

29 ΔΡΑΣΕΙΣ | 3 Π.Ε. | 7 ΔΗΜΟΙ

■ ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ ■ ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ ■ ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

## Δευτέρα 8 Ιουνίου 2026

7 ΔΡΑΣΕΙΣ

| ΩΡΑ           | ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ   | ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ                            |
|---------------|---|---|
| 09:15 - 10:15 | <b>Εργαστήριο Ψυχοκοινωνικής Ενδυνάμωσης για Εργαζομένους με Αναπηρία στους Δήμους</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: Κέντρο Απασχόλησης Δήμου Κοζάνης | Καμβουνίων 16Α                              |
| 09:30 - 10:30 | <b>Εργαστήρια Μουσικής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ   | Αθανασίου Διάκου<br>Καστοριά Έναντι ΚΤΕΛ    |
| 10:30 - 11:30 | <b>Εργαστήρια Μουσικής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ   | Αθανασίου Διάκου<br>Καστοριά Έναντι ΚΤΕΛ    |
| 11:30 - 12:30 | <b>Εργαστήρια Μουσικής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ   | Αθανασίου Διάκου<br>Καστοριά Έναντι ΚΤΕΛ    |
| 12:30 - 14:00 | <b>Μια Ζωή Πολλές Ιστορίες</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΙΑΝΗΣ  | ΚΑΠΗ ΑΙΑΝΗΣ                                 |
| 17:00 - 19:00 | <b>Εργαστήρια Μητρότητας</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: InSocialHub  | Καμβουνίων 16Α                              |
| 18:30 - 20:30 | <b>Αγωγή υγείας / Εξειδικευμένη ενημέρωση / Μυοσκελετικές παθήσεις</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΕΝΤΡΟ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΔΗΜΟΥ ΚΟΖΑΝΗΣ                  | ΜΑΥΡΟΔΕΝΔΡΙ - ΑΙΘΟΥΣΑ<br>ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ |

## Τρίτη 9 Ιουνίου 2026

7 ΔΡΑΣΕΙΣ

| ΩΡΑ           | ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ  | ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ |
|---------------|--|------------------|
| 10:00 - 12:00 | <b>Mindfulness Camp for youth workers</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: Go Alive ΜΚΟ       | Καμβουνίων 16Α   |
| 10:00 - 11:00 | <b>Εργαστήρια Μουσικής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΗΦΗ ΔΗΜΟΥ ΦΛΩΡΙΝΑΣ | ΚΗΦΗ ΦΛΩΡΙΝΑΣ    |
| 10:00 - 11:00 | <b>Εργαστήρια Μουσικής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΛΕΥΚΟΠΗΓΗΣ       | Λευκοπηγή        |
| 11:00 - 12:00 | <b>Εργαστήρια Μουσικής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ                                 | ΚΑΠΗ ΦΛΩΡΙΝΑΣ    |

| ΩΡΑ           | ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ   | ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ            |
|---------------|---|-----------------------------|
| 18:00 - 19:00 | <b>Ομάδες Χορωδίας</b><br>ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ                                    | Μ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 5<br>ΑΜΥΝΤΑΙΟ |
| 18:15 - 19:15 | <b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΙΑΝΗΣ                            | ΔΑΚ ΑΙΑΝΗΣ                  |
| 19:00 - 21:00 | <b>Ενημερωτικές Ομιλίες- Ανοιχτές Εκδηλώσεις</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΑΘΛΗΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΛΙΑΚΜΟΝΑ | Νεάπολη                     |

## Τετάρτη 10 Ιουνίου 2026

4 ΔΡΑΣΕΙΣ

| ΩΡΑ           | ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ  | ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ   |
|---------------|--|--------------------|
| 17:00 - 19:00 | <b>Εργαστήρια Μητρότητας</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: InSocialHub , Κοζάνη Ομάδα Υποστήριξης Θηλασμού κ<br>Μητρότητας | Καμβουνίων 16Α     |
| 17:00 - 18:00 | <b>Εργαστήρια Μνήμης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΚΟΡΗΣΟΥ  | Βιβλιοθήκη Κορησού |
| 17:00 - 18:00 | <b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΚΡΟΚΟΥ   | ΚΡΟΚΟΣ             |
| 18:15 - 19:15 | <b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΝΩ ΚΩΜΗΣ  | ΔΑΚ Ανω Κώμης      |

## Πέμπτη 11 Ιουνίου 2026

4 ΔΡΑΣΕΙΣ

| ΩΡΑ           | ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ  | ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ                                  |
|---------------|--|---|
| 11:00 - 12:00 | <b>Εργαστήρια Μνήμης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ "ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ<br>ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ" | Βιβλιοθήκη Καστοριάς                              |
| 11:30 - 13:30 | <b>Εργαστήρια Άτυπων Φροντιστών Ιατρικής<br/>Ενημέρωσης</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ                                       | Αίθουσα Δημοτικού<br>Συμβουλίου Δήμου<br>Εορδαίας |
| 16:00 - 17:00 | <b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΜΑΥΡΟΧΩΡΙΟΥ                              | Μαυροχώρι   |
| 18:00 - 20:00 | <b>Εργαστήρια Άτυπων Φροντιστών Ιατρικής<br/>Ενημέρωσης</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ                                       | Αίθουσα Δημοτικού<br>Συμβουλίου Δήμου<br>Εορδαίας |

