



εν
δήμω

ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΗΣΣ - ΨΥΧΙΚΟΥ

Παρέλαση 25ης Μαρτίου 2019
Ψυχικό (οδός Διαμαντίδου)
ώρα 12:00

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

Μάρτιος 2019

01 Παρ. 16:00-20:00, 02 Σάβ., 11:00-17:00 & 03 Κυρ., 11:00-15:00

ΠΑΖΑΡΙ ΒΙΒΛΙΟΥ

Ζ.Ω.ΦΙ.ΨΥ.

Α' Πλατεία Ψυχικού (πρώην Blue Bell)

Το καθιερωμένο -και πολύ αγαπητό μεταξύ βιβλιοφίλων- Παζάρι Βιβλίου της Ζω.Φι.Ψυ., με μεγάλη ποικιλία ελληνικών, αγγλικών και γαλλικών βιβλίων. Όλα τα έσοδα θα διατεθούν για τη φροντίδα των αδέσποτων του Δήμου. **Σας περιμένουμε!**



02/03, 09/03, 16/03, 23/03 & 30/03 Σάββατο, 12:00-14:00

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ: «ΤΑ ΧΡΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΚΟΡΙΝΝΑΣ»

ΣΤΕΚΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

Αίθουσα Θεάτρου / Κτήριο Πολλαπλών Χρήσεων

Ρήγα Φεραίου & Μπουμπουλίνας, τηλ.: 210 6728 043



Κάθε μήνα η εικαστικός **Κορίννα Κώστα** επιλέγει ένα θέμα και τα παιδιά, **από 3-10 χρονών**, το αποδίδουν ελεύθερα. Απαραίτητη η κράτηση θέσης μέσω e-mail. Πληροφορίες: 6945 297 974 ή στο stekitoupaidiou@gmail.com.

03/03 Κυριακή, 11:00-16:00

ΑΠΟΚΡΙΑΤΙΚΗ ΓΙΟΡΤΗ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ

Δρόσο 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135



Φέτος, ο Καρνάβαλος αλλάζει... «στέκι» και θα σας περιμένει στο **Άλσος Ψυχικού** (Στρατ. Καλλάρη και Μαλακάση) για να χαρείτε μαζί του μια όμορφη αποκριάτικη γιορτή, μια γιορτή που θα ενθουσιάσει μεγάλους και μικρούς γιατί θα έχει... **απ' όλα!** Κυριακάτικο ξεφάντωμα με συναρπαστικό ψυχαγωγικό πρόγραμμα και πολλές-πολλές εκπλήξεις. Σεις **ντυθείτε αποκριάτικα**. Για όλα τα υπόλοιπα έχει φροντίσει ο Ο.Κ.Α.Π.Α. και το Πολιτιστικό Κέντρο Μπενετατού που έχει αναλάβει τη διοργάνωση.

03/03, 10/03, 17/03 & 24/03 Κυριακή

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΛΟΓΟΥ ΚΑΙ ΣΚΕΨΗΣ

ΣΤΕΚΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

Αίθουσα Θεάτρου / Κτήριο Πολλαπλών Χρήσεων

Ρήγα Φεραίου & Μπουμπουλίνας, τηλ.: 210 6728 043



«**Εργαστήριο Φαντασίας**»: κύκλος 5 συναντήσεων για μαθητές Β', Γ' και Δ' Δημοτικού. «**Μικροί πολίτες... εν δράσει!**»: κύκλος 5 συναντήσεων για μαθητές Ε', Στ' Δημοτικού και Α' Γυμνασίου. Η **Ερευνητική Παιδαγωγική Ομάδα «Σείριος»** και η φιλόλογος-**εκπαιδύτρια ρητορικής** και δημιουργικής σκέψης **Βάλα Λουτριανάκη** διοργανώνουν όλα τα Σάββατα του Μαρτίου εργαστήρια επικοινωνίας και φαντασίας για **μαθητές 6-13 ετών (οι ώρες έναρξης θα ανακοινωθούν στο μπλογκ μας)**. Περιορισμένος αριθμός θέσεων, κρατήσεις μέσω e-mail: stekitoupaidiou@gmail.com.

03/03 & 24/03 Κυριακή, 12:00-14:00

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ «ΚΟΛΑ, ΜΟΛΥΒΙ, ΨΑΛΙΔΙ, ΧΑΡΤΙ!!!»

ΣΤΕΚΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

Αίθουσα Θεάτρου / Κτήριο Πολλαπλών Χρήσεων

Ρήγα Φεραίου & Μπουμπουλίνας, τηλ.: 210 6728 043



Εργαστήρι κατασκευών με την **Αιμιλία Μακροπούλου**. Για παιδιά **από 6 μέχρι 10 χρ.** Απαραίτητη η κράτηση θέσης μέσω e-mail. Πληροφορίες: 6945 297 974 ή στο stekitoupaidiou@gmail.com.

03/03 Κυριακή, 12:00

ΞΕΝΑΓΗΣΗ ΣΤΗΝ ΥΠΑΙΘΡΙΑ ΓΛΥΠΤΟΘΗΚΗ & ΤΟ ΑΤΕΛΙΕ ΤΟΥ ΓΙΩΡΓΟΥ ΖΟΓΓΟΛΟΠΟΥΛΟΥ

Πλατεία Γ. Ζογγολόπουλου (δίπλα στον Ι. Ν. Αγ. Δημητρίου)

-16ρυμα (Λ. Δημοκρατίας 49, Ψυχικό), τηλ.: 210 6712 210



Η καθιερωμένη δωρεάν ξενάγηση στην Υπαίθρια Γλυπτοθήκη Ψυχικού, στην Πλ. Γιώργου Ζογγολόπουλου. Το Ίδρυμα, ύστερα από την ξενάγηση στην πλατεία, σας προσκαλεί να γνωρίσετε το σπίτι, στο οποίο έζησαν και δημιούργησαν ο γλύπτης Γιώργος Ζογγολόπουλος και η ζωγράφος Ελένη Πασχαλίδου-Ζογγολοπούλου, να δείτε έργα των δύο καλλιτεχνών και να περιηγηθείτε στο εργαστήριο του καλλιτέχνη. Επόμενη προγραμματισμένη ξενάγηση: **Κυριακή 07/04/2019**. www.zogolopoulos.gr.

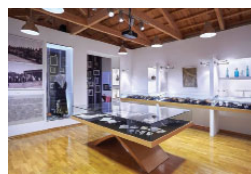
03/03 Κυριακή, 17:00

ΑΠΟΓΕΥΜΑΤΙΝΟΣ ΠΕΡΙΠΑΤΟΣ ΚΑΙ ΞΕΝΑΓΗΣΗ

ΣΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΜΙΚΡΑΣΙΑΤΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΣΤΟ ΑΙΓΑΛΕΩ

ΜΙΚΡΑΣΙΑΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

Χρυσοστάμου Σμύρνης 9, Νέο Ψυχικό, τηλ.: 210 6725 551



Την ξενάγηση θα κάνει ο Πρόεδρος του Συλλόγου και Αρχαιολόγος κος **Κουτουλιός**. Τιμή συμμετοχής **8€**. Θα ακολουθήσει ουζάκι σε παραδοσιακό Καφενείο στο Αιγάλεω με ατομικά έξοδα. **Αναχώρηση από Μ.Ε.Ο., 25ης Μαρτίου 19, Ν. Ψυχικό.**

04/03-05/03 Δευτέρα-Τρίτη, 08:00

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΔΡΙΜΟΤΗΤΑ: ΔΙΗΜΕΡΗ ΕΚΔΡΟΜΗ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ

Δρόσο 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135

Με βάση το υπέροχο ξενοδοχείο «**Αίγλη**» στην **Αράχωβα**, θα δούμε μέρη γνωστά, όπως η **Ιτέα** και οι **Δελφοί**, αλλά και λιγότερο γνωστά, όπως το **Δίστομο** κ.ά. Διήμερη απολαυστική εκδρομή με κόστος συμμετοχής: **85€** σε δίκλινο δωμάτιο και **120€** σε μονόκλινο. Περιλαμβάνονται: διανυκτέρευση, πρωινό, μεταφορικά και φιλοδωρήματα. Δεν περιλαμβάνεται η είσοδος στο μουσείο των Δελφών.



04/03 & 18/03 Δευτέρα, 10:30-13:00

ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΒΙΩΜΑΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ: «ΞΕΙ ΜΕΓΑΛΟΙ ΖΩΓΡΑΦΟΙ!»

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

Οικολογικό Πάρκο, Στρ. Μακρυγιάννη, Ν. Ψυχικό, τηλ.: 210 6776 033



Από τον Φεβρουάριο, ο Δήμος Φιλοθέης-Ψυχικού υποδέχεται έξι μεγάλους ζωγράφους: **Γκούσταβ Κλίμτ, Πάμπλο Πικάσο, Αμεντέο Μοντιλιάνι, Φρίντα Κάλο, Ρενέ Μαγκρίτ, Σαλβαδόρ Νταλί**. Σε αυτό το πρόγραμμα οι συμμετέχοντες θα έχουν την ευκαιρία να έρθουν σε επαφή με την ζωή και την τέχνη των μεγάλων δημιουργών. Βασικός σκοπός του μαθήματος είναι να γνωρίσουμε τα χαρακτηριστικά έργα των δημιουργών, να ανακαλύψουμε τα ερεθίσματα που τους ώθησαν να διαμορφώσουν και να εξελίξουν την τέχνη τους, αλλά και να εκφραστούν δημιουργικά μέσα από τα δικά τους έργα, εξερευνώντας σκέψεις και συναισθήματα. **3η συνάντηση: Αμεντέο Μοντιλιάνι. 4η συνάντηση: Φρίντα Κάλο.** Πληροφορίες στα γραφεία της ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ., Βεκιάρη 11, τηλ. 210 6822 217, ώρες 09:00-15:00 και στο e-mail: parathyro@0177.syzefxis.gov.gr. Οργάνωση: **Σόφη Ζαφρακοπούλου**.

