

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

Α΄ Κ.Α.Π.Η.(ΚΕΝΤΡΙΚΟ)

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2/10/2026:	ΔΩΡΕΑΝ ημερήσια εκδρομή στην Ιερά Μονή Παναγίας Δοβρά-΄Αγιο Νικόλαο Νάουσας-Βέροια
ΤΡΙΤΗ 6/10/2026:	Πρωινός καφές .Ομιλία με θέμα: «Αντιγριπικός εμβολιασμός» από το ΚΥ 25 ^{ης} Μαρτίου - ώρα 10.00 π.μ..
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 9/10/2026:	ΔΩΡΕΑΝ ημερήσια εκδρομή στην Ιερά Μονή Τιμίου Προδρόμου-΄Αη Γιάννη Σερρών
ΚΥΡΙΑΚΗ 11/10/2026:	Παρακολούθηση της θεατρικής παράστασης «Φάκελος Μαίριλιν Μονρόε» στο φουαγιέ της εταιρείας Μακεδονικών Σπουδών ώρα 8 μ.μ.
ΤΡΙΤΗ 13/10/2026:	Πρωινός καφές .Ομιλία με θέμα: «Όταν τα χέρια μιλούν: Η σιωπηλή γλώσσα της επικοινωνίας στη ζωγραφική» από την ψυχολόγο κα Μαυροματίδου Μαρία
ΤΡΙΤΗ 20/10/2026:	Τα παιδιά του 27 ^{ου} Νηπιαγωγείου Καλαμαριάς μας τραγουδούν και μας απαγγέλουν ποιήματα για το έπος του ΄40 ώρα 10 π.μ.
ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 23/10/2026:	ΔΩΡΕΑΝ ημερήσια εκδρομή στην Ιερά Μονή Παναγίας Δοβρά-΄Αγιο Νικόλαο Νάουσας-Βέροια
ΤΡΙΤΗ 27/10/2026::	Πρωινός καφές -Ομιλία με θέμα: «Αφιέρωμα στην μουσική του ΄40» από τον αρχιμουσικό κο Κορωνάκη Γιώργο και παραδοσιακοί χοροί από την χορευτική ομάδα ώρα 10 πμ

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 :

ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟΣ	Δευτέρα 9.00-13.30
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 Τετάρτη 8.00-15.00 κατόπιν ραντεβού
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΠΗ-ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ	Νευρολόγος: Δευτέρα 8:30-14:30 Ψυχολόγος: Δευτέρα & Παρασκευή 8:30-14:30

Β' Κ.Α.Π.Η ΚΗΦΙΣΙΑΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ 7/10/2026:	Δωρεάν ημερήσια εκδρομή Ι.Μ Τιμίου Προδρόμου – Άη Γιάννης Σερρών
ΠΕΜΠΤΗ 8/10/2026:	Πρωινός καφές – Εκδήλωση για την Παγκόσμια Ημέρα Ηλικιωμένων με τη συμμετοχή μαθητών του 13 ^{ου} Νηπιαγωγείου Καλαμαριάς 10.00 π.μ
ΔΕΥΤΕΡΑ 12/10/2026:	Ξενάγηση στα Λουτρά Παράδεισος (Μπέη Χαμάμ) από τον κο Κασσιανίδη Ν. στα πλαίσια των πολιτιστικών δράσεων. 11.00π.μ Εγνατίας 84
ΤΕΤΑΡΤΗ 14/10/2026:	Εμφάνιση της χορωδίας παραδοσιακού τραγουδιού υπό τη διεύθυνση του Μουρτιάδη Β. σε εκδήλωση για την Παγκόσμια Ημέρα Ηλικιωμένων στο 4 ^ο Νηπιαγωγείο Καλαμαριάς 12.00
ΠΕΜΠΤΗ 15/10/2026:	Πρωινός καφές – Ομιλία με θέμα « Εμβολιασμοί Ενηλίκων» από το ΚΥ 25 ^{ης} Μαρτίου 10.00π.μ
ΣΑΒΒΑΤΟ 17/10/2026:	Ημερήσια εκδρομή σε Μετέωρα - Καλαμπάκα
ΠΕΜΠΤΗ 22/10/2026:	Πρωινός καφές – Ομιλία με θέμα « Το άγχος δεν έχει ηλικία» από την ψυχολόγο Τιλκερίδου Μαριάννα 10.00π.μ
ΠΕΜΠΤΗ 29/10/2026:	Πρωινός καφές – Ομιλία με θέμα « Η θεραπευτική αξία των ιαματικών λουτρών» από την φυσικοθεραπεύτρια του Κ.Α.Π.Η 10.00π.μ

