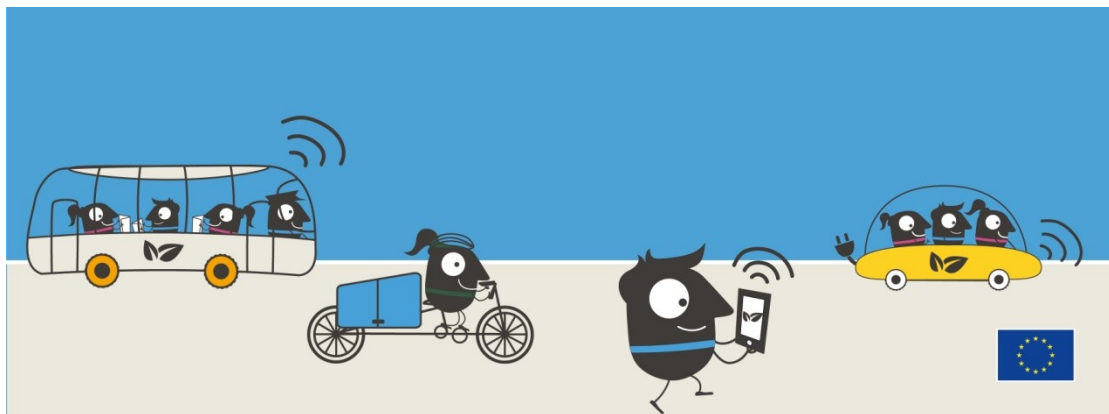




ΔΗΜΟΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΥΡΩΠΑΪΚΗΣ ΕΒΔΟΜΑΔΑΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ 2018 ΔΗΜΟΥ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑΔΑ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ 16-22 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

Παρασκευή 14/09/2018

20.00 Εγκαίνια της έκθεσης πινάκων ζωγραφικής, με θέμα «**Δήμος Καρδίτσας και ποδήλατο. Η προσέγγιση μέσα από τα μάτια του καλλιτέχνη**», των συμμετεχόντων στο διαγωνισμό των βραβείων του Κληροδοτήματος των αδελφών Βαλταδώρου, στη Δημοτική Πινακοθήκη Καρδίτσας (η έκθεση θα διαρκέσει όλη την Ευρωπαϊκή Εβδομάδα Κινητικότητας).

Κυριακή 16/09/2018



Πρωί

10.30 Ποδηλατικός δρόμος από τον **ΔΟΠΑΚ** & το Δήμο **Καρδίτσας**. Αφετηρία και τέρμα, η κεντρική πλατεία Ελευθερίας, διαδρομή 16 χλμ έως τον Κόμπελο.

- Δημόσια υπογραφή της Χάρτας της Ευρωπαϊκής Εβδομάδας Κινητικότητας από το **Δήμαρχο** πριν από την έναρξη του ποδηλατικού δρόμου.

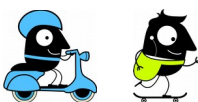
- Βράβευση από το **Δήμαρχο**, των επιχειρήσεων και επαγγελματιών που προωθούν μηνύματα οικολογικής μετακίνησης στην πόλη μας μετά τον τερματισμό του ποδηλατικού δρόμου.

- Βράβευση από το **Δήμαρχο**, του Τμήματος Τροχαίας Καρδίτσας και του Εθνικού Κέντρου Άμεσης Βοήθειας Θεσσαλίας (ΕΚΑΒ) για την αγαστή συνεργασία μας και την πολύτιμη συμβολή τους στην ομαλή διεξαγωγή της εκδήλωσης.
- Έκθεση με τις ζωγραφιές των μαθητών των **3ου, 13ου & 14ου Δημοτικών Σχολείων**, με θέμα το Ποδήλατο, από την Ε.Ε.Κ. του 2017, στο χώρο έναρξης του ποδηλατικού δρόμου.