04/03 Δευτέρα, 18:30

ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΤΗΣ ΥΠΕΡΤΑΣΗΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

ΜΥΘΟΙ ΚΑΙ ΑΛΗΘΕΙΕΣ ΣΤΗ ΔΙΑΓΝΩΣΗ ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΤΗΣ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ, ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΟΚΑΠΑ

Σπιροπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο, Αγίας Σοφίας 1, Νέο Ψυχικό



Ομιλητής της εκδήλωσης θα είναι ο **Δρ Εμμανουήλ Α. Ανδρεάδης**, **Ειδικός Παθολόγος-Υπερτασιολόγος, Μέλος της Ελληνικής και Ευρωπαϊκής Εταιρείας Υπέρτασης.**

05/03 & 19/03 Τρίτη, 19:00-20:30

3ος ΚΥΚΛΟΣ ΔΙΑΛΕΞΕΩΝ ΙΣΤΟΡΙΑΣ 2018-2019

ΟΚΑΠΑ- ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ ΨΥΧΙΚΟΥ

Σπιροπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο

Αγ. Σοφίας 1, Νέο Ψυχικό, τηλ.: 210 6749 137



Θεσμός πια στο Δήμο Φιλοθέης-Ψυχικού οι Διαλέξεις Ιστορίας, με τον εξαιρετικό ιστορικό κ. **Γιάννη Αντωνόπουλο (Sorbonne I, Πάντειο Πανεπιστήμιο, Κολλέγιο)**. Φέτος θα περιηγηθούμε στα κύρια σημεία επέκτασης και ενοποίησης του ελληνικού κράτους (19ος-20ος αι.) μέσα από τις εθνικές, εθνοτικές, πολιτικές και διεθνοπολιτικές διαδικασίες και θα αναφερθούμε στις τομές που δημιουργήθηκαν στην κοινωνία, τη θρησκεία, την οικονομία, τους θεσμούς. Οργάνωση: **Έλση Δημουλά, Δημοτική Σύμβουλος - Μέλος ΔΣ ΟΚΑΠΑ.**

05/03 Τρίτη, 19:00

ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ: «ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΤΩΝ ΚΥΡΙΩΝ»

ΜΟΡΦΩΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ

Βασ. Γεωργίου Β' 11, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6745 284



Οκτώ Μαρτίου είναι η **Παγκόσμια Ημέρα Γυναίκας**. Τι καλύτερο μπορούσαμε να αφιερώσουμε στην Γυναίκα, από το να αναβιώσουμε στο εντευκτήριό μας, σε μια πολύ ιδιαίτερη παράσταση, το θρυλικό έντυπο «Εφημερίς των Κυριών» της πρώτης ελληνίδας φεμινίστριας της Καλλιρρόης Παρρέν. «Η Εφημερίς των Κυριών» του εξεδόθη το 1857 ήταν φτιαγμένη από γυναίκες για γυναίκες και ύστερα από ένα αιώνα σιωπής «ξαναδιαβάζεται» σε μια παράσταση μετά μουσικής. Τα διάσηπα κείμενα της εφημερίδας «ζωντανεύουν» από τις ηθοποιούς **Ανδρομάχη Μαρκοπούλου** και **Ευσταθία** και εμπλέκονται μουσικά με γνωστές μελωδίες που παίζει στο πιάνο ο **Χάρης Μπότσης**. Τέλος μια αδικημένη γυναίκα μορφή, η Γυναίκα εκίνης της εποχής χωρίς δικαιώματα και πρόσβαση στην εκπαίδευση, με όνειρα ανεκπλήρωτα, ενσαρκώνεται από την **Νίκη Μαυροειδή**. Είσοδος: **12€**. Πληροφορίες: Λένα Δρομάζου, 210 6712 501, 6936 712 501.

05/03 & 19/03 Τρίτη, 20:00

ΘΕΑΤΡΟΜΑΘΕΙΑ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ

Δρόση 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135



Θεατρικό Σπουδαστήριο που στοχεύει να «ξεναγήσει» στα «πριν» κάθε παράστασης και στην όλη προετοιμασία πριν από τη θεατρική Πράξη. Ασκήσεις ορθοφωνίας, κίνησης, υποκριτικής, και αυτοσχεδιασμού, αλλά και θεατρικό Αναλόγιο, που προσφέρεται ιδιαίτερα για μία αυθεντική γνωριμία με τα θεατρικά κείμενα και αναδεικνύει τη ζωντάνια και την ιδιαιτερότητα της γραφής τους, πριν από τη μεσολάβηση του φίλτρου του σκηνοθέτη επάνω στη σκηνή. Οργάνωση-συντονισμός: Χρήστος Σούπος, Δεκτοί και δεκτές όσοι και όσες ενδιαφέρονται σοβαρά για το θέατρο. **Δωρεάν, με κράτηση θέσης.**

06/03, Τετάρτη 11:00-13:00

ΣΥΛΛΕΓΟΝΤΑΣ ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΜΑΡΤΥΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΠΟΛΕΙΣ ΜΑΣ

ΟΚΑΠΑ, ΜΟΝΥΜΕΝΤΑ

ΚΕΝΤΡΟ ΕΙΚΑΣΤΙΚΩΝ ΤΕΧΝΩΝ «ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΚΑΡΥΔΗΣ»,

Αριάννης 13 & Νιόβης, Φιλοθέη



Ο **Οργανισμός Κοινωνικής Αλληλεγγύης, Πολιτισμού και Αθλητισμού του Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού** (ΟΚΑΠΑ) και η **ΜΟΝΥΜΕΝΤΑ** (ΑΜΚΕ για την προστασία της φυσικής και αρχιτεκτονικής κληρονομιάς Ελλάδας και Κύπρου), ξεκινούν μια νέα δράση που σκοπό έχει τη συλλογή προφορικών μαρτυριών για τις πόλεις μας. Η δεύτερη συνάντηση-συνέντευξη με κατοίκους θα πραγματοποιηθεί στο Κέντρο Εικαστικών Τεχνών «Γεώργιος Καρύδης», όπου φιλοξενείται η έκθεση **«Οδοιπορικό στην ιστορία δύο οικισμών»** με αρχαικό υλικό από το Ψυχικό και το Νέο Ψυχικό. Οι δύο φορείς καλούν παλιούς και νέους κατοίκους του Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού να μοιραστούν μαζί μας αναμνήσεις από τη ζωή τους, εμπειρίες και γνώσεις από το παρελθόν. Στόχος μας είναι να καταγραφούν οι μαρτυρίες και να δημιουργηθεί ένα αποθετήριο πληροφοριών που θα βοηθήσει στην έρευνα και την ανασύσταση του παρελθόντος της πόλης. Πληροφορίες: Πένυ Μπαλάσκα, ΟΚΑΠΑ τηλ. 210 6834 550, εσ.131 και Ειρήνη Γρατσία, ΜΟΝΥΜΕΝΤΑ, τηλ. 6973 308 857.

06/03 Τετάρτη, 18:00

ΕΓΚΑΙΝΙΑ ΕΚΘΕΣΗΣ: «ΕΚ ΓΥΝΑΙΚΟΣ... ΠΗΓΑΖΕΙ ΤΑ ΚΡΕΙΤΤΩ»

ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΙΣ ΑΡΧΕΙΑΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

ΓΕΝΙΚΑ ΑΡΧΕΙΑ ΤΟΥ ΚΡΑΤΟΥΣ

Δάφνης 61, 154 52 Ψυχικό, τηλ.: 210 6782 278



Τα Γενικά Αρχεία του Κράτους συμμετέχουν στη θεματική ενότητα «Ανοιχτές Συλλογές» της διοργάνωσης «Αθήνα 2018 Παγκόσμια Πρωτεύουσα Βιβλίου» με την έκθεση «εκ γυναίκος... πηγάζει τα κρείττω» - διαδρομές στις αρχειακές πηγές. Διάρκεια έκθεσης: 6 έως 31 Μαρτίου 2019. Η έκθεση θα είναι ανοικτή στο κοινό Δευτέρα-Παρασκευή, 09:00-15:00.

06/03 Τετάρτη, 18:00

ΑΓΩΝΑΣ ΜΠΑΣΚΕΤ: Α.Ε. ΨΥΧΙΚΟ - Α.Ο. ΑΜΥΝΤΑΣ

Κλειστό γήπεδο μπάσκετ Ψυχικού, Κοντολέοντος 20, Ψυχικό, τηλ.: 210 6714 694



Η ομάδα μας υποδέχεται τον Αθλητικό Όμιλο Αμύντα. **Ελάτε να την ενισχύσουμε!** Σας περιμένουμε όλους στο γήπεδο!

07/03 Πέμπτη, 17:30

ΔΙΑΛΕΚΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ

Δρόση 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135

Τακτική συνάντηση των μελών του Ομίλου.

09/03, 16/03, 23/03 & 30/03 Σάββατο, 17:00-20:30

ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΘΕΑΤΡΙΚΕΣ ΟΜΑΔΕΣ

Οργάνωση:



ΣΤΕΚΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

Αίθουσα Θεάτρου / Κτήριο Πολλαπλών Χρήσεων

Ρήγα Φεραίου & Μπουμπουλίνας, τηλ.: 210 6728 043



Θεατρικό παιχνίδι και πρόβες για το ανέβασμα παραστάσεων από 3 ομάδες παιδιών που χωρίζονται ηλικιακά. Παιδιά **5-12 χρ.** Πληροφορίες: stekitoupaidiou@gmail.com ή στο 6945 297 974.