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 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
Ομάδα θεατρικής αγωγής	Παρασκευή 11.15΄

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	Δευτέρα 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	Δευτέρα 7.30 – 15.30
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΚΑΠΗ	Νευρολόγος Δευτέρα 8.30 – 14.00
ΕΤΑΙΡΕΙΑΣ ΑΛΤΣΧΑΪΜΕΡ	Ψυχολόγος Τρίτη-Τετάρτη -Πέμπτη 8.30 – 14.00
ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ	Δευτέρα κατόπιν ραντεβού

Γ Κ.Α.Π.Η (Ν. ΚΡΗΝΗΣ)

ΠΕΜΠΤΗ 01/10/2026	Δωρεάν ημερήσια εκδρομή Ιερά Μονή Παναγιάς Δοβρά , Άγιος Νικόλαος, Βέροια
ΔΕΥΤΕΡΑ 07/10/2026	Πρωϊνός καφές ομιλία με θέμα «Αντιγριπικός εμβολιασμός» από την κα Φωστηροπούλου επισκέπτρια υγείας από το Κ.Υ. 25 ^{ης} Μαρτίου. ώρα 11:00 π.μ.
ΚΥΡΙΑΚΗ 11/10/2026	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης «Φάκελος Μέριλιν Μονρόε» από το ΚΘΒΕ , Θέατρο Εταιρείας Μακεδονικών Σπουδών, ώρα 20:00.
ΔΕΥΤΕΡΑ 12/10/2026	Πρωϊνός καφές ομιλία με θέμα «Όταν τα χέρια μιλούν: Η σιωπηλή γλώσσα της επικοινωνίας στη ζωγραφική» από την κα Μαυροματίδου ψυχολόγος Δήμου Καλαμαριάς, ώρα 11:00 π.μ.
ΤΕΤΑΡΤΗ 14/10/2026	Δωρεάν ημερήσια εκδρομή Ιερά Μονή Τιμίου Προδρόμου , Άγιος Γιάννης, Σέρρες
ΔΕΥΤΕΡΑ 19/10/2026	Πρωϊνός καφές ομιλία με θέμα «Η μουσική ζωή στα χρόνια του 1940» από τον κα Κορωνάκη μουσικό Δήμου Καλαμαριάς και την χορωδία του ΚΑΠΗ. ώρα 11:00 π.μ
ΤΕΤΑΡΤΗ 21/10/2026	Επίσκεψη στον εκθεσιακό χώρο του λαογραφικού Μουσείου στην ατομική έκθεση «σύγχρονα εθιμικά» με δωρεάν είσοδο και ξενάγηση από τον καλλιτέχνη. ώρα 11:00 π.μ.

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 20 Οκτωβρίου 10:00
Ομάδα γυμναστικής Α «ήπιο»	Τρίτη κ Παρασκευή 11:45 – 12:30
Ομάδα γυμναστικής Β «πιλάτες»	Τρίτη κ Παρασκευή 12:50 – 13:40
Ομάδα ψυχολόγου	Πέμπτη 10:00
Ομάδα εκμάθησης Ισπανικών	Από Τετάρτη 7 Οκτωβρίου 12:00
Ομάδα ανδρών «προληπτικές ασκήσεις»	Τρίτη 09:00

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ

ΓΕΝΙΚΗ ΙΑΤΡΟΣ	Τετάρτη 08:00- 14:00 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΣ	Τρίτη 13/10, κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Τρίτη 06/10, 20/10 κατόπιν ραντεβού
ΚΟΙΝ.ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ	Δευτέρα-Τρίτη- Παρασκευή 07.30-15.30
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ	
ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά 07:00-15:00
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη 08:00-15:00

Δ Κ.Α.Π.Η (ΦΟΙΝΙΚΑΣ)

ΠΕΜΠΤΗ 01/10/2026	Δωρεάν ημερήσια εκδρομή Ιερά Μονή Παναγίας Δοβρά – Άγιος Νικόλαος- Βέροια
ΤΕΤΑΡΤΗ 07/10/2026	Πρωϊνός καφές ομιλία με θέμα «Αντιγριπικός εμβολιασμός» από την κα Φωστηροπούλου επισκέπτρια υγείας Κ.Υ 25 ^{ης} Μαρτίου, ώρα 10:00 π.μ.
ΚΥΡΙΑΚΗ 11/10/2026	Παρακολούθηση θεατρικής παράστασης «Φάκελος Μέριλιν Μονρόε» από το ΚΘΒΕ , Θέατρο Εταιρείας Μακεδονικών Σπουδών, ώρα 20:00
ΤΕΤΑΡΤΗ 14/10/2026	Δωρεάν ημερήσια εκδρομή Ιερά Μονή Τιμίου Προδρόμου– Άη Γιάννης- Σέρρες
ΤΕΤΑΡΤΗ 14/10/2026	Πρωϊνός καφές με θέμα «Η τέχνη της παρατήρησης» από την κα Ξηρού ψυχολόγος Συμβουλευτικού Σταθμού Άνοιας Δήμου Καλαμαριάς ώρα 10:00
ΤΕΤΑΡΤΗ 21/10/2026	Πρωϊνός καφές ομιλία με θέμα «Ο εορτασμός του Αγίου Δημητρίου» από τον ιερέα Κύρο Τσιώνη ώρα 10:00 π.μ.
ΤΕΤΑΡΤΗ 21/10/2026	Επίσκεψη σε εκθεσιακό χώρο του λαογραφικού Μουσείου στην ατομική έκθεση «Σύγχρονα εθμικά» με δωρεάν είσοδο και ξενάγηση από τον καλλιτέχνη. ώρα 11:00 π.μ.

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
Ομάδα LLM Care νοητικής ενδυνάμωσης	Τρίτη 11:30 -13:30, Πέμπτη 11:00 – 12:00

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ

ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΙ	Τρίτη 06/10, 20/10 και Παρασκευές κατόπιν ραντεβού
ΝΕΥΡΟΛΟΓΟΣ	Δευτέρα κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Τρίτη 13/10, 27/10
ΕΝΔΟΚΡΙΝΟΛΟΓΟΣ	Τετάρτη κατόπιν ραντεβού
ΚΟΙΝ.ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ	Τετάρτη- Πέμπτη 07.30-15.30
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά
ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά 07:30-15:30
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ	Τρίτη

Ε΄ Κ.Α.Π.Η. (ΚΑΡΑΜΠΟΥΡΝΑΚΙ)

ΔΕΥΤΕΡΑ 05/10/2026	Εκδρομή με δωρεάν μετακίνηση από το Δήμο στην Ιερά Μονή Παναγίας Δοβρά Άγιος Νικόλαος Νάουσας, Βέροια
ΤΕΤΑΡΤΗ 07/10/2026	Πρωινός καφές – Ομιλία από την διατροφολόγο κα Παπαϊωάννου Έφη με θέμα: «Μύθοι και αλήθειες για την διατροφή», ώρα 11:00
ΔΕΥΤΕΡΑ 12/10/2026	Εκδρομή με δωρεάν μετακίνηση από το Δήμο στην Ιερά Μονή Τιμίου Προδρόμου, Αη Γιάννης - Σέρρες
ΤΕΤΑΡΤΗ 14/10/2026	Πρωινός καφές- Ομιλία από το Κέντρο Υγείας 25 ^{ης} Μαρτίου με θέμα: « Εμβολιασμός Ενηλίκων», ώρα 11:00
ΤΕΤΑΡΤΗ 21/10/2026	Πρωινός καφές – Ομιλία από την Ψυχολόγο κα Μαυροματίδου Μαρία με θέμα: « Όταν τα χέρια μιλούν: Η σιωπηλή γλώσσα της επικοινωνίας στη ζωγραφική» 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	Τετάρτη 10:30-11:30
Ομάδα γυμναστικής	<u>Δευτέρα</u> Πρώτο Τμήμα: 09:30 – 10:15 Δεύτερο Τμήμα: 10:20 – 11:05
Ομάδα γυμναστικής	Πρώτο Τμήμα 12:00 – 12:45 Δεύτερο Τμήμα 12:50– 13:35
Ομάδα Ανάγνωσης βιβλίου	Μηνιαία συνάντηση την τελευταία Παρασκευή του μήνα (30/10) ώρα 12:00

ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ

ΠΑΘΟΛΟΓΟΣ	Παρασκευή 08:00-14:00 κατόπιν ραντεβού
ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΟΣ	Δευτέρα 12/10/2026 κατόπιν ραντεβού
ΚΑΡΔΙΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη 08/10, 15/10 & 29/10 κατόπιν ραντεβού
ΚΟΙΝ.ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ	Καθημερινά 07:00-15:00
ΝΟΣΗΛΕΥΤΡΙΑ	07:00-15:00 κάθε Πέμπτη
ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ	Καθημερινά 07:30-15:30
ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ	Πέμπτη 07:00-15:00 κατόπιν ραντεβού Παρασκευή 08:00-15:00 κατόπιν ραντεβού
ΔΙΑΤΡΟΦΟΛΟΓΟΣ	Κατόπιν ραντεβού