Απόγευμα

19.00 Φιλικό παιχνίδι μπάσκετ μεταξύ του **Δήμου Καρδίτσας**, η ομάδα του οποίου αποτελείται από τον Δήμαρχο, Αντιδημάρχους και Υπηρεσιακούς Παράγοντες και την ομάδα μπάσκετ της **ΙΡΑ Καρδίτσας** (Διεύθυνση Αστυνομίας Καρδίτσας), στο Αθλητικό Πάρκο.

20.30 Συναυλία παραδοσιακής μουσικής με το μουσικό σχήμα **Οκτάηχο**, στην πλατεία Λάκκα Μαντζιάρα.



Δευτέρα 17/09/2018

Πρωί

09.00 Επιμορφωτικό πρόγραμμα από τον **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** με θέμα την οδική ασφάλεια, για τα παιδιά της Β Λυκείου, στην αίθουσα εκδηλώσεων του 1^{ου} ΕΠΑΛ Καρδίτσας και το χώρο της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Καρδίτσας

09.00 Επίσκεψη σε δημοτικά σχολεία του Δήμου Καρδίτσας και ενημέρωση για την ασφαλή ποδηλατική μετακίνηση, από μέλη του **Ποδηλατικού Ομίλου Καρδίτσας & αρμόδιους υπαλλήλους του Τμήματος Παιδείας - Πολιτισμού του Δήμου**

10.00-11.00 Μάθημα κυκλοφοριακής αγωγής σε μαθητές Δημοτικών Σχολείων της πόλης, από το **Τμήμα Τροχαίας της Διεύθυνσης Αστυνομίας Καρδίτσας**

Απόγευμα

18.00 Παραδοσιακά παιχνίδια από ανθρώπους της 3ης Ηλικίας του **ΚΑΠΗ Καρδίτσας** και παιδιά της πόλης μας, με την επιμέλεια των **ΚΔΑΠ του Δήμου**, στην πλατεία Γιολδάση (Λάππα)

18.30-20.00 Παιχνίδι και άσκηση με τα παιδιά του **Κέντρου Κοινωνικής Πρόνοιας Περιφέρειας Θεσσαλίας - Παραρτήματος Αποθεραπείας και Αποκατάστασης Παιδιών με Αναπηρίες Καρδίτσας**, με τη βοήθεια της καθηγήτριας χορού **Ξένιας Παπαθανασίου**, στο άλσος Παυσιλύπου

20.00 Με το ποδήλατο στην Πλατεία Γιολδάση (Λάππα), για μια βραδιά γεμάτη με παραδοσιακούς χορούς από τους χορευτικούς ομίλους της πόλης μας "**Εν Χορώ**", "**Θεσσαλικό Χοροστάσι**", "**ΚΑΡΑΓΚΟΥΝΑ**", "**Μαίρη Ιωαννίδου**", "**ΧΟΡΙΑΜΒΟ**"





Τρίτη 18/09/2018

Πρωί

09.00 Επιμορφωτικό πρόγραμμα από τον **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** με θέμα την οδική ασφάλεια, για τα παιδιά της Β Λυκείου, στην αίθουσα εκδηλώσεων του 1^{ου} ΕΠΑΛ Καρδίτσας και το χώρο της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Καρδίτσας

09.00-13.00 Επιμορφωτικό πρόγραμμα «Ασφαλώς ποδηλατώ» από τον **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** για τα παιδιά της 6^{ης} Δημοτικού σε σχολεία της πόλης

09.00 Επισκέψεις Δημοτικών Σχολείων στο Πάρκο Κυκλοφοριακής Αγωγής του Δήμου και μάθημα κυκλοφοριακής αγωγής από τον αρμόδιο υπάλληλο του **Τμήματος Παιδείας – Πολιτισμού του Δήμου.**

09.00 Δενδροφύτευση από μαθητές της Γ' Γυμνασίου σε κοινόχρηστο χώρο σε συνεργασία με τη **Διεύθυνση Καθαριότητας, Ανακύκλωσης & Πρασίνου του Δήμου.**

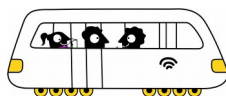
10.00-11.00 Μάθημα κυκλοφοριακής αγωγής σε μαθητές Δημοτικών Σχολείων της πόλης, από το **Τμήμα Τροχαίας της Διεύθυνσης Αστυνομίας Καρδίτσας.**