## Παρασκευή 12 Ιουνίου 2026

5 ΔΡΑΣΕΙΣ

| ΩΡΑ           | ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ   | ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ                         |
|---------------|---|--|
| 09:30 - 10:30 | <b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ                     | Αθανασίου Διάκου<br>Καστοριά Έναντι ΚΤΕΛ |
| 10:00 - 11:00 | <b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΙΑΝΗΣ                            | ΔΑΚ Αιανής                               |
| 10:00 - 11:00 | <b>Οι Σούπερ Ήρωες της Υγείας</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ Ζ.Ε.Π ΔΗΜΟΥ ΚΟΖΑΝΗΣ | ΒΡΕΦΟΝΗΠΙΑΚΟΣ<br>ΣΤΑΘΜΟΣ Ζ.Ε.Π           |
| 10:30 - 11:30 | <b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ                     | Αθανασίου Διάκου<br>Καστοριά Έναντι ΚΤΕΛ |
| 11:30 - 12:30 | <b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b><br>ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ                     | Αθανασίου Διάκου<br>Καστοριά Έναντι ΚΤΕΛ |

## Σάββατο 13 Ιουνίου 2026

1 ΔΡΑΣΗ

| ΩΡΑ           | ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ  | ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ |
|---------------|--|------------------|
| 17:30 - 19:30 | <b>Εργαστήρια Μητρότητας</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ<br>  ΔΟΜΕΣ: InSocialHub | Καμβουνίων 16Α   |

## Κυριακή 14 Ιουνίου 2026

1 ΔΡΑΣΗ

| ΩΡΑ           | ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ   | ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ   |
|---------------|---|--------------------|
| 11:30 - 13:00 | <b>Κατανοώντας τον Εθισμό στη Συγχρονη Εποχή</b><br>ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ<br>  ΔΟΜΕΣ: ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΩΝ ΕΞΑΡΤΗΣΕΩΝ ΚΑΙ ΠΡΟΑΓΩΓΗΣ ΤΗΣ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ Π.Ε. ΚΟΖΑΝΗΣ "ΟΡΙΖΟΝΤΕΣ" | ΑΙΘΟΥΣΑ ΔΗΜΑΡΧΕΙΟΥ |

## ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

E-MAIL

[info@insocialhub.gr](mailto:info@insocialhub.gr)

ΤΗΛΕΦΩΝΟ

24614 61465

Μπορείτε να μας συναντήσετε στα γραφεία μας τις παρακάτω ημέρες και ώρες:

**In Social Hub** · Κοζάνη  
Καμβουνίων 16Α, 50132, Κοζάνη  
Καθημερινά 09:00-17:00 · Δευτέρα,  
Τετάρτη & Παρασκευή έως 20:00

**Δήμος Εορδαίας** · Βαρβούτσιο  
Δημοτικό Ωδείο  
Δήμητρας 1, 50200, Πτολεμαΐδα  
Δευτέρα 09:00-13:00, Αίθουσα 6 Νέο  
Κτίριο  
Τρίτη-Παρασκευή 09:00-13:00,  
Αίθουσα 4 Νέο Κτίριο

**Δήμος Εορδαίας** · ΚΗΦΗ  
Πτολεμαΐδας  
Γαλιάνης 2, 50200, Πτολεμαΐδα  
Παρασκευή 09:00-13:00

**Δήμος Γρεβενών** · Διοικητήριο  
«Κώστας Ταλιαδούρης»  
Τέρμα Κων. Ταλιαδούρη, 51100,  
Γρεβενά  
Δευτέρα & Τετάρτη 09:00-17:00,  
2ος όροφος, Γραφείο 403

**Δήμος Φλώρινας** · Περιφερειακή  
Ενότητα Φλώρινας  
Πτολεμαίων 1, 53100, Φλώρινα  
Δευτέρα, Τετάρτη-Παρασκευή  
10:00-14:00, 4ος όροφος

**Δήμος Αμυνταίου** · Δημαρχείο  
Νικολαΐδη Γρηγορίου 2, 53200,  
Αμύνταιο  
Τετάρτη & Πέμπτη 09:30-15:00,  
Ισόγειο, Αίθουσα Συνεδριάσεων

**Δήμος Καστοριάς** · Βιβλιοθήκη  
Καστοριάς  
Καραβαγγέλη, 52100, Καστοριά  
Τρίτη & Πέμπτη 09:00-13:00