

25 ΔΡΑΣΕΙΣ | 3 Π.Ε. | 7 ΔΗΜΟΙ

■ ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ ■ ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ ■ ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

## Δευτέρα 15 Ιουνίου 2026

5 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
09:15 - 10:15	<b>Εργαστήρι Ψυχοκοινωνικής Ενδυνάμωσης για Εργαζομένους με Αναπηρία στους Δήμους</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	INSOCIALHUB
10:00 - 11:30	<b>Ψυχοεκπαιδευτικά Εργαστήρια</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΙΑΝΗΣ	ΑΙΘΟΥΣΑ ΣΥΝΕΔΡΙΑΣΕΩΝ - ΚΑΛΗ ΑΙΑΝΗΣ
10:00 - 11:00	<b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b> ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΗΦΗ ΔΗΜΟΥ ΦΛΩΡΙΝΑΣ	ΚΗΦΗ ΦΛΩΡΙΝΑΣ
11:00 - 12:00	<b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b> ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΦΛΩΡΙΝΑΣ	ΚΑΠΗ ΦΛΩΡΙΝΑΣ
17:30 - 19:30	<b>Αγωγή υγείας / Εξειδικευμένη ενημέρωση / Μυοσκελετικές παθήσεις</b> ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ   ΔΟΜΕΣ: ΣΧΟΛΕΙΟ ΔΕΥΤΕΡΗΣ ΕΥΚΑΙΡΙΑΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑ	ΣΧΟΛΕΙΟ ΔΕΥΤΕΡΗΣ ΕΥΚΑΙΡΙΑΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑ (ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ)

## Τρίτη 16 Ιουνίου 2026

6 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
10:00 - 12:00	<b>Οι Σούπερ Ήρωες της Υγείας</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ   ΔΟΜΕΣ: Α' ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ	Α' ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ
11:00 - 12:00	<b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b> ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΜΑΥΡΟΧΩΡΙΟΥ, ΚΑΠΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΔΑΣΑΚΙ ΜΕΣΟΠΟΤΑΜΙΑΣ
12:00 - 14:00	<b>Οι Σούπερ Ήρωες της Υγείας</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ   ΔΟΜΕΣ: Β' ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ	Β' ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΣΙΑΤΙΣΤΑΣ
18:00 - 19:00	<b>Ομάδες Χορωδίας</b> ΠΕ ΦΛΩΡΙΝΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ   ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΜΥΝΤΑΙΟΥ	Μ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥ 5 ΑΜΥΝΤΑΙΟ
18:15 - 19:15	<b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΙΑΝΗΣ	ΔΑΚ ΑΙΑΝΗΣ
18:30 - 20:30	<b>Αγωγή υγείας / Εξειδικευμένη ενημέρωση / Μυοσκελετικές παθήσεις</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΕΝΤΡΟ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΔΗΜΟΥ ΚΟΖΑΝΗΣ	ΜΑΥΡΟΔΕΝΔΡΙ - ΑΙΘΟΥΣΑ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ ΣΧΟΛΕΙΟΥ

## Τετάρτη 17 Ιουνίου 2026

6 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
15:00 - 16:00	<b>Healing Hearts Coaching Σε Μέντορες</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ   ΔΟΜΕΣ: Go Alive ΜΚΟ, ΔΗΜΟΤΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ "ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ"	ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
17:00 - 18:00	<b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΚΡΟΚΟΥ	ΚΡΟΚΟΣ
17:00 - 18:00	<b>Εργαστήρια Μνήμης</b> ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ	ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΚΟΡΗΣΟΥ
18:00 - 20:00	<b>Αγωγή υγείας / Εξειδικευμένη ενημέρωση / Μυοσκελετικές παθήσεις</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ	ΠΑΙΔΙΚΗ ΚΑΙ ΕΦΗΒΙΚΗ ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ
18:00 - 20:00	<b>Δράσεις σε ΚΔΑΠ παιδιών με Αναπηρία</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ	ΚΔΑΠ ΑΜΕΑ ΧΑΜΟΓΕΛΩ
18:15 - 19:15	<b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΑΝΩ ΚΩΜΗΣ	ΔΑΚ ΑΝΩ ΚΩΜΗΣ

## Πέμπτη 18 Ιουνίου 2026

4 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
10:00 - 12:00	<b>Οι Σούπερ Ήρωες της Υγείας</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ   ΔΟΜΕΣ: ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΓΑΛΑΤΙΝΗΣ	ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΑΣΚΙΟΥ, ΓΑΛΑΤΙΝΗ
11:00 - 12:00	<b>Εργαστήρια Μνήμης</b> ΠΕ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ   ΔΟΜΕΣ: ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΚΟΡΗΣΟΥ	ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
12:00 - 14:00	<b>Όταν Έγινα Γιαγιά</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	ΚΑΠΗ ΓΑΛΑΤΙΝΗΣ
18:30 - 19:30	<b>Μικρές Ασκήσεις για Μεγάλη Άνεση</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΕΟΡΔΑΙΑΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΠΤΟΛΕΜΑΙΔΑΣ	—

## Παρασκευή 19 Ιουνίου 2026

3 ΔΡΑΣΕΙΣ

ΩΡΑ	ΔΡΑΣΗ & ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ	ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ
09:00 - 14:00	<b>Εργαστήρια Μυϊκής Ενδυνάμωσης</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ   ΔΟΜΕΣ: ΚΑΠΗ ΛΕΥΚΟΠΗΓΗΣ, ΚΑΠΗ ΚΟΖΑΝΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗ ΑΓ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ, ΚΑΠΗ ΑΝΩ ΚΩΜΗΣ, ΚΑΠΗ ΚΟΖΑΝΗΣ, ΚΑΠΗ ΑΙΑΝΗΣ, ΚΑΠΗ ΚΡΟΚΟΥ	Δ.Α.Κ. ΛΕΥΚΟΒΡΥΣΗΣ
09:15 - 11:15	<b>Οι Σούπερ Ήρωες της Υγείας</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΤΣΟΥΤΥΛΙΟΥ
11:30 - 13:30	<b>Οι Σούπερ Ήρωες της Υγείας</b> ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ	ΠΑΙΔΙΚΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ ΝΕΑΠΟΛΗΣ



Με τη συγχρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΔΙΚΑΙΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗΣ ΜΕΤΑΒΑΣΗΣ 2021-2027

## ΩΡΑ

## ΔΡΑΣΗ &amp; ΣΥΜΜΕΤΕΧΟΥΣΕΣ ΔΟΜΕΣ

## ΤΟΠΟΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ

| 11:30 - 13:30 **Ενημερωτικές Ομιλίες- Ανοιχτές Εκδηλώσεις**  
ΠΕ ΚΟΖΑΝΗΣ · ΔΗΜΟΣ ΒΟΪΟΥ

ΤΡΑΠΑΝΤΖΕΙΟ ΓΥΜΝΑΣΙΟ,  
ΑΙΘΟΥΣΑ ΕΚΔΗΛΩΣΕΩΝ  
"ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΔΑΡΔΑΣ"

## 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, Πτολεμαίδα  
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