10.00 Εκδήλωση στον Σταθμό του ΟΣΕ Καρδίτσας, από το **Σύλλογο Φίλων Σιδηροδρόμου Καρδίτσας & υπευθύνους του ΟΣΕ**, για παιδιά των πρώτων τάξεων των Δημοτικών Σχολείων, με ενημέρωση για την ιστορία του Σιδηροδρόμου στην Ελλάδα & τα οφέλη της χρήσης του τρένου ως μέσου μετακίνησης, στον άνθρωπο και το Περιβάλλον.

Απόγευμα

18.00-20.00 Γυμναστική για όλους στο Αθλητικό Πάρκο από τα γυμναστήρια **Eu Zην, My Gym, Befit Training & Follow Me.**

19.30 Μουσικό απόγευμα με μελωδίες από τις χορωδίες του **ΚΑΠΗ Δήμου Καρδίτσας** και του **ΦΟΚ** και τη σολίστ **Πηνελόπη Κοντοκώστα**, με την επιμέλεια της **Γιούλης Αγίωτη** και της αρμόδιας υπαλλήλου του **Δημοτικού Ωδείου**, σε συνεργασία με την **Εφορία Αρχαιοτήτων Καρδίτσας**, στον αύλειο χώρο του Αρχαιολογικού Μουσείου Καρδίτσας.



Τετάρτη 19/09/2018

Πρωί

09.00 Επιμορφωτικό πρόγραμμα από τον **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** με θέμα την οδική ασφάλεια, για τα παιδιά της Β Λυκείου, στην αίθουσα εκδηλώσεων του 1^{ου} ΕΠΑΛ Καρδίτσας και το χώρο της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Καρδίτσας.

09.00-13.00 Επιμορφωτικό πρόγραμμα «Ασφαλώς ποδηλατώ» από τον **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** για τα παιδιά της 6^{ης} Δημοτικού σε σχολεία της πόλης.

10.30-12.30 Θεραπευτική Ιππασία για τα παιδιά του **Θεοδωρίδειου Κέντρου Οριζόντες** στο **Ιππικό Κέντρο «ΦΙΛΟΝΕΙΚΟΣ»**, υπό την επίβλεψη της **Θωμάς Κούκου**, φυσικοθεραπεύτριας παιδιών, Bobath, SI.

10.00-11.00 Μάθημα κυκλοφοριακής αγωγής σε μαθητές Γυμνασίων της πόλης, από το **Τμήμα Τροχαίας της Διεύθυνσης Αστυνομίας Καρδίτσας.**



Απόγευμα

18.00-20.00 "Κινητικότητα.....Ίδια για Όλους;;;;;;", "Βόλτα στην πόλη των παιδιών 9 έως 12 ετών του **ΚΔΑΠ "Το Παιδικό Στέκι"**, παρατήρηση και καταγραφή των σημείων πρόσβασης ΑΜΕΑ στους δρόμους και τα πεζοδρόμια της Πόλης μας και έκδοση συμπερασμάτων".

18.00-20.00 Έλεγχος τήρησης των κανόνων του Κ.Ο.Κ. (Κώδικα Οδικής Κυκλοφορίας) και έκδοση συμπερασμάτων, από τα παιδιά του **ΚΔΑΠ EXELIXIS kids**.

19.00 Ομιλία του κου **Βασιλείου Γεροδήμου** καθηγητή προπονητικής του **ΤΕΦΑΑ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας**, για μεγάλους & φορείς, με τίτλο "Αστικές δράσεις προώθησης της φυσικής δραστηριότητας, με στόχο την Υγεία" στο Άλσος Πausιλύπου.

17.00-20.00 Απογευματινό θεωρητικό και βιωματικό επιμορφωτικό πρόγραμμα από το **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** με θέμα την οδική ασφάλεια, για τα παιδιά της Β Λυκείου των Εσπερινών **Λυκείων & Σχολών** και κάθε ενδιαφερόμενο, στην αίθουσα εκδηλώσεων του 1^{ου} ΕΠΑΛ Καρδίτσας και το χώρο της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Καρδίτσας.

