

Το Πρόγραμμα της Τρίτης Ηλικίας της Ελληνικής Ορθόδοξης Κοινότητας Αγίων Πέτρου και Παύλου ξεκίνησε τον Σεπτέμβριο του 2012.

Στόχος μας είναι να παρέχουμε στους ηλικιωμένους της κοινότητάς μας, ένα ποικίλο πρόγραμμα οργανωμένων εκδηλώσεων και δραστηριοτήτων μέσα σ' ένα θετικό και σεβαστό περιβάλλον το οποίο ενισχύει την συνολική ευεξία και υγιή γήρανση.

Οι υπηρεσίες των υπευθύνων παρέχονται σε εθελοντική βάση και το πρόγραμμα προσφέρεται δωρεάν στους συμμετέχοντες.



Πρόγραμμα Τρίτης Ηλικίας
«Η Φιλία»
Ελληνική Ορθόδοξη Κοινότητα
Αγίων Πέτρου και Παύλου
527 Bridgeport Road East
Kitchener, Ontario
N2K 1N6
Τηλ: (519) 579 4703
Ιερατικώς Προιστάμενος
Οικονόμος π. Κωνσταντίνος Χατζής
(519) 573-1033



Υπεύθυνοι Προγράματος

- **Ελένη Ζίμης- Jarman** RN(EC) BScN
MN GNC(C) NP-PHC
(519) 497-9278
- **Μαρία Μενούκος**, MA Applied
Health Sciences, BA Applied Health Studies
(226) 606-7446
- **Ελένη Δρουμτσέκας**, Εθελόντρια



Πρόγραμμα Τρίτης Ηλικίας

«Η Φιλία»

Ελληνική Ορθόδοξη Κοινότητα
Αγίων Πέτρου και Παύλου

527 Bridgeport Road East

Kitchener, Ontario

N2K 1N6

Tel: 519 579 4703

Fax: 519 579 8392

www.stspeterandpaulgoc.ca

seniorsgroup@stspeterandpaulgoc.ca

Πρόγραμμα Τρίτης Ηλικίας Δραστηριότητες 2015-2016

Πέμπτη, 12 Νοεμβρίου, 2015

Zumba Fitness (30 Minutes)
Παρουσίαση και συζήτηση με την
Φαρμακοπειό, κ. Patty Vamvakitis
Kehagias
1-3 μ.μ

Πέμπτη, 3 Δεκεμβρίου, 2015

Bus Trip –Square One Mall, Mississauga
9:30am-3:30pm
\$10/άτομο

Πέμπτη, 21 Ιανουαρίου, 2016

Zumba Fitness (30 minutes)
Ομιλία και συζήτηση «Βιολογικά
Τρόφιμα-Τι πρέπει να γνωρίζετε» με τον
κ. Θεόδωρο Ζαφίρη
1-3 μ.μ

Πέμπτη, 18 Φεβρουαρίου, 2016

Zumba Fitness (30 minutes)
Παρουσίαση και συζήτηση με τον
κ. John Coish, Πυροσβεστική Υπηρεσία
Kitchener
1-3 μ.μ



Πέμπτη, 3 Μαρτίου, 2016

Zumba Fitness (30 minutes)
Παρουσίαση και συζήτηση με θέμα
Tax Free Saving Accounts (TFSA),
Ιατρικά Έξοδα, Ασφάλειες Ταξιδιού με
την κ. Νίκη Τρασιάς
1-3 μ.μ

Πέμπτη, 7 Απριλίου, 2016

Zumba Fitness (30 minutes)
Ομιλία και συζήτηση
1-3 μ.μ

Πέμπτη, 12 Μαΐου, 2016

Zumba Fitness (30 minutes)
Κηπουρική, Καλλωπισμός Κήπων
1-3 μ.μ

**Σε περίπτωση κακοκαιρίας το
πρόγραμμα θ'ακυρώνεται.
*Η συνεισφορά γλυκισμάτων σε κάθε
εκδήλωση είναι πάντα ευπρόσδεκτη.
Ο καφές θα προσφέρετε δωρεάν.*

Φωτογραφίες απο περασμένες συγκεντρώσεις

