

22 ΔΡΑΣΕΙΣ 3 Π.Ε. 10 ΔΗΜΟΙ

■ ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ ■ ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ ■ ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

Δευτέρα 13 Ιουλίου 2026 2 ΔΡΑΣΕΙΣ		
ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
11:00 – 13:00	Όταν Έγινε Γιαγιά ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	Κ.Α.Π.Η. ΝΕΑΠΟΛΗΣ
11:00 – 12:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	Κ.Δ.Α.Π. ΔΗΜΟΥ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

Τρίτη 14 Ιουλίου 2026 6 ΔΡΑΣΕΙΣ		
ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
09:00 – 10:30	Μακροχρόνια Φροντίδα Υγείας ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ	Κ.Η.Φ.Η. ΦΛΩΡΙΝΑΣ
09:00 – 10:00	Μέτρηση Ζωτικών Ενδείξεων ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	Κ.Η.Φ.Η. ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ
10:15 – 11:15	Μέτρηση Ζωτικών Ενδείξεων ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	Κ.Α.Π.Η. ΓΑΛΑΤΙΝΗΣ
11:00 – 12:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	Κ.Η.Φ.Η. ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ
11:00 – 12:30	Μακροχρόνια Φροντίδα Υγείας ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ	Κ.Α.Π.Η. ΦΛΩΡΙΝΑΣ
11:30 – 12:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	Κ.Α.Π.Η. ΓΑΛΑΤΙΝΗΣ

Τετάρτη 15 Ιουλίου 2026 6 ΔΡΑΣΕΙΣ		
ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
09:00 – 11:00	Εργαστήρια Άτυπων Φροντιστών Νοσηλευτική Υποστήριξη ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΜΒΟΥΝΙΩΝ 16Α
10:00 – 11:00	Εργαστήρια Μνήμης ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ	ΚΑΠΗ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ
11:00 – 12:00	Εργαστήρια Μνήμης ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ	ΚΑΠΗ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ
13:30 – 15:30	Εποπτεία Στελεχών Πεδίου ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ	ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ
17:00 – 20:00	Εργαστήριο Ψυχικής Ανθεκτικότητας ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΑΙΑΝΗΣ 2 ΚΟΖΑΝΗ
18:00 – 20:00	Εργαστήρια Άτυπων Φροντιστών Νοσηλευτική Υποστήριξη ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ	ΑΙΘΟΥΣΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΥΛΙΟΥ ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ

Πέμπτη 16 Ιουλίου 2026 6 ΔΡΑΣΕΙΣ		
ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
09:00 – 11:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΠΡΕΣΠΩΝ	ΒΑΣΙΛΙΚΗ, ΑΓΙΟΥ ΑΧΙΛΛΕΙΟΥ
10:00 – 12:00	Ψυχοεκπαιδευτικά Εργαστήρια ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ	ΚΑΠΗ ΦΛΩΡΙΝΑΣ
13:00 – 15:00	Coaching σε Στελέχη των Δήμων (B Ομάδα) ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ	ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ
17:00 – 18:30	Εργαστήρια Άτυπων Φροντιστών Κινητικότητας Ασθενή ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΣΕΡΒΙΩΝ	ΠΕΤΡΙΝΟ ΚΤΗΡΙΟ ΣΕΡΒΙΩΝ
18:30 – 19:30	Ενδυνάμωση Μυοσκελετικού στην Τρίτη Ηλικία ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ	ΠΑΥΛΙΔΗ ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΥ 34
18:30 – 20:00	Εργαστήρια Άτυπων Φροντιστών Κινητικότητας Ασθενή ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΣΕΡΒΙΩΝ	ΠΕΤΡΙΝΟ ΚΤΗΡΙΟ ΣΕΡΒΙΩΝ

Παρασκευή 17 Ιουλίου 2026 2 ΔΡΑΣΕΙΣ		
ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
18:00 – 20:00	Healing Hearts – Coaching σε Μέντορες ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΟ
19:30 – 20:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΑΡΓΟΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟ	ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΥΛΛΟΓΟΥ «ΚΑΛΛΙΘΕΑ»

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

E-MAIL 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	