Πέμπτη 20/09/2018



Πρωί

09.00 Επιμορφωτικό πρόγραμμα από τον **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** με θέμα την οδική ασφάλεια, για τα παιδιά της Β' Λυκείου, στην αίθουσα εκδηλώσεων του 1^{ου} ΕΠΑΛ Καρδίτσας και το χώρο της Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Καρδίτσας

09.00-13.00 Επιμορφωτικό πρόγραμμα «Ασφαλώς ποδηλατώ» από τον **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** για τα παιδιά της 6^{ης} Δημοτικού σε σχολεία της πόλης

09.00 Σχολική συνεργασία για το περιβάλλον του **Ειδικού Δημοτικού Σχολείου Καρδίτσας**, με το **6ο Δημοτικό Σχολείο**, στο Άλσος Αγίας Παρασκευής, με κίνηση και χορό από την καθηγήτρια χορού **Ξένια Παπαθανασίου και στη συνέχεια** κατασκευή ταϊστρών για τα πουλιά

09.00-10.30 Ενημερωτική εκδήλωση για τα παιδιά των Γυμνασίων του Δήμου, στην αίθουσα του Δημοτικού Κινηματοθέατρου, με θέμα «Τρέφομαι ισορροπημένα, κινούμαι τακτικά, αναπτύσσομαι σωστά», με ομιλητές τους **Σιαματά-Κοτρώτσιου Φωτεινή**, διαιτολόγο-διατροφολόγο, **Φερεντίνου Ειρήνη**, παιδίατρο και **Χασιαλή Αθανάσιο** καθηγητή φυσικής αγωγής, υποψήφιο διδάκτορα Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

10.00-11.00 Μάθημα κυκλοφοριακής αγωγής σε μαθητές Γυμνασίων της πόλης, από το **Τμήμα Τροχαίας της Διεύθυνσης Αστυνομίας Καρδίτσας**

10.00-13.00 Συνεργασία των **Παιδικών Βιβλιοθηκών** Δήμου Καρδίτσας, με το **Θεοδωρίδειο Κέντρο Ορίζοντες & με Δημοτικό Σχολείο** της πόλης, με θέμα παραδοσιακά & αυτοσχέδια παιχνίδια εσωτερικού & εξωτερικού χώρου και το ποδήλατο και κίνηση και χορός από την καθηγήτρια χορού **Ξένια Παπαθανασίου**, στο Αναψυκτήριο του Άλσους Πausιλύπου



10.00-13.00 Θεματικές περιηγήσεις στο **Αρχαιολογικό Μουσείο Καρδίτσας** από τους υπευθύνους του **Μουσείου**, με θέμα «Προσεγγίσεις των τρόπων μεταφοράς και μετακίνησης στην αρχαιότητα, μέσα από τα ανασκαφικά ευρήματα», στα παιδιά της Β' Γυμνασίου και σε ενήλικες

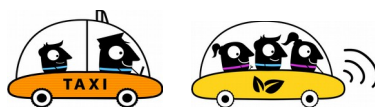
Απόγευμα

18.00-20.00 Βιωματικό παιχνίδι χορού - ζωγραφικής «**ΧΟΡΟΧΡΩΜΑ**» (μέθοδος διδασκαλίας Ιωάννη Τρούκη - Μαρίας Καραπαναγιώτη) για παιδιά, εφήβους και ενήλικες με αναπηρία και μη, στην πλατεία του Εμπορικού Κέντρου.

20.00-21.00 Χορευτική παράσταση από την επαγγελματική ομάδα σύγχρονου χορού Καρδίτσας **Δρυάδες Εν Πλω** και το φυτώριο της **Σχολής Χορού Μαρίας Καραπαναγιώτη, με τίτλο «DIVERSITY»**, στην πλατεία του Εμπορικού Κέντρου.

