

**Κ.Α.Π.Η. ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ  
ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2025**

**Α΄ Κ.Α.Π.Η.(ΚΕΝΤΡΙΚΟ)**

<b>ΤΡΙΤΗ 1/4/2025:</b>	Πρωινός καφές –Ομιλία με θέμα: « Ρομποτική αρθροπλαστική γόνατος και ισχύου. Μια επαναστατική μέθοδος με γρήγορη αποκατάσταση, χωρίς πόνο και απώλεια αίματος» από τον κο Πέτρο Πετρίδη Ορθοπαιδικό Χειρουργό-Αθλίατρο ώρα 10 π.μ
<b>ΤΡΙΤΗ 8/4/2025:</b>	Πρωινός καφές – Ομιλία με θέμα; « Η διαχείριση του θυμού» από την ψυχολόγο του Δήμου κα Μαυροματίδου ώρα 10 π.μ
<b>ΤΡΙΤΗ 15/4/2025:</b>	Πρωινός καφές – Ευχές και μοίρασμα λαμπάδων στα μέλη του Κ.Α.Π.Η ώρα 10.00 π.μ
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 26/4/2025:</b>	Ημερήσια εκδρομή στην Ιερά Μονή Παναγίας Εικοσιφοίνισσας-Δράμα-Κεφαλάρι
<b>ΤΡΙΤΗ 29/4/2025:</b>	Πρωινός καφές- Ομιλία με θέμα: «Διατροφή στο σύνδρομο του ευερέθιστου εντέρου» από την διαιτολόγο του Δήμου κα .Παπαϊωάννου ώρα 10 π.μ
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 30/4/2025::</b>	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης «Έγκλημα και τιμωρία» στη Μονή Λαζαριστών ώρα 19:00

**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΜΑΔΩΝ Κ.Α.Π.Η.:**

Ποντιακή χορωδία:	Δευτέρα 10.00 – 11.00
Ποντιακό θέατρο:	Παρασκευή 10.00-13.00
Χορωδία παραδοσιακής μουσικής:	Τρίτη 11.30-12.30
Χορωδία:	Τετάρτη 10:00 – 11:00
Πρωινός καφές:	Τρίτη 10:00 - 11:00
Δανειστική βιβλιοθήκη:	Τρίτη 10.00-11.00
Γυμναστική:	Δευτέρα 11.45-12.30 (Α) και 12.30-13.15 (Β) 13.15-13.45 Μοντέρνος χορός Τετάρτη 9.00-9.45 (Γ) Πέμπτη 9.00-9.45 (Γ) 10.00-10.45 (Α) &12.00-12.45 (Β)
Παραδοσιακοί χοροί:	Πέμπτη 11.00-11.40
Δημιουργική απασχόληση-κατασκευές	Δευτέρα και Τετάρτη 10.00-13.00
Ομάδα εκδρομών	Μηνιαίες συναντήσεις για την οργάνωση και πραγματοποίηση των εκδρομών του Κ.Α.Π.Η
LLM Care (Νοητική και Σωματική ενδυνάμωση Πρόγραμμα Ιατρικής Σχολής Α.Π.Θ.)	Κατόπιν ραντεβού ( ατομικές συνεδρίες)

**ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ :**

ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ:	Δευτέρα 9.30-14.30 κατόπιν ραντεβού Τετάρτη 9:30 – 14:30
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ:	Τρίτη 9.00-15.00 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΟΣ:	Πέμπτη 7.30-15.30 κατόπιν ραντεβού
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ:	Καθημερινά 7:30– 15:30
ΚΟΙΝ. ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ:	Καθημερινά 7:30 –15:30
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ:	Καθημερινά 7:30-15.30
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ :	Δευτέρα 7.00-15.00 κατόπιν ραντεβού
ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ:	Τετάρτη 7.30-15.30
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΠΗ-ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ	Ψυχολόγος: Δευτέρα & Παρασκευή 8:30-14:30

