

Κ.Α.Π.Η. ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2026

Α΄ Κ.Α.Π.Η.(ΚΕΝΤΡΙΚΟ)

ΤΡΙΤΗ 3/2/2026:	Πρωινός καφές -Ομιλία με θέμα «Κακοποίηση ηλικιωμένων» από την ψυχολόγο της Γενικής Δ/σης Δημόσιας Υγείας κα Τσάνταλη Ελένη ώρα 10.00 π.μ
ΚΥΡΙΑΚΗ 8/2/2026	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης «Πατροκοσμάς ο Αιτωλός-Φωνή εν τη ερήμω » στο θέατρο Μελίνα Μερκούρη ώρα 7 μ.μ.
ΤΡΙΤΗ 10/2/2026:	Πρωινός καφές -Ομιλία με θέμα «Δημοτικό Φαρμακείο » από την Κοιν.Λειτουργό και τον φαρμακοποιό του Δημοτικού Φαρμακείου ώρα 10.00 π.μ
ΤΡΙΤΗ 17/2/2026:	Αποκριάτικο γλέντι ώρα 12 μ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 20/2/2026:	Επίσκεψη μαθητών του τμήματος βοηθών φυσικοθεραπείας του ΕΠΑΛ Καλαμαριάς
ΤΡΙΤΗ 24/2/2026:	Πρωινός καφές -Ομιλία με θέμα «Άσκηση και αγγειακή υγεία» από κο. Μποντίνη Ευάγγελο, αγγειοχειρουργό ώρα 10:00 π.μ.
ΣΑΒΒΑΤΟ 28/2/2026:	Ημερήσια εκδρομή στο Ελατοχώρι

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 :

ΓΕΝΙΚΟΣ ΓΙΑΤΡΟΣ:	Τρίτη 8.00-14.00
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ:	Κάθε Τετάρτη
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
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΠΗ-ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ	Ψυχολόγος: Δευτέρα & Παρασκευή 8:30-14:30

**Κ.Α.Π.Η. ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2026**

Κ.Α.Π.Η. ΚΗΦΙΣΙΑΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ 4/2/2026:	Κοπή βασιλόπιτας των ΚΑΠΗ στην αίθουσα εκδηλώσεων BEER FEST
ΠΕΜΠΤΗ 5/2/2026	Πρωινός καφές – Ομιλία με θέμα «Η σημασία της αγκαλιάς» από την Κοιν. Λειτουργό του ΚΑΠΗ
ΚΥΡΙΑΚΗ 8/2/2026:	Παρακολούθηση του έργου « Πατροκοσμάς ο Αιτωλός-Φωνή εν ερήμω» στο Δημοτικό Θέατρο « Μελίνα Μερκούρη» Ώρα 7μ.μ
ΔΕΥΤΕΡΑ 9/2/2026:	Ξενάγηση στην Αγιορείτικη Εστία – Επίσκεψη στην έκθεση έργων του Φώτη Κόντογλου από τον κο Κασσιανίδη Ν. στα πλαίσια των πολιτιστικών δράσεων. Ώρα 11π.μ
ΤΡΙΤΗ 10/2/2026:	Συνάντηση της ομάδας βιβλιοανάγνωσης με την ψυχολόγο κα Ξηρού ώρα 11π.μ
ΠΕΜΠΤΗ 12/2/2026:	Τσικνοπέμπτη στην Περιστερά
ΠΕΜΠΤΗ 19/2/2026:	Αποκριάτικη εκδήλωση με τη συμμετοχή των χορωδιακών και χορευτικών σχημάτων του Κ.Α.Π.Η
ΤΡΙΤΗ 24/2/2026:	Συνάντηση της ομάδας βιβλιοανάγνωσης με την ψυχολόγο κα Ξηρού ώρα 11π.μ
ΠΕΜΠΤΗ 26/2/2026:	Πρωινός καφές -Ομιλία με θέμα «Η Υγεία ως Κήπος: Πώς ανθίζει το σώμα και η ψυχή σε κάθε ηλικία» από την Δρ.Πετρονέλα Νεμεσέγκοβα γενική γιατρό ώρα 10.00 π.μ.
ΣΑΒΒΑΤΟ 28/2/2026:	Ημερήσια εκδρομή στην περιοχή του Κιλκίς

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΜΑΔΩΝ Κ.Α.Π.Η.