21.00-22.00 Live με τους **G.O.P.** στην πλατεία του Εμπορικού Κέντρου

Παρασκευή 21/09/2018



Πρωί

09.00-13.00 Επιμορφωτικό πρόγραμμα «Ασφαλώς ποδηλατώ» από τον **ΙΟΑΣ «Πάνος Μυλωνάς»** για τα παιδιά της 6^{ης} Δημοτικού σε σχολεία της πόλης

10.00 Επίδειξη απεγκλωβισμού από τροχαίο, της **Πυροσβεστικής Υπηρεσίας Καρδίτσας**, με τη συνεργασία του **ΕΚΑΒ**, υπό την επίβλεψη του **Τμήματος Τροχαίας της Διεύθυνσης Αστυνομίας Καρδίτσας**, για παιδιά της Γ' Λυκείου στην πλατεία Ν. Πλαστήρα

10.00-11.00 Μάθημα κυκλοφοριακής αγωγής σε μαθητές Γυμνασίων της πόλης, από το **Τμήμα Τροχαίας της Διεύθυνσης Αστυνομίας Καρδίτσας**

10.00-11.00 Μάθημα παραδοσιακών χορών στα παιδιά του **Θεοδωρίδειου Κέντρου Ορίζοντες**, από τους καθηγητές χορού, του **Λαογραφικού Χορευτικού Ομίλου Καραγκούνα**, στις εγκαταστάσεις, υπό την επίβλεψη της εργοθεραπεύτριας **Γεωργίας Παππά** και ενημέρωση για την παραδοσιακή καραγκούνικη φορεσιά της περιοχής μας, από την κα **Μαίρη Θεολόγη**, πρόεδρο του **Λαογραφικού Χορευτικού Ομίλου Καραγκούνα**.

11.00 Ενημέρωση των πολιτών σε θέματα αντισεισμικής προστασίας από το **Karditsa Earthquake Project - Σχολεία Εν Δράση του 1ου ΕΠΑΛ Καρδίτσας** στην Κεντρική Πλατεία Ελευθερίας

Απόγευμα

18.30 Άνοιγμα της έκθεσης ζωγραφικής με θέμα: " Το Ποδήλατό μου - Το καλύτερό μου" στο Μουσικό Άλσος Παπαράντζας, με πίνακες που δημιούργησαν τα παιδιά-μέλη του **Δημοτικού Κέντρου Δημιουργικής Απασχόλησης Καρδίτσομάγουλας**.



Σάββατο 22/09/2018



Πρωί

11.00-14.00 Πολιτιστική διαδρομή με ποδήλατο σε Βιομηχανικά Μνημεία της Καρδίτσας από το **Μουσείο Πόλης του Δήμου Καρδίτσας**, σε συνεργασία με την **Ομάδα Ανάδειξης Βιομηχανικών Μνημείων ΒΙ.Δ.Α.** (Βιομηχανικά Δελτία Απογραφής, <https://vida-omada.blogspot.com/>). Σημείο εκκίνησης ο σιδηροδρομικός σταθμός.

10.00 - 13.00 Κλείσιμο της οδού Υψηλάντου από το ύψος της Οδού Μ. Αλεξάνδρου, έως τη διασταύρωση με την οδό Κουμουνδούρου

10.00 Διάφορες δράσεις με τη μουσική επιμέλεια του **Dj Λάμπρου Μπεκιάρη-Μουσική & Τραγούδια** από τα μέλη της Φιλαρμονικής Ορχήστρας Καρδίτσας, υπό την επίβλεψη του καθηγητή μουσικής αγωγής του **Μουσικού Σχολείου Καρδίτσας, Άγγελου Παλαπέλα.**

