ΔΗΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ-ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ

ΚΑΠΗ ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2025

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΗ ΕΠΙΔΕΙΞΗ ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

Ειδικά προσαρμοσμένη για μέλη των ΚΑΠΗ μας, από επαγγελματίες υγείας, μέλη εθελοντών διασωστών της ΑΕΚ.

- Β΄ ΚΑΠΗ - Παρασκευή 21 Νοεμβρίου (10:00-13:00)
- Α΄ ΚΑΠΗ - Παρασκευή 28 Νοεμβρίου (10:00-13:00)

ΤΕΣΤ ΔΙΑΓΝΩΣΗΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΜΝΗΜΗΣ σε συνεργασία με το Κέντρο ΙΑΣΙΣ.

- Γ΄ ΚΑΠΗ - Δευτέρα 3 Νοεμβρίου

ΨΥΧΑΓΩΓΙΚΕΣ-ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΕΣ ΕΞΟΡΜΗΣΕΙΣ

Μονοήμερη Εκδρομή: Αράχωβα (βόλτα στην Πόλη) και φαγητό στο Ζεμενό.

- Α΄ ΚΑΠΗ - Σάββατο 29 Νοεμβρίου
- Β΄ ΚΑΠΗ - Σάββατο 8 Νοεμβρίου
- Γ΄ ΚΑΠΗ - Σάββατο 22 Νοεμβρίου
- Δ΄ ΚΑΠΗ - Σάββατο 15 Νοεμβρίου

ΚΑΠΗ ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2025

ΠΑΜΕ ΘΕΑΤΡΟ:

Θεατρική Παράσταση «Το Όνομα»

Η διάσημη Γαλλική κωμωδία που γνώρισε μεγάλη επιτυχία στο Παρίσι.

Ένα πανέξυπνο έργο, γεμάτο ρεαλισμό και χιούμορ.

Ερμηνεύουν: Ιεροκλής Μιχαηλίδης, Ρένια Λουιζίδου, Κρατερός Κατσούλης, Ντόρα Μακρυγιάννη, Λευτέρης Ζαμπετάκης.

- Α΄ ΚΑΠΗ - Τετάρτη 12 Νοεμβρίου
- Β΄ ΚΑΠΗ - Παρασκευή 21 Νοεμβρίου
- Γ΄ ΚΑΠΗ - Τετάρτη 19 Νοεμβρίου
- Δ΄ ΚΑΠΗ - Τετάρτη 26 Νοεμβρίου

ΠΟΛΥΗΜΕΡΕΣ ΕΚΔΡΟΜΕΣ

- Β΄ ΚΑΠΗ
  4ήμερη στη Θεσσαλονίκη: 27-30 Νοεμβρίου
- Δ΄ ΚΑΠΗ
  4ήμερη στη Μυτιλήνη: 22-25 Νοεμβρίου

ΚΑΠΗ ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2025

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ

σε συνεργασία με τον μη Κερδοσκοπικό Οργανισμό "ΕΜΦΑΣΙΣ" και το Εθνικό Θέατρο.

- Β΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τετάρτη 12:00-14:00
- Δ΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Πέμπτη 11:00-13:00

ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ

με τη Σκηνοθέτιδα Χριστίνα Ματθαίου.

- Α΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τρίτη 10:30-12:00
- Γ΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Δευτέρα 11:15-13:00

ΟΜΑΔΑ ΧΟΡΩΔΙΑΣ

με τον Μαέστρο Αλέξανδρο Ζέρβα.

- Α΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τετάρτη 9:15-10:15
- Β΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τρίτη 11:30-12:30
- Γ΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Πέμπτη 10:15-11:15
- Δ΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τρίτη 10:15-11:15

ΔΗΜΟΣ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ-ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗΣ

ΚΑΠΗ ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2025

ΟΜΑΔΑ ΠΕΤΑΝΓΚ:

υπό την καθοδήγηση της Γυμνάστριας Ελίνας Αλεξίου.

Κάθε Τετάρτη 10:15-11:15 για όλα τα ΚΑΠΗ
στο Α΄Στάδιο Αργυρούπολης.

ΟΜΑΔΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

με τη Γυμνάστρια Ελίνα Αλεξίου.

- Α΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Πέμπτη 10:15-11:15
- Β΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τετάρτη 11:15-12:15
- Γ΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Δευτέρα 10:15-11:15
- Δ΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Δευτέρα 11:30-12:30

ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ

με τη Χοροδιδάσκαλο Ζωή Ούτση.

- Α΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τρίτη 8:45-9:45
- Β΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Πέμπτη 8:45-9:45
- Γ΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τετάρτη 11:30-12:30
- Δ΄ ΚΑΠΗ - Κάθε Τρίτη 11:30-12:30