

## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ – ΕΝΗΜΕΡΩΣΕΙΣ

Ενημερώνουμε τα μέλη μας ότι για τα τμήματα γυμναστικής, χειροτεχνίας, και χορωδίας παρακαλούμε όπως δηλώσετε συμμετοχή στο ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ και ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ για να φτιαχτούν τα τμήματα των προγραμμάτων.

*Αφιερωμένη η 1<sup>η</sup> Οκτωβρίου, Ημέρα 3<sup>ης</sup> Ηλικίας, στην αγαπημένη μας γιαγιά και στον παππού, που μας μεγάλωσαν, που μας αγάπησαν αληθινά και με ένα χαμόγελό μας η μέρα τους γεμίζει χρώμα.*

*Πόσο πολύ τους αγαπάμε αλήθεια;!*

*Οι γνωστές συμβουλές της γιαγιάς, οι μυρωδιές από την κουζίνα της, τα αστεία του παππού, το χαρακτηριστικό τους γέλιο, οι ιστορίες τους, οι αγκαλιές τους, το χάδι τους...*

*Με απέραντη αγάπη τους αφιερώνουμε την 1<sup>η</sup> Οκτωβρίου αλλά και κάθε μέρα που περνάει.*



**ΔΗΜΟΣ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ ΜΕΣΟΓΑΙΑΣ**

**ΤΜΗΜΑ Κ.Α.Π.Η.**

**(ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΟΙΚΤΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ)**

**ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ:**

Γ. Παπαβασιλείου & Γκλιάτη 2, Τηλ.: 22990-22579, 22990-22665

e-mail: kapi.mar@hotmail.com

**ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ:** Αγ. Νικολάου 1, Τηλ.: 210-7546767

### **ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2025**



**Ο Δήμαρχος Μαρκοπούλου Κωνσταντίνος Δ. Αλλαγιάννης,  
ο Αντιδήμαρχος Πολιτισμού και  
Μέριμνας για την Τρίτη Ηλικία Δημήτριος Σ. Κολιαβασίλης,  
το Δ.Σ. και το προσωπικό των ΚΑΠΗ εύχονται:**

**ΚΑΛΟ ΜΗΝΑ!**

## ΠΕΜΠΤΗ 2 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Με αφορμή τη Παγκόσμια ημέρα της Τρίτης Ηλικίας (1<sup>η</sup> Οκτωβρίου) θα πραγματοποιηθεί γλάντι αφιερωμένο με πολλή αγάπη στα μέλη των ΚΑΠΗ μας, στο Μαρκόπουλο και στο Πόρτο Ράφτη .

### Θα προσφερθεί πλήρες μενού από το Δήμαρχο

Ώρα προσέλευσης και στα δύο ΚΑΠΗ 11:00 π.μ.



## ΤΕΤΑΡΤΗ 8 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2025

Στο ΚΑΠΗ Πόρτο Ράφτη θα έχουμε κοντά μας την σύμβουλο ομορφιάς και υγείας κα Αθανασάκου Ελένη, που θα μας δείξει τη **Μίνι Ρουτίνα Ομορφιάς** για το πρόσωπό μας και θα ακολουθήσει για τα μέλη μας καθαρισμός προσώπου δωρεάν.

Ώρα προσέλευσης 10:00 π.μ.

## ΔΕΥΤΕΡΑ 13 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

### **ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ: ΔΕΛΦΟΙ ΚΑΙ ΜΟΥΣΕΙΟ ΔΕΛΦΩΝ**

Αναχωρούμε για την εκδρομή με αρχικό προορισμό τους Δελφούς και μία ενδιάμεση στάση για καφέ. Έπειτα φτάνουμε στο αρχαιολογικό Μουσείο των Δελφών για περιήγηση. Στην συνέχεια θα γευματίσουμε στην ταβέρνα Ομφαλός.



Κόστος εισόδου για το μουσείο 10€ (συμμετοχή προαιρετική).

Εγγραφές: Δευτέρα 6 Οκτωβρίου 2025

Κόστος Συμμετοχής: 20€

Αναχώρηση από ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ 8:15 π.μ. και από ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ 8:30 π.μ.



## ΤΕΤΑΡΤΗ 22 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ 2025

Στο ΚΑΠΗ Μαρκοπούλου θα έχουμε κοντά μας την σύμβουλο ομορφιάς και υγείας την κ. Αθανασάκου Ελένη που θα μας δείξει τη **Μίνι Ρουτίνα Ομορφιάς** για το πρόσωπο μας και θα πραγματοποιηθεί στα μέλη μας καθαρισμός προσώπου δωρεάν.

Την κ. Αθανασάκου Ελένη μπορείτε να την βρείτε στο ιδιόκτητο κατάστημα της **Lovely Cosmetics**: Λεωφόρου Πόρτο Ράφτη -Αυλακιού, Πόρτο Ράφτη Και να απολαύσετε τον κόσμο των καλλυντικών και αρωμάτων και τις συμβουλές της.

Ώρα προσέλευσης 10:00 π.μ.

## ΔΕΥΤΕΡΑ 27 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ

Εορταστική εκδήλωση για την Επέτειο της 28<sup>ης</sup> Οκτωβρίου στο ΚΑΠΗ Μαρκοπούλου και Πόρτο Ράφτη. Τα μέλη θα απαγγείλουν ποιήματα και θα τραγουδήσουν επετειακά τραγούδια.

Ώρα προσέλευσης: 10.30 π.μ.

Στο τέλος της εκδήλωσης θα ακολουθήσει κέρασμα.