

## ΠΕΜΠΤΗ 11 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024

### ΜΟΝΟΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ ΣΤΟ ΝΑΥΠΛΙΟ

Επίσκεψη στο φρούριο του Παλαμηδίου και στο Μπούρτζι (με το караβάκι). Ελεύθερος χρόνος μετά στην πόλη, για περπάτημα στα γραφικά σοκάκια, φαγητό στα παραδοσιακά ταβερνάκια, καφέ και ψώνια.



Κόστος Εκδρομής: 15 €

Κόστος για το караβάκι στο Μπούρτζι: 5€ και είσοδος 3€

Εγγραφές: Παρασκευή 5 Απριλίου 2024

Ωρα αναχώρησης 8:30 από το ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ και 8:45 από το ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ.

## ΠΕΜΠΤΗ 18 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024

ΠΡΩΙΝΟΣ ΠΕΡΙΠΑΤΟΣ - ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑ ΣΤΗΝ ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΣΤΗΝ ΑΓ. ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ ΣΤΟ ΜΑΖΙ ΜΕΓΑΡΩΝ. Εν συνέχεια θα μεταβούμε στην Πάχη για καφέ!



Κόστος μεταφοράς: 10€

Εγγραφές: Δευτέρα 15 Απριλίου 2024

Ωρα αναχώρησης 8:30 από το ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ και 8:45 ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ.

## ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 26 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024

ΠΡΩΙΝΟΣ ΠΕΡΙΠΑΤΟΣ ΣΤΟ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΙΚΟ ΠΑΡΚΟ «ΑΝΤΩΝΗ ΤΡΙΤΣΗ» ΣΤΟ ΊΛΙΟΝ.

Αν θέλουμε, μπορούμε να πάρουμε και τα μεζεδάκια μας, να κάνουμε πικ - νικ, να περπατήσουμε και να πιούμε το καφεδάκι μας στις καφετέριες του πάρκου.

Κόστος μεταφοράς: 8€

Εγγραφές: Δευτέρα 22 Απριλίου 2024

Ωρα αναχώρησης 8:30 από το ΚΑΠΗ ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ και 8:45 ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ.



## ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΕΙΣ – ΕΝΗΜΕΡΩΣΕΙΣ

ΟΜΑΔΕΣ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ:

ΚΑΠΗ Πόρτο Ράφτη: Τετάρτη & Παρασκευή, 8:00 - 9:00 & 9:00 - 10:00

ΚΑΠΗ Μαρκοπούλου: Τρίτη & Πέμπτη, 9:00 - 10:00

## ΟΜΑΔΕΣ ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΣ

ΚΑΠΗ Πόρτο Ράφτη, κάθε Τετάρτη 10:00 – 12:00 στην επάνω αίθουσα του ΚΑΠΗ.

ΚΑΠΗ Μαρκοπούλου, κάθε Πέμπτη 10:00 – 12:00, στην επάνω αίθουσα του ΚΑΠΗ.

## ΟΜΑΔΑ ΧΟΡΩΔΙΑΣ

Κάθε Δευτέρα 18:00 – 19:00 στο ΚΑΠΗ Μαρκοπούλου

**ΟΙ ΑΝΑΝΕΩΣΕΙΣ ΤΩΝ ΚΑΡΤΩΝ ΓΙΑ ΤΑ ΜΕΛΗ ΤΩΝ ΚΑΠΗ  
ΕΧΟΥΝ ΞΕΚΙΝΗΣΕΙ!**

**ΟΙ ΑΝΑΝΕΩΣΕΙΣ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ  
ΜΕΧΡΙ 30 ΑΠΡΙΛΙΟΥ 2024**



*«Ο ΑΠΡΙΛΗΣ ΜΕ ΤΑ ΛΟΥΛΟΥΔΑ ΚΑΙ Ο ΜΑΗΣ ΜΕ ΤΑ ΡΟΔΑ!»*



**ΔΗΜΟΣ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ  
ΜΕΣΟΓΑΙΑΣ  
ΤΜΗΜΑ Κ.Α.Π.Η.**

**(ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΟΙΚΤΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ)  
ΚΑΠΗ ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟΥ (Παπαβασιλείου & Γκλιάτη 1):**

**Τηλ.: 22990-22579, 22665**

**e-mail: kapi.mar@hotmail.com**

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

**ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2024**



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

**«ΚΑΛΟ ΜΗΝΑ ΜΕ ΥΓΕΙΑ»**