- Επίδειξη Ταεκβοντό από τον Αθλητικό **Σύλλογο Ταεκβοντο Ολύμπια Καρδίτσας**
- Επίδειξη Ρυθμικής Γυμναστικής για παιδιά από τα γυμναστήρια **Befit Training & Follow Me**
- Χορός για όλους, από τους Χορευτικούς Ομίλους & Σχολές : **Εν Χορώ, Καραγκούνα, Μαίρη Ιωαννίδου & Cleopatra's Dance School**
- Δραστηριότητες άσκησης σε παιγνιώδη μορφή για μικρά και μεγάλα παιδιά από ομάδα επιστημόνων του **ΤΕΦΑΑ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας**
- Παιχνίδι Πινγκ Πονγκ για όλους γνωριμία με το άθλημα, από τον **Αθλητικό Σύλλογο Επιτραπέζιας Αντισφαίρισης Καρδίτσας**
- Παιχνίδια Καλαθοσφαίρισης για όλους, από τον **Αθλητικό Σύλλογο Καρδίτσας**, με την παρουσία αθλητών του Συλλόγου, σε συνεργασία με το **Νομαρχιακό Σωματείο Καρδίτσας ΑΜΕΑ**
- Παραδοσιακά παιχνίδια δρόμου για μικρούς & μεγάλους από τις **Παιδικές Βιβλιοθήκες & τα ΚΔΑΠ Δήμου Καρδίτσας**

Παράλληλα θα λειτουργούν περίπτερα ενημέρωσης των Πολιτών :

- Του **ΤΕΦΑΑ Πανεπιστημίου Θεσσαλίας** σχετικά με την άσκηση, τη Διατροφή & την Υγεία
- Του **Συλλόγου Γονέων Παιδιών με Νεοπλασματική Ασθένεια Φλόγα**
- Των 2 Φιλοζωικών Συλλόγων : **Φιλοζωικό Όμιλο Καρδίτσας «ΦΙΛΟΚΑΡΔΙ» & Φιλοζωικό & Πολιτιστικό Σωματείο Διασώζω**, σχετικά με την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση για θέματα διαχείρισης δεσποζόμενων & αδέσποτων ζώων
- Του **Karditsa Earthquake Project - Σχολεία Εν Δράσει του 1ου ΕΠΑΛ Καρδίτσας** σε θέματα αντισεισμικής προστασίας
- Του **Ελληνικού Ορειβατικού Συλλόγου Καρδίτσας**, σχετικά με το σεβασμό και την αγάπη προς τη φύση, την προστασία του φυσικού περιβάλλοντος και της πολιτιστικής μας κληρονομιάς
- Του **Συλλόγου Εθελοντών Αιμοδοτών Νομού Καρδίτσας**, σχετικά με την ευαισθητοποίηση και ενημέρωση για θέματα εθελοντικής αιμοδοσίας και δωρεάς μυελού των οστών



- Θα γίνει παρουσίαση του νέου ηλεκτροκίνητου οχήματος **Nissan Leaf** από την αντιπροσωπεία αυτοκινήτων **Nissan Μπούκης Α.Ε.**
- Έκθεση με τις ζωγραφιές των **3ου, 13ου & 14ου Δημοτικών Σχολείων**, με θέμα το Ποδήλατο
- Κατά τη διάρκεια των δράσεων, οι **Σύλλογοι Αρτοποιιών και Ζαχαροπλαστών Καρδίτσας** θα προσφέρουν στον κόσμο κουλουράκια

Απόγευμα

17.30 Πρόγραμμα Kids Athletics σε συνεργασία με τον **ΕΑΣ ΣΕΓΑΣ & τον Αθλητικό Πολιτιστικό Σύλλογο Περσέα** στην Πλατεία Ν. Πλαστήρα

18.00 Περιήγηση ρετρό ποδηλάτων σε ιστορικά σημεία της πόλης μας με τη συνεργασία του αρμόδιου υπαλλήλου του **Τμήματος Παιδείας – Πολιτισμού του Δήμου**, με αφετηρία την πλατεία Πλαστήρα και τερματισμό στο άλσος Πausιλύπου. Διέλευση από τη Δημοτική Αγορά, το Αρχαιολογικό Μουσείο, το σταθμό του ΟΣΕ και τον υδατόπυργο.

19.30 Απογευματινή ποδηλατοβόλτα στην πόλη από τον Ελληνικό **Ορειβατικό Σύλλογο Καρδίτσας**, σε συνεργασία με τον **Ποδηλατικό Όμιλο Καρδίτσας & το Δήμο Καρδίτσας**, με εκκίνηση από την πλατεία Δικαστηρίων

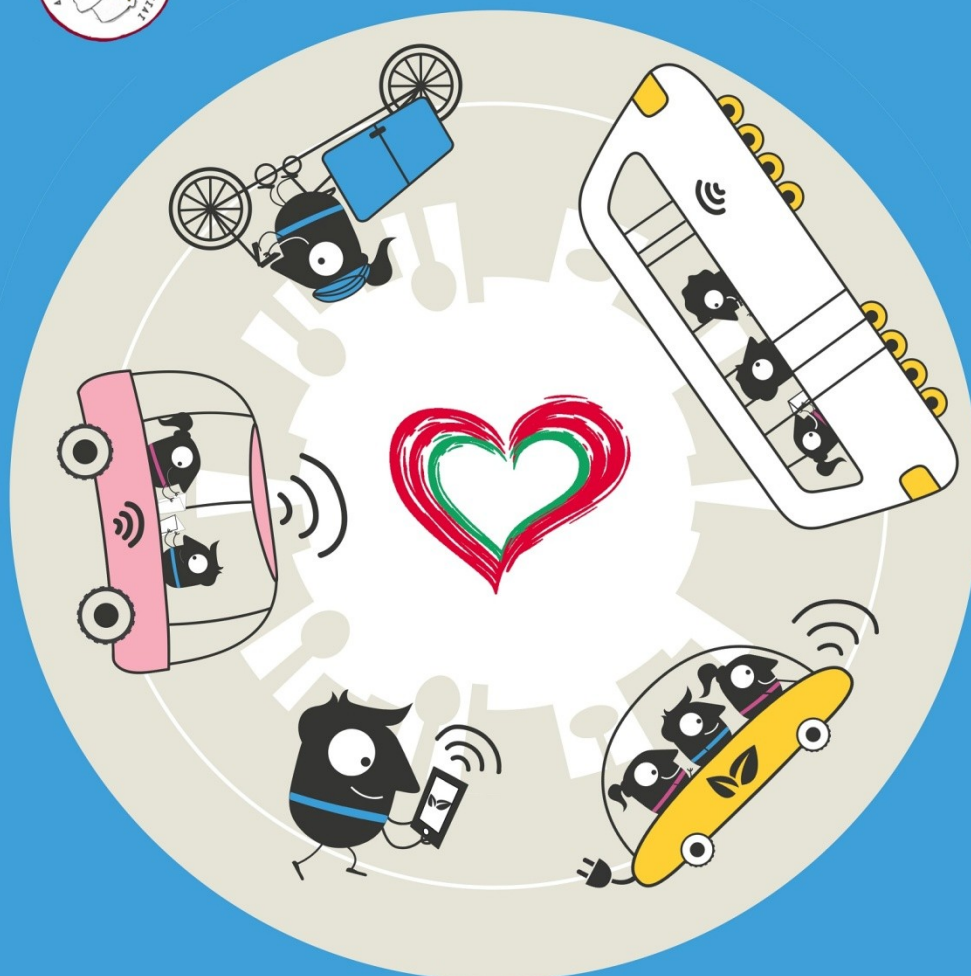
19.00-21.00 Κλείσιμο της οδού Μυρμιδόνων, από το ύψος της οδού Υψηλάντου, έως το ύψος της οδού Δ. Τερτίπη και παιχνίδια πετοσφαίρισης (βόλεϊ) και αντισφαίρισης (τένις) για όλους, από τον **Σύλλογο Πετοσφαίρισης Καρδίτσας ΣΠΑΚ** και τον **Αθλητικό Όμιλο Αντισφαίρισης «Φαέθων»**, με την επιμέλεια του **Τμήματος Εφαρμογής Προγραμμάτων Κοινωνικής Προστασίας του Δήμου**, στην πλατεία Ν. Πλαστήρα.



ΕΥΡΩΠΑΪΚΗ ΕΒΔΟΜΑ ΔΑΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
16-22 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2018



ΔΗΜΟΣ ΚΑΡΔΙΤΣΑΣ



Συνδυάζω - Μετακινούμαι!

#mobilityweek

