

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ – ΕΝΗΜΕΡΩΣΕΙΣ

Ενημερώνουμε τα μέλη μας:

Ξεκίνησαν τα **Τμήματα Γυμναστικής** στο **ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ** κάθε Δευτέρα 10:00-11:00 π.μ. & Πέμπτη 10:00-11:00 π.μ.

Αντίστοιχα, στο **ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ** τα μαθήματα πραγματοποιούνται κάθε **Τετάρτη**. Οι ώρες είναι οι εξής: 1ο τμήμα: 9:00- 9:45, 2ο τμήμα: 9:45-10:30, 3ο τμήμα: 10:30-11:15. Τις Παρασκευές: 1ο τμήμα: 9:00-9:45, 2ο τμήμα: 9:45-10:30, 3ο τμήμα: 10:30 -11:15

Όλες οι εκδρομές και οι περίπατοι ακυρώνονται όταν υπάρχει κακοκαιρία.

ΓΙΑ ΟΠΟΙΑΔΗΠΟΤΕ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΑΠΕΥΘΥΝΕΣΤΕ ΣΤΙΣ ΥΠΕΥΘΥΝΕΣ ΤΩΝ ΚΑΠΗ :

ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ: 2299022579 & ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ: 2107546167



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

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2025



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

ΚΑΛΟ ΜΗΝΑ !

**ΠΕΜΠΤΗ 6 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ (ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ) ΚΑΙ ΔΕΥΤΕΡΑ 10
ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ (ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ)**

Προσκαλούμε όλους τους δημότες και πολίτες της Τρίτης Ηλικίας του Δήμου Μαρκοπούλου και Πόρτο Ράφτη να παρακολουθήσουν την Ενημερωτική διάλεξη που θα πραγματοποιηθεί στα ΚΑΠΗ του Δήμου Μαρκοπούλου και Πόρτο Ράφτη, με θέμα «**ΕΙΔΙΚΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΟΦΥΓΗ ΕΞΑΠΑΤΗΣΗΣ ΠΟΛΙΤΩΝ**» από στελέχη του Τμήματος Δίωξης και Εξιχνίασης Εγκλημάτων Μαρκοπούλου Μεσογαίας.

ΩΡΑ ΠΡΟΣΕΛΕΥΣΗΣ: 10:00 π.μ.

Γιατί η γνώση και η αυτοπροστασία είναι τρόπος προστασίας των πολιτών.



Σας περιμένουμε όλους!!!

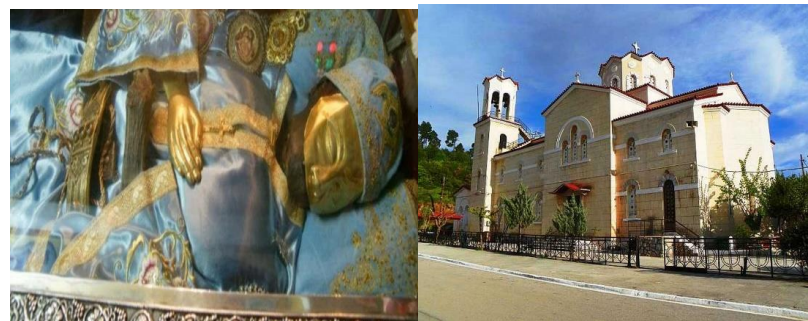
ΤΡΙΤΗ 18 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ
ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟΝ ΑΓ ΙΩΑΝΝΗ ΡΩΣΣΟ

Αναχωρούμε για το **Προκόπι**, ένα από τα πιο φημισμένα και μεγαλύτερα χωριά της Εύβοιας και τόπο ιερού προσκυνήματος του Όσιου Ιωάννη του Ρώσσου, του θαυματουργού, του οποίου το σκήνωμα μετέφεραν πρόσφυγες από το Προκόπι της Μικράς Ασίας μετά τη μικρασιατική καταστροφή του 1922, σε αυτή την περιοχή.

Εγγραφές: Δευτέρα 10 Νοέμβριου

Κόστος Συμμετοχής: 20€

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



ΠΕΜΠΤΗ 27 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ

Πρωινός περίπατος στην Ραφήνα για καφεδάκι & ουζάκι

Τα μέλη του ΚΑΠΗ θα έχουν τη δυνατότητα να απολαύσουν τη βόλτα τους στην όμορφη Ραφήνα, να πάρουν τον πρωινό τους καφέ με θέα τη θάλασσα και να απολαύσουν γευστικούς ουζομεζέδες.

Τιμή συμμετοχής: 8€

Εγγραφές : Παρασκευή 21 Νοέμβριου