10/03 & 31/03 Κυριακή, 12:00-14:00

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ ΜΟΝΤΕΛΙΣΜΟΥ & ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ

Οργάνωση:



ΣΤΕΚΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

Αίθουσα Θεάτρου / Κτήριο Πολλαπλών Χρήσεων

Ρήγα Φεραίου & Μπουμπουλίνας, τηλ.: 210 6728 043



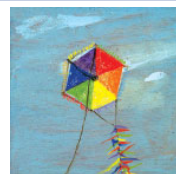
Σκοπός των εργαστηρίων μοντελισμού, που επιμελούνται οι άνθρωποι της «markingreece», είναι η καλλιέργεια της παιδικής φαντασίας και η χαρά της δημιουργίας. Πληροφορίες: stekitoupaidiou@gmail.com ή στο 6945 297 974.

11/03 Καθαρά Δευτέρα, 11:00-14:30

ΚΟΥΛΟΥΜΑ ΣΤΗ ΦΙΛΟΘΗ

ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ, ΟΚΑΠΑ

Άλσος Εθνικής Τραπέζας, Φιλοθέη



Κέφι και χορός στο Άλσος Εθνικής Τραπέζας, ένα από τα ωραιότερα φυσικά Άλσος της Αττικής. Διαγωνισμός πρωτότυπου χαρταετού, παραδοσιακοί χοροί με λαϊκή ορχήστρα, νησιώτικοι μεζέδες, γαϊτανάκι, κλόουν, μουσική Dj. Επιμέλεια: **Κατερίνα Πετρίτσου-Μουράνι, Αντιδήμαρχος.**

12/03, 19/03, 26/03 Τρίτη, 18:30-20:30

«ΟΛΟΙ ΜΠΟΡΟΥΜΕ ΝΑ ΤΡΑΓΟΥΔΗΣΟΥΜΕ»

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΦΩΝΗΤΙΚΗΣ ΜΕ ΤΗΝ ΗΡΩ

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

Βεκιάρηλ 11, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6822 217



Η ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ., στο πλαίσιο της υλοποίησης προγραμμάτων που αφορούν σε εξειδικευμένες μορφές τέχνης, διοργανώνει τα σεμινάρια φωνητικής «Όλοι μπορούμε να τραγουδήσουμε» με εισηγήτρια και εκπαιδευτρια την εξαιρετική ερμηνεύτρια, συνθέτρια και πιανίστα **Ηρώ**. Οι ενότητες που θα αναλυθούν αφορούν στην ορθοφωνία και τον ρυθμό, στη σωστή διαχείριση της φωνής και της αναπνοής με ασκήσεις, ομαδικές ασκήσεις φωνητικής, τρόποι ερμηνείας, η μουσική και το τραγούδι στο θέατρο. Παράλληλα, οι συμμετέχοντες θα εξασκηθούν σε ομαδικά τραγούδια. **Για πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής,** επικοινωνήστε με τα γραφεία της ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ., Βεκιάρηλ 11, τηλ. 210 6822 217, ώρες 09:00-15:00. **Δωρεάν** με κράτηση θέσης. Θα τηρηθεί αυστηρά η σειρά προτεραιότητας. Οργάνωση: **Σόφη Ζαφρακοπούλου.**

12/03 Τρίτη, 18:30

ΝΙΚΟΣ ΔΙΚΑΙΟΣ, Η ΜΕΛΟΔΙΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΤΟΥ

ΓΕΝΙΚΑ ΑΡΧΕΙΑ ΤΟΥ ΚΡΑΤΟΥΣ

Δάφνης 61, 154 52 Ψυχικό, τηλ.: 210 6782 278



Γενικά Αρχεία του Κράτους

Εκδήλωση αφιέρωμα στον διεθνούς φήμης βιολονίστα **Νίκο Δικαίο.**

12/03 Τρίτη, 19:00

ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ ΜΕΛΩΝ ΜΑΣ

ΚΑΙ ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΠΑΝΩ ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΨΥΧΙΚΟΥ

Α' Πλατεία Ψυχικού (πρώην Blue Bell)

Συζητούμε πίνοντας έναν καφέ.

12/03 Τρίτη, 19:00

ΗΡΚΟΣ Ρ. ΑΠΟΣΤΟΛΙΔΗΣ: «ΝΙΤΣΕ: Ο ΤΕΛΕΥΤΑΙΟΣ ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΙΑΚΟΣ»

ΟΚΑΠΑ- ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ ΨΥΧΙΚΟΥ
 Σπυροπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο
 Αγ. Σοφίας 1, Νέο Ψυχικό, τηλ.: 210 6749 137



Ο Νέος Κύκλος Διαλέξεων «ΑΝΟΙΧΤΟ ΒΗΜΑ» συνεχίζει τα βήματά του, αυτή τη φορά με τον καθηγητή **Ηρκο Ρ. Αποστολίδη**. Ο γνωστός φιλόλογος, ιστορικός μελετητής, ερευνητής, μεταφραστής και λογοτέχνης θα μας γνωρίσει «αλλιώς» το Νίτσε. Τον μεγαλύτερο γερμανό φιλόσοφο που ανακαλεί το αρχαίο ελληνικό πνεύμα των σοφιστών κι ανατρέπει τα πάντα. Με πένα μεγάλου ποιητή δημιουργεί ένα δικό του, μοναδικό κόσμο που μας πηγαινει από τον Ηράκλειτο στον Ζαρατούστρα, διεγείροντας τα κριτικά μας ένστικτα. Υπεύθυνη προγράμματος: **Έλση Δημουλά**, Δημοτική Σύμβουλος - Μέλος ΔΣ ΟΚΑΠΑ.



13/03 & 27/03 Τετ., 17:00-19:00 & 07/03 & 21/03 Πέμ., 10:30-12:30

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ: ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΓΡΑΦΗ, ΑΠΟ ΤΗΝ ΘΕΩΡΙΑ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ
 Οικολογικό Πάρκο, Στρ. Μακρυγιάννη, Ν. Ψυχικό, τηλ.: 210 6776 033



Στόχος των σεμιναρίων είναι να γνωρίσουμε τις βασικές αρχές και τα είδη της λογοτεχνίας και της δημιουργικής γραφής. Ενδεικτικά αναφέρονται οι παρακάτω θεματικές: Φόρμα (θέμα, πλοκή, χαρακτήρες), Μορφή (λέξεις, ύφος, δομή) • Αφήγηση και διάλογος • Ασκήσεις αυτόματης γραφής • Διόρθωση και επιμέλεια • Ανατροφοδότηση στην δουλειά άλλων συμμετεχόντων. **Πληροφορίες** στα γραφεία της ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ., Βεκιάρη 11, τηλ. 210 6822 217, ώρες 09:00-15:00 και στο e-mail: parathyro@0177.syzefxis.gov.gr. Οργάνωση: **Σόφη Ζαφρακοπούλου**.



13/3 Τετάρτη, 18:00

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ: «ΠΡΟΣΑΝΑΜΜΑ ΤΟ ΚΟΡΜΙ ΤΗΣ»

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΡΗΤΩΝ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ «Ο ΜΙΝΩΣ»
 Θεμιστοκλέους 59, Νέο Ψυχικό, τηλ.: 210 6748 761

Ο Σύλλογος Κρητών Ν.Ψυχικού-Ψυχικού-Φιλοθέης «Ο ΜΙΝΩΣ», σας προσκαλεί στην παρουσίαση του βιβλίου της **Βασιλικής Γαβαλά: «Προσάναμμα το κορμί της»**. Το διαδίκτυο ευχή ή κατάρα για τη σύγχρονη γυναίκα κάθε ηλικίας. Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στο **Σπυροπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο, Αγίας Σοφίας 1 Ν. Ψυχικό, τηλ. 210 6749 137**. Την εκδήλωση θα πλαισιώσει μουσική και θα προσφερθεί μικρό κέρασμα. **Νατάσα Αγγελάκη**, πρόεδρος Δ.Σ.

13/03 Τετάρτη, 20:00

ΜΟΥΣΙΚΗ ΒΡΑΔΙΑ ΜΕ ΤΟ ΚΟΥΑΡΤΕΤΟ «OLD TIMERS»

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ
 Δρόση 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135



Το κουαρτέτο «Old Timers» του **Αλέκου Χρηστίδη** θα μας ξεναγήσει στην εποχή της μουσικής Ragtime των μαύρων της Βόρειας Αμερικής, που ξεκίνησε γύρω στα 1900 από τα πιάνο των μπαρ, για να οδηγήσει στην Jazz και σε άλλες μουσικές μορφές, αφήνοντας φανερά τα ίχνη της στην εξέλιξη της δυτικής μουσικής. Θα ακουστούν κομμάτια των πρωτοπόρων συνθετών της εποχής, όπως του Scott Joplin, αλλά και μεταγενέστερων μουσικών, περιλαμβανομένων και κάποιων συνθέσεων του συμπολίτη μας **Γιάννη Βουλιουρή**. Θα παίξουν: η **Κωνσταντίνα Ρούσσου φλάουτο**, ο **Νίκος Δρογώσης πιάνο**, ο **Μάρκος Αγραφιώτης κοντραμπάσο** και ο **Αλέξανδρος Χρηστίδης κρουστά**. **Δωρεάν, με κράτηση θέσης.**



14/03 Πέμπτη, 16:00-19:00

ΜΥΘΟΙ ΚΑΙ ΑΛΗΘΕΙΕΣ ΓΙΑ ΤΑ ΑΝΤΙΒΙΟΤΙΚΑ ΚΑΙ ΤΑ ΕΜΒΟΛΙΑ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ, ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΣΕ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΟΚΑΠΑ
 Σπυροπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο, Αγίας Σοφίας 1, Νέο Ψυχικό

Η **Διεύθυνση Κοινωνικής Προστασίας του Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού** και το **Ελληνικό Διαδημοτικό Δίκτυο Υγιών Πόλεων** οργανώνουν Ημερίδα ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης των δασκάλων και των νηπιαγωγών των σχολείων μας για την ορθή χρήση των αντιβιοτικών και των εμβολίων. Η Εκστρατεία πραγματοποιείται με την συνεργασία του **Ιατρικού Συλλόγου Αθηνών**, της **Ελληνικής Εταιρείας Χημειοθεραπείας** και της **Ελληνικής Εταιρείας Λοιμώξεων**, υπό την **Αιγίδα της Κεντρικής Ένωσης Δήμων Ελλάδος (ΚΕΔΕ)**.



