

Εβδομαδιαίο Πρόγραμμα Δράσεων

26 – 31 Οκτωβρίου 2026

23 ΔΡΑΣΕΙΣ 3 Π.Ε. 6 ΔΗΜΟΙ

▪ ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ ▪ ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ ▪ ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ

Δευτέρα 26 Οκτωβρίου 2026 7 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
09:30 – 10:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
10:30 – 11:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
11:30 – 12:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
18:00 – 19:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΚΟΖΑΝΗΣ Α΄
18:00 – 19:00	Σχηματίζω & Μοιράζομαι ~ Για Παιδιά ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	INSOCIALHUB
18:30 – 19:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΑΡΓΟΥΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟΥ	ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΑΡΓΟΥΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟΥ «Η ΚΑΛΛΙΘΕΑ»
19:00 – 20:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΚΟΖΑΝΗΣ Α΄

Τρίτη 27 Οκτωβρίου 2026 3 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
17:00 – 18:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΚΟΖΑΝΗΣ Α΄
17:00 – 19:00	Εργαστήρια Άτυπων Φροντιστών Ιατρικής Ενημέρωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	ΤΡΑΠΑΝΤΖΕΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ, ΑΙΘΟΥΣΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ «ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΔΑΡΔΑΣ»
18:30 – 19:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΚΡΟΚΟΥ

Πέμπτη 29 Οκτωβρίου 2026 5 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
17:00 – 18:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΚΟΖΑΝΗΣ Α΄
17:00 – 19:00	Εργαστήρια Άτυπων Φροντιστών Ψυχοκοινωνική Ενδυνάμωση ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΑΙΘΟΥΣΑ ΠΟΛΛΑΠΛΩΝ ΧΡΗΣΕΩΝ ΤΗΣ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΛΕΥΚΟΠΗΓΗΣ
17:45 – 18:45	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΚΟΖΑΝΗΣ Γ΄ ΠΕΡΙΟΧΗ ΑΓ. ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
18:00 – 19:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΚΟΖΑΝΗΣ Α΄
19:15 – 20:15	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΙΣΑΡΕΙΑ

Παρασκευή 30 Οκτωβρίου 2026 7 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
09:30 – 10:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
10:00 – 11:00	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΑΙΑΝΗΣ
10:30 – 11:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
10:30 – 12:30	Δημιουργική Απασχόληση Ωφελουμένων «Σχηματίζω & Μοιράζομαι» ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ	ΚΗΦΗ ΠΤΟΛΕΜΑΙΔΑΣ
11:30 – 12:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΚΑΠΗ ΛΕΥΚΟΠΗΓΗΣ
11:30 – 12:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
15:30 – 16:30	Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΚΑΠΗ ΜΑΥΡΟΧΩΡΙΟΥ

Σάββατο 31 Οκτωβρίου 2026 1 ΔΡΑΣΗ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
17:00 – 19:00	Εκδηλώσεις για την Πρόληψη του Καρκίνου του Μαστού ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ	BAR ΜΥΘΟΣ

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 · Δευτ., Τετ. & Παρ. έως 18:00

Δήμος Εορδαίας · Βαρβούτσιο Δημ. Ωδείο

Δήμητρας 1, 50200, Πτολεμαΐδα

Δευτέρα 09:00–13:00, Αίθουσα 6 Νέο Κτίριο · Τρίτη–Παρασκευή 09:00–13:00, Αίθουσα 4

Δήμος Εορδαίας · ΚΗΦΗ Πτολεμαΐδας

Γαλιάνης 2, 50200, Πτολεμαΐδα

Παρασκευή 09:00–13:00

Δήμος Γρεβενών · Διοικητήριο «Κ. Ταλιαδούρης»

Τέρμα Κων. Ταλιαδούρη, 51100, Γρεβενά

Δευτέρα & Τετάρτη 09:00–17:00, 2ος όροφος, Γραφείο 403

Δήμος Φλώρινας · Π.Ε. Φλώρινας

Πτολεμαίων 1, 53100, Φλώρινα

Δευτέρα, Τετάρτη–Παρασκευή 10:00–14:00, 4ος όροφος

Δήμος Αμυνταίου · Δημαρχείο

Νικολαΐδη Γρηγορίου 2, 53200, Αμύνταιο

Τετάρτη 10:00-14:00, Ισόγειο, Αίθουσα Συνεδριάσεων

Δήμος Καστοριάς · Π.Ε. Καστοριάς

Μεγάλου Αλεξάνδρου και Διοικητηρίου

Τρίτη & Πέμπτη 10:00–14:00

Δήμος Άργους Ορεστικού· Αίθουσα στο κτίριο Διοίκησης

στην περιοχή της εμποροπανήγυρης, στο Άργος Ορεστικό

Δευτέρα 09:00 – 14:00 και Τετάρτη 13:00 – 17:00.