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 βιβλιοάσκησης	Τρίτη (ανά δεκαπενθήμερο) 11.00
Ομάδα πολιτιστικών δράσεων	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 – 14.30 κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη (μια φορά το μήνα) κατόπιν ραντεβού
ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ	Τρίτη 8.30 – 13.30 κατόπιν ραντεβού
ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟΣ	Τρίτη 9.00 - 14.00 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΕΔΙΚΟΣ	Τετάρτη 8.00 - 15.30 κατόπιν ραντεβού
ΨΥΧΙΑΤΡΟΣ	Τετάρτη 9.00 - 14.00 κατόπιν ραντεβού
ΟΦΘΑΛΜΙΑΤΡΟΣ	Κατόπιν ραντεβού
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ:	Καθημερινά 7.30– 15.30
ΚΟΙΝ. ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ:	Καθημερινά 7.30 –15.30
ΦΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ:	Καθημερινά 7.30 – 15.30
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ	Παρασκευή 7.00 – 15.00
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΠΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ	Ψυχολόγος Τρίτη-Τετάρτη -Πέμπτη 8.30 – 14.00
ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ	Κατόπιν ραντεβού

**Κ.Α.Π.Η. ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2026**

Γ Κ.Α.Π.Η (Ν. ΚΡΗΝΗΣ)

ΚΥΡΙΑΚΗ 01/02/2026	Παρακολούθηση Θεατρικής παράστασης στο Βασιλικό θέατρο «Αυτή η νύχτα μένει» ώρα 18:30
ΔΕΥΤΕΡΑ 02/02/2026	Πρωϊνός καφές- ομιλία με τίτλο «κλασσική μουσική πηγή χαράς, γνώσης και πολιτισμού» από τον κ.Κορωνάκη Γεώργιο ώρα 11:00 π.μ.
ΤΕΤΑΡΤΗ 04/02/2026	Κοπή Βασιλόπιτας στο Beerfest ώρα 13:00
ΚΥΡΙΑΚΗ 08/02/2026	Παρακολούθηση Θεατρικής παράστασης στο Δημοτικό Θέατρο Μελίνα Μερκούρη «Φωνή εν ερήμω, Πατροκοσμάς ο Αιτωλός» ώρα 19:00
ΔΕΥΤΕΡΑ 09/02/2026	Πρωϊνός καφές ομιλία με θέμα «γυναικολογική υγεία σε κάθε ηλικία, πρόληψη και έγκαιρη διάγνωση» από τον Γυναικολόγο κο Μοσχίδη ώρα 11:00 π.μ.
ΤΕΤΑΡΤΗ 12/02/2026	Εκδρομή Άγιος Παΐσιος, Αγία Αναστασία και επίσκεψη στο χωριό Αγίου Προδρόμου Χαλκιδικής
ΚΥΡΙΑΚΗ 15/02/2026	Παρακολούθηση Θεατρικής παράστασης στο φουαγιέ της εταιρείας Μακεδονικών Σπουδών «Γείτονες από πάνω» ώρα 19:30
ΔΕΥΤΕΡΑ 16/02/2026	Πρωϊνός καφές αναφορά στις Αποκριές από τον κοινωνικό λειτουργό
ΔΕΥΤΕΡΑ 23/02/2026	ΚΑΘΑΡΑ ΔΕΥΤΕΡΑ - ΑΡΓΙΑ

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΜΑΔΩΝ Κ.Α.Π.Η.

Πρωϊνός 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 Βιβλίου (λέσχη ανάγνωσης)	Τρίτη 1ο Φεβρουαρίου ώρα 10:00
Ομάδα γυμναστικής Α «ήπιο»	Τρίτη κ Παρασκευή 11:45 – 12:30
Χορευτικά	Τρίτη κ Παρασκευή 12:35 – 12:50
Ομάδα γυμναστικής Β «πιλάτες»	Τρίτη κ Παρασκευή 12:50 – 13:40
Ομάδα εκμάθησης Ισπανικών	Τετάρτη 12:00-12:45 κ Πέμπτη 10:00 –10:45

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ

ΓΕΝΙΚΗ ΙΑΤΡΟΣ	Τετάρτη 08:00- 14:00 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΣ	Δευτέρα 09/02 και 23/02 , κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη 17 Φεβρουαρίου κατόπιν ραντεβού
ΚΟΙΝ.ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ	Δευτέρα-Τρίτη- Παρασκευή 07.30-15.30
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ	Τετάρτη-Πέμπτη 07:00-15:00
ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά 07:00-15:00

**Κ.Α.Π.Η. ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2026**

Δ Κ.Α.Π.Η (ΦΟΙΝΙΚΑΣ)