14/03 Πέμπτη, 18:00-22:00

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ-ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΠΟΚΡΙΤΙΚΗ ΜΕ ΤΟΝ ΑΝΔΡΕΑ ΜΑΝΩΛΙΚΑΚΗ

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ
 Βεκιάρη 11, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6822 217

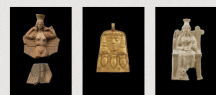


Εκδήλωση-συζήτηση με τον **Ανδρέα Μανωλικάκη**. Ο διεθνούς φήμης Έλληνας καθηγητής υποκριτικής και σκηνοθεσίας, ηθοποιός, σκηνοθέτης, Δια Βίου μέλος του **Actors Studio**, της περίφημης σχολής που ίδρυσε ο Ηλί-ας Καζάν, θα απαντήσει σε ερωτήσεις της συντονίστριας της συζήτησης **Σόφης Ζαφρακοπούλου**, Αντιπροέδρου της Δ.Η.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ. και Δημοτικής Συμβούλου, αλλά και του κοινού. Η εκδήλωση θα πραγματοποιηθεί στην **αίθουσα θεάτρου της Σχολής Μωραΐτη**, δίνοντας σε όλους μας την ευκαιρία να γνωρίσουμε από κοντά τον εξαιρετικό καλλιτέχνη και να παρακολουθήσουμε βήμα-βήμα την πολύ επιτυχημένη καλλιτεχνική του πορεία στο χώρο του θεάματος. **Πληροφορίες** στα γραφεία της Δ.Η.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ., Βεκιάρη 11, τηλ. 210 6822 217, ώρες 09:00-15:00 και στο e-mail: parathyro@0177.syzefxis.gov.gr. Οργάνωση: **Σόφη Ζαφρακοπούλου**.

15/03 Παρασκευή, 10:00

ΚΥΚΛΑΔΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ: «ΚΡΗΤΗ. ΑΝΑΔΥΟΜΕΝΕΣ ΠΟΛΕΙΣ: ΑΠΤΕΡΑ-ΕΛΕΥΘΕΡΝΑ-ΚΝΩΣΟΣ. ΤΡΙΣ ΑΡΧΑΙΕΣ ΠΟΛΕΙΣ ΖΩΤΑΝΕΥΟΥΝ»

ΜΟΡΦΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ
 Βασ. Γεωργίου Β' 11, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6745 284



500 περίπου αρχαιότερες από τις τρεις πόλεις της Κρήτης, Απτερα-Ελεύθερνα-Κνωσός, βγαίνουν πρώτη φορά στο φως και φεύγουν από τον γενέθλιο χώρο τους, την Κρήτη, για μια περιοδική έκθεση. Οι πόλεις αυτές έπαψαν να ζουν και λησμονήθηκαν, εκτός από το όνομα τους που έμεινε στη μνήμη, έστω παραφθαρμένο, αλλά τώρα ξαναζωτανεύουν και «αναγεννώνται» μέσα από κατοίκους που δεν τις κατοικούν, μέσα από τους επισκέπτες. Δηλώσεις στην κα **Λένα Δρομάζου**, 210 6712 501, 6936 712 501. Τιμή συμμετοχής: **15€** (είσοδος-ξενάγηση-πούλμαν). Θα ακολουθήσει φαγητό σε κέντρο (έξοδα ατομικά). Ώρα αναχώρησης από τη Λέσχη: 10:00.

16/03 Σάββατο, 17:00

ΑΓΩΝΑΣ ΜΠΑΣΚΕΤ: Α.Ε. ΨΥΧΙΚΟ - Α.Σ. ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ

Κλειστό γήπεδο μπάσκετ Ψυχικού, Κοντολέοντος 20, Ψυχικό, τηλ.: 210 6714 694



Η ομάδα μας υποδέχεται τον Αθλητικό Σύλλογο Καρδίτσας. **Ελάτε να την ενισχύσουμε!** Σας περιμένουμε όλους στο γήπεδο!

16/03 Σάββατο & 17/03 Κυριακή, 17:00-21:00

ΝΕΟ ΔΕΚΑΔΡΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ
 Οικολογικό Πάρκο Νέου Ψυχικού, οδός Μακρυγιάννη



Το θέμα του είναι εισαγωγή στην επικοινωνία και περιέχει, πολλή γνώση με αρκετό γέλιο και βαθύτερη κατανόηση. Ο αριθμός των θέσεων είναι περιορισμένος. Η παρακολούθηση του εργαστηρίου είναι απαραίτητη για συμμετοχή στη νέα Ομάδα Γονέων. **Δωρεάν συμμετοχή. Απαραίτητη προεγγραφή.** Τηλέφωνο επικοινωνίας 210 6747 109.



17/03 Κυριακή, 12:00

ΠΑΙΔΙΚΗ ΠΑΡΑΣΤΑΣΗ: «Ο ΚΑΠΕΤΑΝ ΑΠΕΘΑΝΤΟΣ»

ΣΤΕΚΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ
 ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ
 Αίθουσα Θεάτρου / Κτήριο Πολλαπλών Χρήσεων
 Ρήγα Φεραίου & Μπουμπουλίνας, τηλ.: 210 6728 043



Ο Καραγκιόζης αυτή τη φορά θα μας μεταφέρει στην Πελοπόννησο και στο 1821. Ο μύθος του Καπετάν Απέθαντου που προστατεύει από Τούρκους και Πειρατές τον Πύργο της Μονεμβασίας, θα ζωντανέψει στον μερνετό του **Θιάσου Σκιών** του **Σωκράτη Κοτσορέ**. Είσοδος: **4€**, (από 3 χρονών και πάνω). Δώρο χαρτοκοπτική φιγούρα σε όλα τα παιδιά. Κράτηση θέσης στο 6974 478 288.

17/03 Κυριακή, 18:00

«Μ' ΕΝΑ ΒΙΒΛΙΟ ΣΥΖΗΤΩ»

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΒΙΒΛΙΟΥ
 Αδριανού 3, Νέο Ψυχικό, τηλ.: 210 6463 888



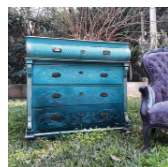
Βιβλίο: «**Η παγίδα των ανδρών**», του **Λίαν Χερν**, εκδ. «Πατάκη». Μεσαιωνικό μυθιστόρημα φαντασίας. Εισηγήτρια: **Πανωραία Καρανικοπούλου**.

20/03, 27/03, 03/04, 10/04 Τετάρτη

ΣΕΜΙΝΑΡΙΑ ΧΕΙΡΟΤΕΧΝΙΑΣ

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΚΟΙΝΩΦΕΛΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

Βεκιάρελη 11, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6822 217



Η ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ. στο πλαίσιο της υλοποίησης προγραμμάτων που αφορούν σε εξειδικευμένες μορφές τέχνης, διοργανώνει τα εξής δύο σεμινάρια τεσσάρων συναντήσεων: **1) «ΦΤΙΑΞΤΟ ΜΟΝΟΣ» (16.00-18.00).** Εκμάθηση χρηστικών και διακοσμητικών αντικειμένων. **2) «ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ & ΑΝΑΠΑΛΑΙΩΣΗ ΕΠΙΠΛΩΝ»**

(18:00-20:00). Για πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής, στα γραφεία της ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ., Βεκιάρελη 11, τηλ. 210 6822 217, ώρες 09:00-15:00 και στο www.facebook.com/28artcenterchalkpaintvelvetfilothei/. Περιορισμένος αριθμός συμμετεχόντων. Οργάνωση: **Σόφη Ζαφρακοπούλου.**

20/03 Τετάρτη, 20:00

ΔΙΑΛΕΞΗ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ

Δρόση 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135



ΓΚΥΣΤΑΒ ΦΛΟΥΡΑΝΣ, ΕΝΑΣ ΞΕΧΑΣΜΕΝΟΣ ΜΕΓΑΛΟΣ ΦΙΛΕΛΛΗΝΑΣ
Η **Μαρία Μενεγάκη, δίδασκτρ γαλλικής και συγκριτικής φιλολογίας του Πανεπιστημίου του Στρασβούργου και ομότιμη καθηγήτρια της ιστορίας του γαλλικού πολιτισμού του Πανεπιστημίου Αθηνών,** θα μας πεί πίσω, στα χρόνια της κρητικής εξέγερσης εναντίον των Τούρκων (1866-69), τότε που αναζωπυρώνεται ο γαλλικός φιλελληνισμός, τότε που αναδεικνύεται η προσωπικότητα του **Γκυστάβ Φλουράνς.** Ομιλία-παρουσίηση ιδιαίτερου ενδιαφέροντος. **Απαραίτητη η κράτηση θέσης.**

21/03 Πέμπτη, 18:30

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΔΡΙΜΟΤΗΤΑ: «ΣΑΡΑΚΟΣΤΙΑΝΟΣ ΜΕΖΕΣ»

