

Μητέρα.....
ένας αγώνας δρόμου
είναι η ζωή σου!!!

Κυριακή
10 Μαΐου
2026

Φιλανθρωπικός
αγώνας δρόμου

για την αγορά ενός αναπηρικού
καθίσματος που θα χρησιμοποιηθεί
για μεταφορά ΑΜΕΑ
Παιδικού Σταθμού του Δ. Ρεθύμνης

Σημείο εκκίνησης:
Πλατεία Αγνώστου Στρατιώτη

Τερματισμός:
Πλατεία Μικρασιατών

Ώρα έναρξης:
10:00-11:00



Φιλανθρωπικός Αγώνας Δρόμου

Σταθμοί
Φροντίδας
και Ευεξίας:

Ομορφιά και περιποίηση-
Διατροφή-Συμβουλευτική-
Επίδειξη Μόδας

Τόπος:
Πλατεία Μικρασιατών

Ώρα:
11:00-13:00



Διοργανωτές:
Διεύθυνση Κοινωνικών Υπηρεσιών,
Δημοτική Επιτροπή Ισότητας,
Εμπορικός Σύλλογος Ρεθύμνης



Μητέρα... ένας αγώνας δρόμου είναι η ζωή σου!

Γιορτή της Μητέρας 2026

ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ

Κυριακή 10 Μαