

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
ΝΟΜΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ
ΔΗΜΟΣ ΑΧΑΡΝΩΝ
ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ ΑΧΑΡΝΩΝ
(Ν.Π.Δ.Δ.)

Αγ. Τριάδος 39, Αχαρνάι Τ.Κ.136 73
Τηλ.: 2102477900, 2102406630

E-mail: npdd.11@gmail.com Site: www.difa.gr



Κ.Α.Π.Η.
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΡΑΣΕΙΣ - ΕΚΔΗΛΩΣΕΙΣ
ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2018



ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Το Κ.Α.Π.Η. Θρακομακεδόνων μετεγκαταστάθηκε και από 15-05-2018 υποδέχεται τα Μέλη του σε ένα υπέροχο χώρο επί της Πρωταγόρας 16.

Το Κ.Α.Π.Η. θα λειτουργήσει Πιλοτικά και την απογευματινή βάρδια.

✓ Πληροφορίες εντός του Κ.Α.Π.Η. :τηλ.: 2111823115 / 2111823116

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ & ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΤΑ Κ.Α.Π.Η.

Η Δημοτική Φροντίδα στο πλαίσιο της προσπάθειάς της για ποιοτικές ιατρικές υπηρεσίες οργανώνει ομιλία με θέμα:

«Πρόληψη Καρκίνων Πεπτικού» την

Τρίτη 06 Νοεμβρίου 2018 ώρα: 10.30 π.μ στο Κ.Α.Π.Η. του Προφ. Ηλία, από Ειδικό Ιατρό σε συνεργασία με την Δ/ση Υγείας της Περιφέρεια Ανατολικής Αττικής.

Στο **Κ.Α.Π.Η του Προφήτη Ηλία** θα πραγματοποιηθούν
« Δωρεάν Μετρήσεις Φλεβικής Νόσου»

και θα δοθούν συμβουλές για την ανακούφιση των συμπτωμάτων υπό την καθοδήγηση της Γενικής Ιατρού κας Αμαλίας Παρούση . Οι μετρήσεις θα πραγματοποιηθούν την :

Πέμπτη 08 Νοεμβρίου 2018

στο χώρο του Κ.Α.Π.Η και θα ξεκινήσουν από τις **09.00 έως 12.00 π.μ** κατόπιν ραντεβού.

✓ Πληροφορίες – Εγγραφές στα κατά τόπους Κ.Α.Π.Η.

Δράσεις και ομάδες 2018-2019

Με γνώση και έγνοια για τα Μέλη μας συνεχίζουμε:

1^ο Κ.Α.Π.Η.: Κάθε Τετάρτη 10:00 έως 11:00

ΟΜΑΔΑ ΧΟΡΩΔΙΑΣ:

Υπεύθυνος Ομάδας : Μπουρνέλλης Νικόλαος

1^ο Κ.Α.Π.Η.: ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ Κάθε Πέμπτη
19:00 έως 21:00

Υπεύθυνη Ομάδας: κ. Αγιομυργιανακη Έυη Γυμνάστρια.

ΚΑΠΗ ΘΡΑΚ/ΝΩΝ: ΟΜΑΔΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ Κάθε
Τρίτη 18:00 έως 20:00

Υπεύθυνη Ομάδας: κ. Αγιομυργιανακη Έυη Γυμνάστρια.

1^ο Κ.Α.Π.Η.: Ομάδα Δημιουργικής Απασχόλησης κάθε Πέμπτη
18:00μ.μ .

Υπεύθυνη Ομάδας Χριστίνα Σιδηροπούλου

2^ο Κ.Α.Π.Η.: Κάθε Πέμπτη 10:00 έως 12:00

ΟΜΑΔΑ ΑΓΑΠΗΣ.

Υπεύθυνη Ομάδας κ. Αγγελική Δρόκαλου.

3^ο Κ.ΑΠ.Η. : ΟΜΑΔΑ ΨΥΧΟΛΟΓΙΚΗΣ ΕΝΙΣΧΥΣΗΣ – ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗΣ:

Κάθε Τετάρτη 10:30 έως 11:30

Μέσω θεμάτων από Ειδική Βιβλιογραφία.

Υπεύθυνη Ομάδας Σεληνά Γιώτα –Κοινωνική Λειτουργός.

3^ο ΚΑΠΗ Κάθε Τετάρτη 12.00 έως 13.00π.μ

ΟΜΑΔΑ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗΣ

Μέσω θεμάτων από Ειδική βιβλιογραφία & TEST

Υπεύθυνος Ομάδας Ανδρέας Σαμιώτης –Κοινωνικός Λειτουργός.

4^ο Κ.Α.Π.Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ σε μέλη που
αντιμετωπίζουν

Μυοσκελετικά Προβλήματα, κάθε Πέμπτη 09:00 -12:00 π.μ.

4^ο Κ.Α.Π.Η ΟΜΑΔΑ ΦΥΣΙΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ καθημερινά 09:00- 12.00 π.μ εκτός
Πέμπτης. Υπεύθυνη Ομάδας: Πηνελόπη Παπαδοπούλου –
Φυσικοθεραπεύτρια

3^ο Κ.ΑΠ.Η. : Πέμπτη 10.00 έως 11 π.μ

ΟΜΑΔΑ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Υπεύθυνη Ομάδας Σεληνά Γιώτα –Κοινωνική Λειτουργός.

3^ο Κ.ΑΠ.Η : Δημιουργία και Λειτουργία

Δανειστικής Βιβλιοθήκης για τα μέλη του Κ.Α.Π.Η.

4^ο Κ.Α.Π.Η : Δημιουργία και Λειτουργία

Δανειστικής Βιβλιοθήκης για τα μέλη του Κ.Α.Π.Η.

2^ο Κ.Α.Π.Η.: Ομάδα Θεραπευτικής Γυμναστικής κάθε Δευτέρα και
Παρασκευή 09:00 έως 10:00 π.μ. και 10:00- έως 11:00 π.μ. .

Φυσικοθεραπείες Τρίτη – Τετάρτη – Πέμπτη κατόπιν παραπεμπτικών
Ιατρού.

Υπεύθυνη Ομάδας: κ. Κούρκουλα Βασιλική (φυσικοθεραπεύτρια).

Κ.Α.Π.Η. ΘΡΑΚ/ΔΟΝΩΝ: Ομάδα Θεραπευτικής Γυμναστικής κάθε
Τρίτη και Πέμπτη 09:00 π.μ. έως 10:00 π.μ. .

Υπεύθυνη Ομάδας: κ. Βλάχου Ευανθία (Φυσικοθεραπεύτρια).

Κ.Α.Π.Η. ΘΡΑΚ/ΔΟΝΩΝ: Ομάδα Πολιτιστικών Δράσεων- Αγάπης κάθε
Τρίτη 10:00π.μ έως 11:00 π.μ.

Υπεύθυνη Ομάδας: κ. Αναστασία Φλουρή Προϊσταμένη Τμήματος.

Κ.Α.Π.Η. ΘΡΑΚ/ΔΟΝΩΝ: Ομάδα Ζωγραφικής κάθε Τετάρτη 18:00μ.μ έως
19:00 μ.μ.

Υπεύθυνη Ομάδας: κ. Έυα Δημόντα .

Κ.Α.Π.Η. ΘΡΑΚ/ΔΟΝΩΝ: : ΟΜΑΔΑ ΜΑΓΕΙΡΙΚΗΣ , ΚΑΠΗΛΟΖΗΜΩΜΑΤΑ
Κάθε Πέμπτη 17:00μ.μ έως 19:00μ.μ.

Υπεύθυνη Ομάδας: κ. ΤΥΛΙΓΑΔΑ ΑΡΤΕΜΙΣ.

✓ Πληροφορίες εγγραφές στα κατά τόπους Κ.Α.Π.Η.

ΕΚΔΡΟΜΕΣ

ΤΕΤΑΡΤΗ 07 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΤΑ Κ.Α.Π.Η. 4^ο - ΠΡΟΦ.ΗΛΙΑΣ – ΑΥΛΙΖΑΣ.

❖ Εκδρομή στην Λίμνη Βουλιαγμένης.

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 09 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΤΟ 3^ο Κ.Α.Π.Η.

❖ Εκδρομή στην Λίμνη Βουλιαγμένης .

ΠΕΜΠΤΗ 01 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΤΑ Κ.Α.Π.Η. 1^ο-2^ο - ΜΟΝΟΜΑΤΙΟΥ- ΑΓ. ΚΩΝ/ΝΟΥ – ΘΡΑΚ/ΔΟΝΩΝ.

❖ Περίπατος στο Λαύριο .

ΠΕΜΠΤΗ 13 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΤΟ 2^ο Κ.Α.Π.Η.

❖ Ημερήσια Εκδρομή Μονή Δαμάστας –Γοργοπόταμο – Καμένα Βούρλα.

ΠΕΜΠΤΗ 13 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΤΟ 1^ο Κ.Α.Π.Η.

❖ Ημερήσια Εκδρομή Όσιος Δαβίδ – Αγ. Ρώσος – Πυλί.

ΠΕΜΠΤΗ 22 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΤΑ Κ.Α.Π.Η.

❖ Ημερήσια Εκδρομή Παναγία Τρυπητή - Αίγιο.

ΣΑΒΒΑΤΟ 24 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ 2018 ΤΟ Κ.Α.Π.Η ΘΡΑΚ/ΔΟΝΩΝ.

❖ Ημερήσια Εκδρομή Αράχωβα - Αγόριανη .

✓ Σημ. Οι Ημερομηνίες και οι προορισμοί των εκδρομών ενδέχεται να αλλάξουν με απόφαση της Διοίκησης

✓ Εγγραφές –πληροφορίες στα κατά τόπους Κ.Α.Π.Η.

ΤΡΙΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ

**Τρίτη 27 έως 29 Πέμπτη Νοεμβρίου 2018
Καστοριά- Φλώρινα !!!**

**ΤΑ Κ.Α.Π.Η.: 1^ο -2^ο ΘΑΡΑΚ/ΔΟΝΩΝ –
ΜΟΝΟΜΑΤΙΟΥ- ΑΓ. ΚΩΝ/ΝΟΥ.**

✓ Πληροφορίες εντός των Κ.Α.Π.Η. .

ΤΑ Κ.Α.Π.Η. ΠΑΝΕ ΘΕΑΤΡΟ!!!

➤ Τετάρτη 21 Νοεμβρίου 2018 : Τα Κ.Α.Π.Η. 1^ο -2^ο- ΘΡΑΚ/ΔΟΝΩΝ –ΜΟΝΟΜΑΤΙΟΥ- ΑΓ. ΚΩΝ/ΝΟΥ, θα παρακολουθήσουν την **θεατρική παράσταση** με τίτλο «ΛΟΞΑΝΔΡΑ» στο θέατρο «Βεάκης».

Συμμετοχές δεκτές στα κατά τόπους Κ.Α.Π.Η. έως 16-11-2018.

➤ Πέμπτη 29 Νοεμβρίου 2018 : Τα Κ.Α.Π.Η. 3^ο - 4^ο-ΠΡΟΦ.ΗΛΙΑ– ΑΥΛΙΖΑΣ , θα παρακολουθήσουν την **θεατρική παράσταση** με τίτλο «ΜΑΚΡΥΚΩΣΤΑΙΟΙ & ΚΟΝΤΟΓΕΩΡΓΙΔΕΣ» στο θέατρο «ΒΕΜΠΙΟ».

✓ Συμμετοχές δεκτές στα κατά τόπους Κ.Α.Π.Η. έως 26-11-2018.

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ

Στο πλαίσιο της προσπάθειας μας για ποιοτικές ιατρικές υπηρεσίες προς τα Μέλη των Κ.Α.Π.Η., συνεχίζουμε και το 2018 την άρτια αυτοτελή στελέχωση των ιατρείων στα Κ.Α.Π.Η. αρμοδιότητας μας .

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΙΑΤΡΕΙΟΥ ΑΝΑ Κ.Α.Π.Η.

ΙΑΤΡΟΣ κ. ΧΑΣΑΝ ΑΜΠΙΝΤΑΛΛΑ

- ΔΕΥΤΕΡΑ 1^ο Κ.Α.Π.Η. 08:00 έως 15:00
- ΤΡΙΤΗ 3^ο Κ.Α.Π.Η. 08:00 έως 12:00
- ΤΡΙΤΗ 4^ο Κ.Α.Π.Η. 12:00 έως 14:30

- ΤΕΤΑΡΤΗ 1^ο Κ.Α.Π.Η. 10:00 έως 14:30
- ΠΕΜΠΤΗ 4^ο Κ.Α.Π.Η. 12:00 έως 14:30
- ΠΕΜΠΤΗ 3^ο Κ.Α.Π.Η. 08:00 έως 12:00

- ΤΕΤΑΡΤΗ Κ.Α.Π.Η ΘΡΑΚ/ΔΟΝΕΣ 08:00 έως 10:00
- ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 1^ο Κ.Α.Π.Η. 10:00 έως 13:00

ΙΑΤΡΟΣ κ. ΠΑΡΟΥΣΗ ΑΜΑΛΙΑ

- ΔΕΥΤΕΡΑ 2^ο Κ.Α.Π.Η. 08:00 έως 15:00
- ΤΡΙΤΗ Κ.Α.Π.Η. ΜΟΝΟΜΑΤΙΟΥ & ΑΓ. ΚΩΝ/ΝΟΥ
- ΤΕΤΑΡΤΗ Κ.Α.Π.Η. ΑΥΛΙΖΑΣ
- ΠΕΜΠΤΗ ΠΡΟΦΗΤΗΣ ΗΛΙΑΣ
- ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 2^ο Κ.Α.Π.Η.

*Σημείωση: Οι Μετρήσεις Σακχάρου-Πίεσης -Χοληστερόλης & Συνεδρίες με φυσικοθεραπευτή, γίνονται κατόπιν συνεννόησης με τους Ιατρούς και τις Νοσηλεύτριες.

Στο 1^ο Κ.Α.Π.Η. : Λειτουργεί πλήρες φυσικοθεραπευτήριο άρτια εξοπλισμένο και στελεχωμένο υπό τον Φυσικοθεραπευτή Κοττώρη Σωτήρη.



*Ο Πρόεδρος της
Δημοτικής Φροντίδας Αχαρνών*

Γεώργιος Δασκαλάκης