρηθεί η παρακάτω διαδικασία: **1.** Συνταγογράφηση φαρμάκων θα γίνεται από Δευτέρα έως και Πέμπτη 8-9πμ με νούμερο προτεραιότητας. **2.** Η πρώτη επίσκεψη των νέων μελών για να δώσουν το ιστορικό τους στον ιατρό θα πραγματοποιείται κάθε Παρασκευή στις 8:00 με νούμερο προτεραιότητας. **3.** Όσοι εκ των μελών επιθυμούν να εξεταστούν από το γιατρό θα μπορούν να προσέρχονται από Δευτέρα έως και Πέμπτη 9-10πμ κατόπιν ραντεβού τηλ. 2106856570 - 2108043732

**ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΙΑ** Ντρενίδου Τατιάνα Δευτέρα - Παρασκευή (τηλ. 210-6856570) Πραγματοποιούνται φυσικοθεραπείες κατόπιν ραντεβού.

### ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΣΤΑ ΚΑΠΗ ΕΤΗΣΙΩΣ

#### ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ ΣΕ ΔΥΟ ΓΚΡΟΥΠ

**09:00- 10:00 & 11:00-12:00 Κ.Α.Π.Η**

Έναρξη: ήδη από 16/9/19.

#### ΧΟΡΟΣ

**(ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ)** ΑΙΘΟΥΣΑ «ΜΟΥΣΩΝ»

Έναρξη: θα υπάρξει ενημέρωση μέσω ανακοίνωσης

**(ΛΑΤΙΝ)** ΑΙΘΟΥΣΑ «ΜΟΥΣΩΝ»

Έναρξη: θα υπάρξει ενημέρωση μέσω ανακοίνωσης

**ΠΡΟΣΟΧΗ!!!** Όσοι συμμετάσχετε στα προγράμματα γυμναστικής & χορού θα πρέπει να προσκομίσετε απευθείας στους γυμναστές, βεβαίωση από Παθολόγο ή οποιονδήποτε άλλο ιατρό (δικό σας) που να αναγράφει ότι ο ασκούμενος δύναται να παρακολουθήσει πρόγραμμα ήπιας αθλητικής δραστηριότητας και χορού.

#### ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΟΜΑΔΑ Κάθε ΤΕΤΑΡΤΗ: 10:00-12:00

ΑΙΘΟΥΣΑ «ΜΟΥΣΩΝ»

#### ΧΟΡΩΔΙΑ Κάθε ΠΕΜΠΤΗ: 10:00-12:00 ΑΙΘΟΥΣΑ «ΜΟΥΣΩΝ»

#### ΟΜΑΔΕΣ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ

Κάθε ΔΕΥΤΕΡΑ: 9:30-14:30 ΚΑΠΗ

#### ΛΕΣΧΗ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ ΚΑΘΕ ΠΡΩΤΗ ΔΕΥΤΕΡΑ ΤΟΥ ΜΗΝΑ:

**18:00-20:00** ΑΙΘΟΥΣΑ «ΚΙΣΣΑΒΟΥ» Έναρξη: ΔΕΥΤΕΡΑ 4/11

#### ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ:

**1η ΣΤΑΣΗ:** ΑΤΤΙΚΗ ΟΔΟΣ (ΥΨΟΣ ΠΡΟΑΣΤΙΑΚΟΥ)

**2η ΣΤΑΣΗ:** Λ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ (ΠΡΩΗΝ Β' ΚΑΠΗ)

**3η ΣΤΑΣΗ:** Λ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ ΣΤΟ ΥΨΟΣ ΤΗΣ ΟΜΗΡΟΥ (ΕΝΑΝΤΙ ΠΛΑΤΕΙΑΣ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ)

**4η ΣΤΑΣΗ:** Λ. ΠΕΝΤΕΛΗΣ

(ΑΝΑΜΕΣΑ ΥΜΗΤΤΟΥ & ΜΠΑΚΟΓΙΑΝΝΗ

ΤΕΡΜΑ: Α ΚΑΠΗ ΚΙΣΣΑΒΟΥ

Οργανισμός Κοινωνικής Προστασίας & Αλληλεγγύης - ΔΗΜΟΣ ΒΡΙΑΗΣΣΙΩΝ - Τμήμα Λεσχών Φιλίας & Αλληλεγγύης

**Κισσάβου 11, 152 35 Βριλήσσια Τηλ: 210 8043 732 - 210 6856 570**