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ

Δρόση 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135



Μια γιορτή που εσείς καθιερώσατε και για 25 χρόνια γιορτάζουμε μαζί σας. Ετοιμάστε τον σαρακοστιανό σας μεζέ και ελάτε να διαγωνιστούμε και να κριθούμε από γνωστούς σεφ. Ζωντανή μουσική θα συμπληρώσει την βραδιά μας. **Δηλώσεις συμμετοχής απαραίτητες.**

21/03 Πέμπτη, 19:00

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΒΙΒΛΙΟΥ: «ΜΑΡΙΑ ΚΑΣΣΑΒΕΘΗ-ΖΑΜΠΑΚΟΥ,

ΕΝΑ ΕΚΘΑΜΒΩΤΙΚΟ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ»

ΜΟΡΦΩΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ

Βασ. Γεωργίου Β΄ 11, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6745 284



Η κα **Μιράντα Σοφισανού** θα μας παρουσιάσει, μέσα από μια πολυτελή έκδοση, τη ζωή της εκρηκτικής αριστοκρατίαςς Ελληνίδας Μαρίας Κασσαβέτη-Ζαμπάκου, που συνάραξε την λονδρέζικη κοινωνία του 19ου αιώνα. Μια ζωή τρικυμιώδη, συνυφασμένη με την πολυτέλεια αλλά και με την αισθητική της ευρωπαϊκής διανόησης της εποχής. Το βιβλίο, με υλικό που χρειάστηκαν 20 χρόνια να συλλεχθεί από την συγγραφέα, θα το παρουσιάσουν ο κύριος **Θεοδωρής Κοντάρας,** φιλόλογος-ιστορικός και η κυρία **Ντίνα Αδαμπούλου,** αρχαιονόμος-ιστορικός, Διευθύντρια του Αρχείου Μουσείου Υδρας. Πληροφορίες: **Λένα Δρομάζου,** 210 6712 501, 6936 712 501. Έναρξη 19:00.

23/03-25/03 Σάββατο-Δευτέρα, 08:00

ΤΡΙΗΜΕΡΟ ΣΤΑ... ΚΡΑΒΑΡΑ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ

Δρόση 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135



Κράβαρα... έτσι λεγόταν επί Τουρκοκρατίας. Είναι, ή Μεγάλη Λομποτινά, ή **Άνω Χώρα** σήμερα... σκαρφαλωμένη στα 1.050μ., σε απόσταση 55 χλμ. από τη Ναύπακτο. Απολαυστικό τρίμερο με ορμπτήριο το υπέροχο ξενοδοχείο Crystal Mountain. Κόστος: **170€** κατ' άτομο σε δίκλινο δωμάτιο, και **220€** σε μονόκλινο. Περιλαμβάνονται: μεταφορικά, 2 διανυκτερεύσεις, 2 πλούσια προγεύματα, 2 βραδινά γεύματα και... εκπλήξεις.

25/03 Δευτέρα, 12:00

ΕΘΝΙΚΟΣ ΕΟΡΤΑΣΜΟΣ 25ης ΜΑΡΤΙΟΥ - ΣΧΟΛΙΚΗ ΠΑΡΕΛΑΣΗ

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ & ΥΓΕΙΑΣ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ
Οδός Διαμαντίδου

Παρέλαση Σχολείων & Φορέων στο **ΨΥΧΙΚΟ.**

27/03 Τετάρτη, 20:30

ΤΑ ΠΙΟ ΟΡΑΙΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΜΠΕΝΕΤΑΤΟΥ

Δρόση 2 & Δροσίνη, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135



Ο **Δημήτρης Σιβρής** (πίανο), η **Νανά Δόμβρου** (τραγουδι) και ο **Γιώργος Πολύζος** (κιθάρα-τραγουδι) διαλέγουν και μας θυμίζουν τα πιο όμορφα τραγούδια του «τότε» και του «τώρα», τραγούδια που έγραψαν σπουδαίοι στιχουργοί και συνθέτες και που τραγούδησαν λαμπροί ερμηνευτές. Το Πολιτιστικό Κέντρο και οι τρεις εξαιρετικοί καλλιτέχνες σας περιμένουμε για να χαρούμε μαζί ένα όμορφο μουσικό σερβιάνι. **Δωρεάν, με κράτηση θέσης.**

30/03 Σάββατο, 17:00

ΑΓΩΝΑΣ ΜΠΑΣΚΕΤ: Α.Ε. ΨΥΧΙΚΟ - ΑΠΟΛΛΩΝ ΠΑΤΡΑΣ

Κλειστό γήπεδο μπάσκετ Ψυχικού, Κοντολέοντος 20, Ψυχικό, τηλ.: 210 6714 694



Η ομάδα μας υποδέχεται τον Απόλλωνα Πάτρας. **Ελάτε να την ενισχύσουμε!** Σας περιμένουμε όλους στο γήπεδο!

30/03 Σάββατο, 17:15

ΘΕΑΤΡΟ ΙΔΙΣΙΑ: «ΚΑΘΕ ΤΡΙΤΗ ΜΕ ΤΟΝ ΜΟΡΙ»

ΜΟΡΦΩΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ

Βασ. Γεωργίου Β΄ 11, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6745 284



Η αληθινή ιστορία του καθηγητή κοινωνιολογίας **Μόρι Σουόρτζ** (Morrie Schwartz), με τους **Γρηγόρη Βαλιτινό** και **Γιάννη Σαρακατσάνη.** Τιμή συμμετοχής: **18€** (εισιτήριο-πούλμαν). Δηλώσεις στην κα **Λένα Δρομάζου,** 210 6712 501, 6936 712 501. Αναχώρηση από τη Λέσχη: 17:15.

01/04, 08/04 Δευτέρα & 18/04 Πέμπτη, 17:30-21:00

«Η ΕΠΑΝΑΣΤΑΣΗ ΤΟΥ 1821:

ΕΝΑ ΔΥΣΚΟΛΟ ΕΓΧΕΙΡΗΜΑ ΜΙΑΣ ΠΕΡΙΠΛΟΚΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑΣ»

ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ, ΜΟΡΦΩΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ
Γ.Ε. Λύκειο Φιλοθέης, Παπαφλέσσα 15



Μαθήματα Ιστορίας με τη **Μαρία Ευθυμίου, Αν. Καθηγήτρια Ιστορίας του Ε.Κ.Π. Αθηνών.** **Είσοδος ελεύθερη.** Πληροφορίες στο e-mail: k.petritsi@177.syzefxis.gov.gr. **Κατερίνα Πετρίτσου-Μουράνη, Αντιδήμαρχος.**

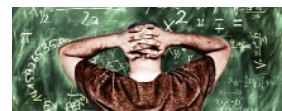
01/04 Δευτέρα, 19:00

ΤΑ ΑΛΥΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΤΗΣ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΥΝ ΠΡΟΤΑΣΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΛΥΣΗ ΤΩΝ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ ΤΟΥ ΣΗΜΕΡΑ;

ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ, ΠΑΙΔΕΙΑΣ, ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ

Σπυροπούλειο Πολιτιστικό Κέντρο

Αγ. Σοφίας 1, Νέο Ψυχικό, τηλ.: 210 6749 137



Ποιος μπορεί να πει ότι στη ζωή του δεν βρέθηκε αντιμετώπος με προβλήματα; Έχουν τα μαθηματικά πρόταση για την αντιμετώπιση των προβλημάτων της καθημερινότητας; Τα «άλυτα» μαθηματικά προβλήματα που διατυπώθηκαν και λύθηκαν από τους προγόνους μας, εκπέμπουν μηνύματα λύσης των δικών μας προβλημάτων; Απαντήσεις στα ερωτήματα αυτά θα προσεγγίσει η διάλεξη που θα γίνει από το Διευθυντή του 1ου Γυμνασίου Νέου Ψυχικού **Δρ. Κιουλάφα Εμμανουήλ.**

06/05-14/05

ΠΡΟΣΚΥΝΗΜΑΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΕΚΔΡΟΜΗ

ΙΕΡΟΣ ΝΑΟΣ ΑΓΙΟΥ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

Αγ. Δημητρίου 21, Π. Ψυχικό

Ο Ι.Ν. Αγ. Δημητρίου οργανώνει προσκυνηματική και πολιτιστική εκδρομή στην **Σερβία** και την **Ουγγαρία** (Βουδαπέστη), με αρκετά ικανοποιητική τιμή. Αεροπορικά εισιτήρια, ξενοδοχεία τεσσάρων αστέρων. Αναχώρηση από τον Ιερό Ναό Αγίου Δημητρίου. **Πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχών π. Ιωάννης.** Τηλέφωνο επικοινωνίας **6932 441 694.**



Δήμος Φιλοθέης - Ψυχικού
Βεκιάρη 11, Φιλοθέη,
τηλ. 210 6834 550, φαξ: 210 6816 761
www.okapa.gr,
email: okapa@okapa.gr



www.facebook.com/okapasport

ΑΘΛΗΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

P. Φεραίου & Μπουμπουλίνας, Νέο Ψυχικό, τηλ. 210 6728 043
email: sport-culture@okapa.gr

ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΠΑΙΔΙΚΑ-ΕΦΗΒΙΚΑ

- ➔ **Ρυθμική Γυμναστική**, κορίτσια από 5 ετών
Δευτ.-Παρ.: 15:00-21:30,
Σάβ.: 09:30-17:00
- ➔ **Ενόργανη Γυμναστική - Τραμπολίνο**, αγόρια και κορίτσια από 6 ετών
Δευτ.-Πεμ.: 17:00-20:00
- ➔ **Μοντέρνος Χορός - Jazz** κορίτσια από 9 ετών
Τετ.-Παρ.: 18:00-22:00
- ➔ **Τένις**, αγόρια-κορίτσια από 6 ετών
Δευτ.-Παρ.: 15:30-19:30
Χώροι γύμνασης: Ανοικτά γήπεδα οδού Καλαβρύτων & Αγ. Γεωργίου
- ➔ **Κολύμβηση, μικρή πισίνα** αγόρια-κορίτσια από 4 ετών
Δευτ.-Παρ.: 15:00-20:00
- ➔ **Κολύμβηση, μεγάλη πισίνα σε τμήμα**, αγόρια-κορίτσια μέχρι 15 ετών
Δευτ.-Παρ.: 15:00-20:00
- ➔ **Κολύμβηση, προετοιμασία για ΤΕΦΑΑ & Στρατιωτικές σχολές**, αγόρια-κορίτσια από 16-18 ετών
Δευτ.-Τρ.-Πεμ.: 20:00-21:00
- ➔ **Κολύμβηση, μεγάλη πισίνα ελεύθερο**, αγόρια-κορίτσια από 15-18 ετών
Δευτ.-Παρ.: 08:00-22:00
Σάβ.: 08:00-14:00

ΑΘΛΗΤΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

- ➔ **Κολύμβηση, μεγάλη πισίνα (κοινό)**, γυναίκες & άνδρες
Δευτ.-Παρ.: 08:00-21:30
Σάβ.: 08:00-14:00
- ➔ **Κολύμβηση, προετοιμασία για ΤΕΦΑΑ & Στρατιωτικές σχολές**, γυναίκες & άνδρες
Δευτ.-Τρι.-Πεμ.: 20:00-21:00
- ➔ **Fitness & Υγεία**, (γυμναστική γυναικών)
Δευτ.-Τετ.-Παρ.: 11:00-12:00
- ➔ **Aqua aerobic** (υδρογυμναστική)
Δευτ.-Τρ.-Πεμ.: 10:30-11:30
- ➔ **Γυμναστική Τρίτης Ηλικίας**, γυναίκες & άνδρες
Τετ.-Παρ.: 12:30-13:00
- ➔ **Γιόγκα**, γυναίκες & άνδρες
Δευτ.-Πέμ.: 20:00-22:00
- ➔ **Τένις**, γυναίκες & άνδρες
Δευτ.-Παρ.: 19:30-21:30
Χώροι γύμνασης: Ανοικτά γήπεδα οδού Καλαβρύτων & Αγ. Γεωργίου
- ➔ **Εκμάθηση Κολύμβησης Ενηλίκων σε τμήμα**, γυναίκες & άνδρες
Δευτ.-Παρ.: 14:30-15:30 και 20:00-21:00

Όλα τα ωράρια των τμημάτων μπορεί ν' αλλάζουν ανάλογα με τις εγγραφές.

Πληροφορίες στη γραμματεία του Αθλητικού Κέντρου Ν. Ψυχικού
Τηλ.: 210 6728 043, Φαξ: 210 6728 073
www.okapa.gr και email: sport-culture@okapa.gr

Ώρες λειτουργίας κολυμβητηρίου: Δευτ.-Παρ.: 08:00-21:30 και Σάββατο από 08:00-14:00

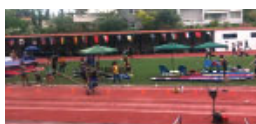
Ώρες εγγραφών & πληρωμών: καθημερινά 08:00-21:00

ΦΙΛΟΘΕΗ

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΦΙΛΟΘΕΗΣ «ΣΤΕΛΙΟΣ ΚΥΡΙΑΚΙΔΗΣ»
Παύλου Καλλιγιά 74, τηλ.: 210 6812 557

Μαθήματα Γυμναστικής για ενήλικες

Δευτ., Τετ, Παρ. 18:00-19:00
Τρ., Πεμ. 09:00 - 10:00



ΔΑΝΕΙΣΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

Η Δημοτική Βιβλιοθήκη Φιλοθέης-Ψυχικού είναι μέλος του Δικτύου Ελληνικών Βιβλιοθηκών της Εθνικής Βιβλιοθήκης της Ελλάδας, διαθέτει αναγνωστήριο. 3 θέσεις με πρόσβαση στο διαδίκτυο, ασύρματο internet και την εφημερίδα «Καθημερινή» για ανάγνωση. Κατάλογος βιβλιοθήκης <http://79.129.63.115>.



Σε όλες τις εκδηλώσεις, η είσοδος είναι ελεύθερη. Απαραίτητη η δήλωση συμμετοχής στο τηλ. 210 6724 307 ή στο e-mail vivliops@otenet.gr.

ΠΑΙΔΙΚΕΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

02/03 & 16/03 Σάββατο, 12:00-13:30

ΠΑΙΔΙΚΗ ΛΕΣΧΗ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ «ΜΙΚΡΟΙ ΒΙΒΛΙΟΦΑΓΟΙ»



Για παιδιά 5-9 ετών / Συντονίστρια: Ζέφη Συρίβλη

Στην εποχή της τεχνολογίας, που απομακρύνει ολοένα και περισσότερο τα παιδιά από το διάβασμα εξωσχολικών βιβλίων, η Παιδική Λέσχη Ανάγνωσης ενθαρρύνει τα παιδιά να ενδιαφερθούν για τα βιβλία, δίνοντάς τους την ευκαιρία να μπουν στον μαγικό κόσμο του βιβλίου. Εάν τα παιδιά σας αγαπούν την παρέα, τη συζήτηση, τη ζωγραφική, τις χειροτεχνίες και εσείς επιθυμείτε να αγαπήσουν και το βιβλίο, η συγγραφέας Ζέφη Συρίβλη τα περιμένει στην Παιδική Λέσχη Ανάγνωσης «Μικροί Βιβλιοφάγοι», στον φιλόξενο χώρο της Δημοτικής Βιβλιοθήκης Ψυχικού.

ΛΕΣΧΕΣ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ

13/03 Τετάρτη, 18:00

THE ENGLISH BOOK CLUB

Coordinator: Alexandra Pel

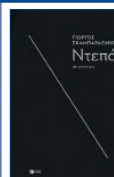


The book that we will discuss is: **Hannah Kent: «Burial Rites»**. A brilliant literary debut, inspired by a true story: the final days of a young woman accused of murder in Iceland in 1829. Set against Iceland's stark landscape, Kent brings to vivid life the story of Agnes, who, charged with the brutal murder of her former master, is sent to an isolated farm to await execution. Horrified at the prospect of housing a convicted murderer, the family at first avoids Agnes. Only Tóti, a priest Agnes has mysteriously chosen to be her spiritual guardian, seeks to understand her. But as Agnes's death looms, the farmer's wife and their daughters learn there is another side to the sensational story they've heard. Riveting and rich with lyricism, Burial Rites evokes a dramatic existence in a distant time and place and asks the question, how can one woman hope to endure when her life depends upon the stories told by others?

20/03 Τετάρτη, 18:00

ΛΕΣΧΗ ΑΝΑΓΝΩΣΗΣ

Συντονίστρια: Αλεξάνδρα Παπάζογλου



Το βιβλίο που θα συζητήσουμε είναι του **Γιώργου Σκαμπαρδώνη: «Ntépó - 27 diegimata»**. Εκδόσεις Πατάκη, 2017, 214 σ.. Στη γραμμή, στην παραισθήση μεταξύ ύπνου και ξύπνου μισοβλέπω ακόμα ιστορίες (κρύβε-μίλα) που μπλέκονται με άλλες, δικές μου, ή τρίτων, προηγούμενες κι επόμενες. Από ταγάρο σε ταγάρο μετακινούνται αυθαίρετα στα πίσω λατομεία του νου ως τακτικοί θαμώνες, ή κατάδικοι που χωρίζονται, χάνονται κι επανέρχονται ίδιες και διαφορετικές. Παλιά σκυλιά που κοπάδισαν στη μνήμη και γαυγίζουν μετά θάνατον. Σαν να βγάξεις δυο, τρία τομάρια από ένα πρόβατο, ή σαν την υστεροφημία ενός φίλιου. Πέσε-σίκω αλλοιώνονται πάλι όλα, οπότε κρατώ συνάψεις και νήματα μπλέκοντάς τα με νέες, αιωρούμενες εικόνες και θαμμένα γεγονότα που μεταβάλλονται διαρκώς απ' την επεξεργασία και την επιπόηση. φτιάχνοντας ρευστούς τάπιτες-απολυτικά πεταμένα στο νερό. Ξαναγεννιέται ο πολφός των λέξεων και οι σπαστές αυτές αφηγήσεις γίνονται ντεπό, θυρίδες για το αύριο που θα έχω ένδεια φωσφόρου. Αν και όλα, εντέλει, σπαργανώνονται στην περιοχή του απρόσληπτου.

ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

Στρ. Καλλάρη 13, Ψυχικό, τηλ.: 210 6724 307, 210 6773 485

Ωράριο λειτουργίας: Δευτ.: 09:00-16:00, Τρ. & Παρ.: 09:00-17:00, Πεμ.: 09:00-16:30, Τετ.: 09:00-19:00, Σάβ.: 10:00-15:00

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ

25ης Μαρτίου 19, Νέο Ψυχικό, τηλ.: 210 6725 690

Ωράριο λειτουργίας: Δευτ. - Παρ.: 09:00-16:00, Σάβ. & Κυρ.: κλειστά



ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΩΔΕΙΟ



Αναγνωρισμένο από το Κράτος (ΦΕΚ 2575/24-09-2012 τ. Β')
Ευρώτα 12Α, Ν. Ψυχικό, 154 51.
Τηλ. 210 6752 550. E-mail: dim-odeio@okapa.gr

Το Δημοτικό Ωδείο Φιλοθέης-Ψυχικού δημιουργήθηκε με σκοπό την προαγωγή της Μουσικής Παιδείας στους κατοίκους και ιδιαίτερα στη νέα γενιά. Καλλιτεχνικός Διευθυντής: Θεμιστοκλής Μακαντάσης

«ΣΤΕΚΙ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ» ΠΑΪΖΩ-ΜΑΘΑΪΝΩ-ΔΗΜΙΟΥΡΓΩ-ΕΚΦΡΑΖΟΜΑΙ



Το «Στέκι του Παιδιού» είναι ένα καινοτόμο ολοκληρωμένο πρόγραμμα συντονισμένων δράσεων και δραστηριοτήτων, το οποίο απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 3-13 ετών. Πραγματοποιείται από τον Ο.Κ.Α.Π.Α., με την επιμέλεια ειδικών παιδαγωγών, θεατρολόγων, εκπαιδευτικών, καλλιτεχνών και ειδικευμένων εμπυκωτών. Οι δράσεις που υλοποιεί (μουσικο-κινητικά παιχνίδια, εργαστήρια κατασκευής, θεατρικό παιχνίδι, κλπ) παρέχονται δωρεάν στα παιδιά και λαμβάνουν χώρα κάθε

Σάββατο και Κυριακή, πρωί και απόγευμα, στην Αίθουσα Πολλαπλών Χρήσεων του Αθλητικού Κέντρου Νέου Ψυχικού (Ρήγα Φεραίου & Μπουμπουλίνας). Το εβδομαδιαίο πρόγραμμα αποστέλλεται ηλεκτρονικά κάθε Τρίτη σε 1.500 γονείς, και είναι απαραίτητη η κράτηση θέσης μέσω email. **Στοιχεία επικοινωνίας:** 210 6850 020, 6945 297 974, email: stekitoupaidiou@gmail.com. **Επισκεφθείτε το blog μας:** www.tostekitoupaidiou.blogspot.com και τη σελίδα μας στο Facebook / ΣΤΕΚΙ Του Παιδιού.



ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΝΟΣΟΥ ALZHEIMER ΚΑΙ ΣΥΝΑΦΩΝ ΔΙΑΤΑΡΑΧΩΝ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ- ΨΥΧΙΚΟΥ

Για τρίτη συνεχή χρονιά λειτουργεί Συμβουλευτικός Σταθμός Νόσου Alzheimer και Συναφών Διαταραχών στο Δήμο μας. Το πρόγραμμα πραγματοποιείται από τη Διεύθυνση Κοινωνικής Προστασίας του Δήμου σε συνεργασία με την Ελληνική Εταιρεία Νόσου Alzheimer Αθηνών. Εξειδικευμένοι επιστήμονες όπως ιατρός νευρολόγος, ψυχολόγος και κοινωνικός λειτουργός αποτελούν την επιστημονική ομάδα που θα υποστηρίξει την εξέταση βαθμού λειτουργίας της μνήμης και την ένταξη των συμμετεχόντων στις ανάλογες ομάδες πρόληψης και δημιουργικής απασχόλησης. **Οι ομάδες ενίσχυσης της μνήμης και νοτικής ενδυνάμωσης του Συμβουλευτικού Σταθμού λειτουργούν τις ηρωινές ώρες κάθε Τρίτη, Τετάρτη και Πέμπτη, στη Λέσχη Δημιουργικής Ωριμότητας στο Νέο Ψυχικό (Ρήγα Φεραίου 38).** Η παροχή των υπηρεσιών καθώς και το εποπτικό και ενημερωτικό υλικό είναι δωρεάν για τους κατοίκους του Δήμου μας.

Πληροφορίες στη Δ/ση Κοινωνικής Προστασίας Δήμου Φιλοθέης-Ψυχικού, στα τηλέφωνα: 213 2014 656, 213 2014 641 & 213 2014 650.

ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ



Ένα εργαλείο στην Υπηρεσία των Δημωτών

Πληροφορίες: 210 6822 217, 210 6753 797
www.dikefips.weebly.com,
Email: parathyro@0177.syzefxis.gov.gr

ΦΙΛΟΘΕΗ

Κτίριο πρώην Κ.Ε.Π.

Βεκιάρελλη 11, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6822 217

➔ Μαθήματα Ηλεκτρονικών Υπολογιστών, Tablet, Android
Αρχάριοι, Προχωρημένοι, Πολύ προχωρημένοι, Αναπληρώσεις μαθημάτων



Κέντρο Νεότητας Φιλοθέης

Καλλιγά 74, Φιλοθέη, τηλ.: 210 6839 882. Ωρες επικοινωνίας:
Δευτ.-Πεμ. 09:00-12:00, Δευτ. & Τετ. 16:30-20:00, Σαβ. 09:00-13:00

ΤΜΗΜΑΤΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

➔ Ζωγραφική
Δευτ. & Πέμ.: 18:00-21:00,
Παρ.: 10:00-13:00



➔ Κίνηση και Ευεξία (Pilates)

Δευτ. έως & Παρ.: 09:30-10:30,
Δευτ., Τετ. & Παρ.: 10:30-11:30,
Δευτ., & Τετ.: 19:00-20:00,
Τρ.: 20:00-21:00

Τα τμήματα είναι μεικτά.

➔ Barre à Terre

Τρ. & Πέμ.: 10:30-11:30,
Δευτ., & Τετ.: 20:00-21:00

➔ Σωματική Αρμονία (Yoga)

Τμήμα 1: Δευτ. & Τετ.: 09:30-11:00,
Τμήμα 2: Τρ. & Πέμ.: 09:30-11:00

ΤΜΗΜΑΤΑ ΠΑΙΔΙΚΑ & ΕΦΗΒΙΚΑ

➔ Ζωγραφική

Για παιδιά και εφήβους
Α' τμ. 6-9 ετών, Σάβ.: 10:00-11:30
Β' τμ. 9-12 ετών, Σάβ.: 11:30-13:00
Γ' τμ. 12-17 ετών, Σάβ.: 13:00-14:30



➔ Αυτοσχέδιο Musical

Για παιδιά 5-7 ετών, Δευτ. & Τετ.: 16:15-17:00
Για παιδιά 8-12 ετών, Δευτ. & Τετ.: 17:00-18:00



Τα ωράρια όλων των τμημάτων μπορεί ν' αλλάζουν ανάλογα με τις εγγραφές. Περιορισμένος αριθμός θέσεων.



ΨΥΧΙΚΟ

Δημοτική Πινακοθήκη Λέφα Ψυχικού

Κοκκώνης 15, Ψυχικό, τηλ.: 210 6717 097

➔ Μαθήματα Ζωγραφικής & Γλυπτικής, Τμήμα Ενηλίκων

Τρ & Τετ: 17:30-20:30

Τμήματα για παιδιά: Α' τμήμα 6-8 ετών, Παρ.: 17:00-19:00, Β' τμήμα 9-12 ετών, Σάβ.: 10:00-12:00, Γ' τμήμα 6-8 ετών Σάβ.: 12:00-14:00

➔ Δημιουργική Απασχόληση Νηπίων 4-6 ετών, Παρ. ή Σαβ.: 17:00-19:00

➔ Εργαστήρι Ζωγραφικής για νήπια και γονείς Παρ.: 19:00-20:30

Δια μέσου της τέχνης το παιδί στηρίζεται για να κάνει τα πρώτα του βήματα στην γέφυρα της επικοινωνίας, της έκφρασης και της ζωής. Ελευθερώνοντας την δημιουργική ενέργεια του ο γονέας συναντάει την αυθόρμητη δημιουργία του παιδιού του, χρησιμοποιώντας από χρώματα, πλαστελίνες, κολάζ μέχρι μουσικοκινητική και κατασκευές. Κάθε Παρασκευή στις 19:00-20:30 περιμένουμε το παιδί μαζί με τον γονέα του να ενωθούμε σε μία καλλιτεχνική οικογένεια. Ηλικίες από 2,5 έως 5 ετών. Η ομάδα μας θα κλείσει στους οκτώ συμμετέχοντες γι' αυτό θα τηρηθεί σειρά προτεραιότητας. Έναρξη 5/10.



ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΜΕΡΙΜΝΑ

Εργαστήρια Συμβουλευτικής

➔ Εργαστήρι εισαγωγής στις δεξιότητες επικοινωνίας, 17 & 18/03/2019 (Δωρεάν) ➔ Ομάδα Προσωπικής Ανάπτυξης ➔ Ομάδα Γονέων ➔ Εργαστήρι στρες και άγχους ➔ Εργαστήρι θυμού, ψυχικής έντασης και συγκρούσεων ➔ Εργαστήρι «όρια στα παιδιά και στις σχέσεις μας» ➔ Θεραπεία Ζευγαριών

Τα εργαστήρια συμβουλευτικής πραγματοποιούνται στο Οικολογικό Πάρκο του Ν. Ψυχικού & στο Παλαιό Δημαρχείο Ψυχικού. Πληροφορίες: 210 6822 217.



Η Α.Ε.Ψ. κοντά σε εσάς και τα παιδιά σας με προτάσεις αθλητισμού

ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΨΥΧΙΚΟΥ

➔ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΜΠΑΣΚΕΤ (έναρξη 15/9/2018-16/6/2019)

Αγόρια-Κορίτσια 5-14 ετών / Πληροφορίες: Σάβ. & Κυρ., από 09:30-13:30 στο κλειστό γυμναστήριο, στη γραμματεία τένις στα τηλ.: 210 6743 911, 210 6714 694, (ΣΚ πρωί) ή στο τηλ.: 6937 556 928.

➔ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΜΙΝΙ ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΟΥ (5x5) (έναρξη 15/9/2018-16/6/2019)

Αγόρια-Κορίτσια 6-16 ετών / Πληροφορίες: Σάβ. & Κυρ πρωί, στο γήπεδο 5x5 Γυμνασίου Λυκείου (210 6718 229), στη γραμματεία του τένις στο τηλ.: 210 6743 911, ή στο τηλ.: 6944 818 335.