**Β'Κ.Α.Π.Η. (ΚΗΦΙΣΙΑΣ)**

<b>ΠΕΜΠΤΗ 3/4/2025:</b>	Πρωινός καφές –Ομιλία με θέμα: « Ρομποτική αρθροπλαστική γόνατος και ισχύου. Μια επαναστατική μέθοδος με γρήγορη αποκατάσταση, χωρίς πόνο και απώλεια αίματος» από τον κο Πέτρο Πετρίδη , Ορθοπαιδικό Χειρουργο-Αθλίατρο ώρα 10 π.μ
<b>ΚΥΡΙΑΚΗ 6/4/2025:</b>	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης του έργου « Θελεστίνα» από το ΚΘΒΕ στη σκηνή του Βασιλικού Θεάτρου ώρα 19.00
<b>ΠΕΜΠΤΗ 10/4/2025:</b>	Πρωινός καφές – Ευχές και μοίρασμα λαμπάδων στα μέλη του Κ.Α.Π.Η ώρα 10.00 π.μ
<b>ΣΑΒΒΑΤΟ 12/4/2025:</b>	Πολιτιστική δράση με ξενάγηση στο Μουσείο Ύδρευσης και επίσκεψη στο Δέλτα του Αξιού

**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΜΑΔΩΝ Κ.Α.Π.Η.**

Ομάδα ποντιακών χορών	Δευτέρα 10.00 – 11.00
Ομάδα γυμναστικής	Τρίτη 9.30 – 10.15 & 10.15- 11.00 Παρασκευή 9.30 – 10.15 & 10.15- 11.00
Χορωδία παραδοσιακού τραγουδιού	Τετάρτη 10.00 – 11.00
Ομάδα παραδοσιακών χορών	Τετάρτη 11.00 – 12.00
Πρωινός καφές	Πέμπτη 10.00 - 11:00

Χορωδία	Πέμπτη 11.00 – 12.00
Ομάδα εκμάθησης αγγλικών	Πέμπτη 12.00 – 13.00
Ομάδα ανάγνωσης βιβλίου	Μία Δευτέρα το μήνα
Δημιουργική απασχόληση-κατασκευές	Δευτέρα & Παρασκευή 10.00 - 13:00
Ομάδα πολιτιστικών περιπάτων	Μία φορά το μήνα
Δανειστική βιβλιοθήκη	Τρίτη 10.00 – 12.00 & Πέμπτη 11.00 – 13.00
Ομάδα εκδρομών	Μηνιαίες συναντήσεις για την οργάνωση και πραγματοποίηση των εκδρομών του Κ.Α.Π.Η

#### ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ

ΓΕΝΙΚΟΣ ΙΑΤΡΟΣ	Πέμπτη 9.30 – 15.30 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΟΣ	Δευτέρα 8.00- 15.30 κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Τετάρτη 8.00 – 15.30 κατόπιν ραντεβού
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ:	Καθημερινά 8.00– 16.00
ΚΟΙΝ. ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ:	Καθημερινά 7.30 –15.30 εκτός Δευτέρας
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ:	Καθημερινά 7.30 – 15.30
ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ	Δευτέρα & Παρασκευή 7.00 – 15.00
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ	Τετάρτη 7.00 – 15.00
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΠΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ	Ψυχολόγος Τρίτη-Τετάρτη -Πέμπτη 8.30 – 14.00
ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ	Κατόπιν ραντεβού

**Γ Κ.Α.Π.Η (Ν. ΚΡΗΝΗΣ)**

<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 07/04/2025</b>	Πρωινός καφές – ομιλία με θέμα «Πάσχα Μέγα Πάσχα των πιστών» από την Θεολόγο κα Παππά Βασιλική ώρα 11 π.μ
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 14/04/2025</b>	Μοίρασμα λαμπάδων, ώρα 11 π.μ
<b>ΔΕΥΤΕΡΑ 28/04/2025</b>	Πρωινός καφές – ομιλία με θέμα «Η διατροφή στο ευερέθιστο έντερο» από την διαιτολόγο του Δήμου κα Παπαιωάννου
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 30/04/2025</b>	Παρακολούθηση της θεατρικής παράστασης «έγκλημα και τιμωρία» στη Μονή Λαζαριστών

**ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΜΑΔΩΝ Κ.Α.Π.Η.**

Πρωινός καφές	Δευτέρα 11:00 – 12:00
Ομάδα χορωδίας	Δευτέρα 10:00 – 11:00
Ομάδα εικαστικών	Τετάρτη 10:00 – 12:00
Ομάδα παραδοσιακής χορωδίας	Πέμπτη 11:00 – 12:00
Ομάδα ανάγνωσης	Τρίτη 10:00 (Μηνιαία συνάντηση)
Ομάδα γυμναστικής Α	Τρίτη κ Παρασκευή 11:45 – 12:30
Ομάδα Γυμναστικής Β	Τρίτη κ Παρασκευή 12:30 – 13:15

**ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ**

ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη 09:30 – 14:30 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΣ	Τετάρτη 11:30 – 15:30 κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Δευτέρα 09:00 – 14:00 κατόπιν ραντεβού
ΚΟΙΝ.ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ	Δευτέρα-Τρίτη- Παρασκευή 07.30-15.30
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ	Πέμπτη 07:00-15:00
ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά 07:00-15:00
ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ	Πέμπτη 07:30 – 15:30

### Ε΄ Κ.Α.Π.Η. (ΚΑΡΑΜΠΟΥΡΝΑΚΙ)

<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 02/04/2025</b>	Πρωινός καφές- Ομιλία με θέμα: «Διατροφή στο σύνδρομο του ευερέθιστου εντέρου» από την διαιτολόγο του Δήμου κα.Παπαϊωάννου, ώρα 11 π.μ
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 09/04/2025</b>	Δράση με το Δημοτικό ιατρείο, α) δωρεάν έλεγχο χοληστερίνης, σακχάρου, αρτηριακής πίεσης β) κατευθυντήριες οδηγίες διατροφής, γ) δωρεάν έλεγχο μνήμης, με τη χρήση εξειδικευμένων νευροψυχολογικών δοκιμασιών και δ) ενημέρωση και έλεγχο της μη υγιούς χρήσης αλκοόλ, ώρα 10:00 έως 12:30
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 09/04/2025</b>	Πρωινός καφές – μοίρασμα λαμπάδων με την συμμετοχή της χορωδίας του Ε ΚΑΠΗ, ώρα 11 π.μ
<b>ΠΕΜΠΤΗ 10/04/2025</b>	Επίσκεψη τμήματος του 2 <sup>ου</sup> Γυμνασίου Καλαμαριάς στο Ε ΚΑΠΗ
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 30/04/2025</b>	Πρωινός καφές – Ομιλία με θέμα: « Η διαχείριση του θυμού» από την ψυχολόγο του Δήμου κα Μαυροματίδου. ώρα 11 π.μ.
<b>ΤΕΤΑΡΤΗ 30/04/2025</b>	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης «Εγκλημα και τιμωρία» στη Μονή Λαζαριστών

### ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΜΑΔΩΝ Κ.Α.Π.Η.

Πρωινός καφές:	Τετάρτη 11:00 – 12:00
Ομάδα χορωδίας:	Τρίτη 12:00 – 13:00
Ομάδα χειροτεχνίας	Τετάρτη 10:00
Ομάδα γυμναστικής Α	Δευτέρα 09:30 – 10:15 Τετάρτη 12:00 – 12:45
Ομάδα γυμναστικής Β	Δευτέρα 10:15 – 11:00 Τετάρτη 12:45 – 13:30
Ομάδα Ανάγνωσης βιβλίου	Μηνιαία συνάντηση την τελευταία Παρασκευή του μήνα ώρα 12:00

### ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ

ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ	Τρίτη 09:30 – 14:30 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΣ	Τετάρτη 07:30 – 11:00 κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη 09:00 – 14:00 κατόπιν ραντεβού
ΚΟΙΝ.ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ	Καθημερινά 07:00-15:00
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ	Τρίτη-Τετάρτη 07:00-15:00
ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά 07:30-15:30
ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ	Τρίτη 07:30 – 15:30