ΚΥΡΙΑΚΗ 01/02/2026	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης του Κ.Θ.Β.Ε. στο Βασιλικό Θέατρο «Αυτή η νύχτα μένει». ώρα 18:30
ΤΕΤΑΡΤΗ 04/02/2026	Κοπή Βασιλόπιτας των ΚΑΠΗ Καλαμαριάς στο Beerfest (πρώην Μάκρο), ώρα 13:00 π.μ.
ΚΥΡΙΑΚΗ 08/02/2026	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης στο Δημοτικό Θέατρο Μελίνα Μερκούρη «Φωνή εν ερήμω». ώρα 19:00
ΤΕΤΑΡΤΗ 11/02/2026	Πρωϊνός καφές ομιλία με θέμα «Ο ύπνος» από την κα Παπαγεωργίου Π. νοσηλεύτρια του Συμβουλευτικού σταθμού Άνοιας Δήμου Καλαμαριάς, ώρα 10:00 π.μ.
ΚΥΡΙΑΚΗ 15/02/2026	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης του Κ.Θ.Β.Ε στο Βασιλικό Θέατρο «Γείτονες από πάνω» ώρα 19:30
ΤΕΤΑΡΤΗ 18/02/2026	Πρωϊνός καφές αναφορά στα έθιμα των Αποκριών από τον κοινωνικό λειτουργό
ΤΕΤΑΡΤΗ 25/02/2026	Πρωϊνός καφές ομιλία με θέμα «10 τρόποι ασφάλειας στο ίντερνετ» από την Καθηγήτρια Δασολογίας του Α.Π.Θ. κα Ανδρεοπούλου Ζαχαρούλα

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΜΑΔΩΝ Κ.Α.Π.Η.

Πρωινός καφές	Τετάρτη 10:00 – 11:00
Ομάδα χορωδίας	Δευτέρα 11:30 – 12:30
Ομάδα Γυμναστικής	Τρίτη 10:00- 11:00 και Παρασκευή 11:30 –12:30

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ

ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΣ	Παρασκευή και Τετάρτη κατόπιν ραντεβού
ΝΕΥΡΟΛΟΓΟΣ	Δευτέρα κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	11/02/2026 κατόπιν ραντεβού
ΚΟΙΝ.ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ	Τετάρτη- Πέμπτη 07.30-15.30
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά
ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά 07:30-15:30

**Κ.Α.Π.Η. ΔΗΜΟΥ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΥ 2026**

Ε΄ Κ.Α.Π.Η. (ΚΑΡΑΜΠΟΥΡΝΑΚΙ)

ΚΥΡΙΑΚΗ 01/02/2026	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης του Κ.Θ.Β.Ε. στο Βασιλικό Θέατρο «Αυτή η νύχτα μένει». Ώρα 18:30
ΤΕΤΑΡΤΗ 04/02/2026	Κοπή Βασιλόπιτας των ΚΑΠΗ Καλαμαριάς στο Beerfest (πρώην Μάκρο), ώρα 13:00
ΤΕΤΑΡΤΗ 11/02/2026	Πρωινός καφές – Αποκριάτικο γλέντι ώρα 11:00
ΤΕΤΑΡΤΗ 18/02/2026	Πρωινός καφές – Ομιλία με θέμα «Οι 3 αλήθειες της ζωής» από την ψυχολόγο κα Ξηρού Βασιλική ώρα 11:00
ΤΕΤΑΡΤΗ 25/02/2026	Πρωινός καφές – Ομιλία με θέμα « Γιατί αυξάνεται η μοναξιά στην τρίτη ηλικία» από την Κοιν. Λειτουργό του ΚΑΠΗ ώρα 11:00

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΙΣ ΟΜΑΔΩΝ Κ.Α.Π.Η.

Πρωινός καφές:	Τετάρτη 11:00 – 12:00
Ομάδα χορωδίας:	Τρίτη 12:00 – 13:00
Ομάδα χειροτεχνίας	Τρίτη 10:30-11:30
Ομάδα γυμναστικής	<u>Δευτέρα</u> Πρώτο Τμήμα: 09:30 – 10:15 Δεύτερο Τμήμα: 10:20 – 11:05
Ομάδα γυμναστικής	<u>Τετάρτη</u> Πρώτο Τμήμα: 12:00 – 12:45 Δεύτερο Τμήμα: 12:50- 13:35
Ομάδα Ανάγνωσης βιβλίου	Τελευταία Παρασκευή του μήνα ώρα 12:00

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ

ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ	Παρασκευή 08:00-14:00 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΣ	Δευτέρα 2 & 16 Φεβρουαρίου κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη 5 & 19 Φεβρουαρίου κατόπιν ραντεβού
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη 07:00-15:00 κατόπιν ραντεβού Παρασκευή 08:00-15:00
ΚΟΙΝ.ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ	Καθημερινά 07:00-15:00
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ	Τρίτη, Πέμπτη & Παρασκευή 07:00-15:00
ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά 07:00-15:00