➔ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΤΕΝΙΣ (έναρξη 10/9/2018-16/6/2019)

Παιδιά 4-16 ετών / Πληροφορίες: γήπεδα τένις του Ψυχικού ή στο τηλ.: 210 6743 911.

➔ ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΤΑΕ KWON DO (10/9/2018-14/6/2019)

Αγόρια-Κορίτσια 5-105(!) ετών / Πληροφορίες: κλειστό γυμναστήριο Ψυχικού, ώρες των προπονήσεων ή στο 210 6743 911.

➔ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ (έναρξη 10/9/2018-14/6/2019)

Δημότες όλων των ηλικιών / Πληροφορίες, εγγραφές: γραμματεία του Τένις (πλησίον του Αρσακείου) τηλ.: 210 6743 911.

➔ BEACH RACKETS (ΝΕΑ ΔΡΑΣΗ) (έναρξη 1/10/2018-12/6/2019)

Αγόρια-Κορίτσια 18-105(!) ετών / Πληροφορίες: τηλ.: 210 6743 911.

➔ ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΑΘΛΗΣΗ

Δημότες όλων των ηλικιών / Πληροφορίες: τηλ.: 210 6743 911.

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: www.aeps.gr, τηλ. 210 6743 911

ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

Δ/ΝΣΗ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ

ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΠΑΝΤΟΠΩΛΕΙΟ, Συλλογή τροφίμων: Κιόσκι στον Σκλαβενίτη Νέου Ψυχικού, ΚΕΠ Φιλοθέης και Παλιό Δημαρχείο Ψυχικού.
Πληροφορίες: τηλ. 210 6721 437, pantopoleio@0177.syzefxis.gov.gr.

ΔΩΡΕΑΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ ΕΝΗΛΙΚΩΝ, Ν. Ψυχικό: 2ο Δημοτικό Σχολείο, 25ης Μαρτίου & Νικ. Παρίση, κάθε Δευτέρα 17:00-20:00. **Φιλοθέη:** Λύκειο Φιλοθέης, Παπαφλέσσα 15 & Λουκή Ακρίτα, κάθε Τετάρτη 17:00-22:30

ΦΟΡΕΙΣ, ΣΥΛΛΟΓΟΙ & ΟΜΙΛΟΙ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

A.E.Ψ. (ΑΘΛΗΤΙΚΗ ΕΝΩΣΗ ΨΥΧΙΚΟΥ), Πληροφορίες: τηλ. 210 6743 911
BEACH RACKETS, Πληροφορίες, εγγραφές: τηλ. 6937 424 552.

A.O.Φ.Ψ. ΙΡΙΔΑ - ΞΙΦΑΣΚΙΑ, Αίθουσα ΚΑΠΗ του Αθλητικού Κέντρου Ν. Ψυχικού. Πληροφορίες: 6947 629 010.

A.O.Φ. (ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ), Δημοτικό Στάδιο Φιλοθέης «Στέλιος Κυριακίδης». Πληροφορίες: 210 6841 218.

Π.Ο.Ψ. (ΠΟΔΟΣΦΑΙΡΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΨΥΧΙΚΟΥ), Πληροφορίες: 18:00-20:00, Γιάννης Πετρίδης, Πρόεδρος, τηλ.: 6948 202 514.

ΑΚΑΔΗΜΙΑ ΣΚΑΚΙ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ, Ρήγα Φεραίου 38, Ν. Ψυχικό. Πληροφορίες: www.psychikochess.gr και στο τηλ. 6977 220 309.

ΟΜΙΛΟΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΥ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ, Κηφισίας 132 & Βασιλέως Γεωργίου Β'. **ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΣΚΑΚΙ.** Πληροφορίες: στον έφορο του ομίλου στο 6974 262 106, 18:00-21:00. www.skakiopaf.blogspot.com.

ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΚΡΗΤΩΝ Ν. ΨΥΧΙΚΟΥ-ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ «Ο ΜΙΝΩΣ», Θεμιστοκλέους 59, Ν.Ψυχικό τηλ. 210 6748 761. **ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΚΡΗΤΙΚΩΝ ΧΟΡΩΝ** κάθε Δευτέρα ώρα 20:00 στην αίθουσα θεάτρου του αθλητικού κέντρου Νέου Ψυχικού. Πληροφορίες τηλ. 6936 999 692.

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΧΟΡΩΝ κάθε Παρασκευή ώρα 19:00 στην αίθουσα ΚΑΠΗ Ρήγα Φεραίου 38 Νέο Ψυχικό. Πληροφορίες τηλ.210 6747 565 & 6976 067 214.

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΨΥΧΙΚΟΥ, Επικοινωνία: 210 6710 280 & 210 6710 611.

ΠΟΣΕΙΔΩΝ-ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΝΕΟΥ ΨΥΧΙΚΟΥ, Ρήγα Φεραίου, Νέο Ψυχικό, τηλ. 210 6728 930, <https://posidonao.wordpress.com>.

ΛΥΚΕΙΟΝ ΕΛΛΗΝΙΔΩΝ ΨΥΧΙΚΟΥ, Δρόση 2 & Δροσίνη, Πλ. Σολωμού, Ψυχικό, τηλ.: 210 6745 135. Από τις 6/10/18 έως την 1/6/19, κάθε Σάββατο 14:00-18:00. Πληροφορίες: Μαρία Νασσοπούλου, 6974 602 556 & Σόνια Αναστασιάδου-Γεωργίου, 6945 462 297.

ΔΙΑΛΕΚΤΙΚΟΣ ΟΜΙΛΟΣ ΦΙΛΟΘΕΗΣ, Καλλιγιά 31 & Ρενιέρη, Φιλοθέη (Δημαρχείο Φιλοθέης), τηλ. 210 2918 822, 210 2911 256.

1ο ΣΥΣΤΗΜΑ ΠΡΟΣΚΟΠΩΝ ΦΙΛΟΘΕΗΣ, Αγίας Φιλοθέης & Καλλιγιά (έναντι στίβου Φιλοθέης). Πληροφορίες: Θοδωρής Αλεξούδης, Αρχηγός Συστήματος, στο 6938 303 903.

2ο ΣΥΣΤΗΜΑ ΠΡΟΣΚΟΠΩΝ ΨΥΧΙΚΟΥ, Βασ. Παύλου & Χλόης. Πληροφορίες: Νάντια Σκληρθάγου, Αρχηγός Συστήματος, στο 6945 056 365.

2ο ΣΥΣΤΗΜΑ ΑΕΡΟΠΡΟΣΚΟΠΩΝ ΦΙΛΟΘΕΗΣ, Πελοποννήσου 1, Φιλοθέη. Πληροφορίες: Ηλίας Κουφαλάκος, Αρχηγός Συστήματος, στο 6974 662 099.

ΣΩΜΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΟΔΗΓΙΣΜΟΥ ΤΤ ΨΥΧΙΚΟΥ, Πληροφορίες: email: seo.psychikou@gmail.com, warmhands.vh@gmail.com.

ΣΩΜΑ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΟΔΗΓΙΣΜΟΥ ΤΤ ΦΙΛΟΘΕΗΣ, Πληροφορίες: τηλ.: 210 6833 144, email: ttfilotheis@seo.gr, www.facebook.com/ttfilotheis.

ΥΠΑΙΘΡΙΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΑ ΟΡΓΑΝΑ ΔΗΜΟΥ ΦΙΛΟΘΕΗΣ-ΨΥΧΙΚΟΥ

1. Ρήγα Φεραίου & Υψηλάντου στο Νέο Ψυχικό
2. Στρατηγού Καλλάρη & Πριγκιπίσσης Ελένης, Άλσος Ψυχικού στο Ψυχικό
3. 28ης Οκτωβρίου & Δάφνης στο Ψυχικό
4. Ελευθερίου Βενιζέλου & Ζαρίφη, Άλσος Πουλάκη στη Φιλοθέη

ΒΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΓΟΡΕΣ

1. Κάθε Τρίτη στο Ψυχικό, Πριγκιπίσσης Ελένης, ώρα 14:30-17:30
2. Κάθε Τετάρτη στη Φιλοθέη, Στρατ. Βενιέρη & Αγ. Φιλοθέης, ώρα 14:30-17:30

ΛΑΪΚΕΣ ΑΓΟΡΕΣ

Ψυχικό: Λεωφ. Δημοκρατίας (στον Άγιο Δημήτριο), κάθε Παρασκευή
Νέο Ψυχικό: οδός Ξάνθου από 4 Μαρτίου και για 3 μήνες

Επιμέλεια εντύπου: Σόφη Ζαφρακοπούλου, Αντιπρόεδρος ΔΗ.Κ.Ε.ΦΙ.Ψ.

ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΟΘΗΣ - ΨΥΧΙΚΟΥ

Απόκριες 2019



ΑΠΟΚΡΙΑΤΙΚΗ ΓΙΟΡΤΗ

Κυριακή 3 Μαρτίου

11:00 – 16:00

Άλσος Ψυχικού, Ψυχικό



ΑΠΟΚΡΙΑΤΙΚΟ ΚΑΡΝΑΒΑΛΙ

Κυριακή 10 Μαρτίου

10:30 – 15:30

Πλατεία Ελευθερίας, Νέο Ψυχικό



ΚΟΥΛΟΥΜΑ ΣΤΗ ΦΙΛΟΘΗ

Καθαρά Δευτέρα 11 Μαρτίου

11:00 – 16:00

Άλσος Εθνικής Τραπέζης, Φιλοθέη

Διοργάνωση



ΟΚΑΠΑ

ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΠΑΡΗΓΕΓΚΛΙΑΣ - ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ - ΠΑΙΔΕΥΣΤΙΚΩΝ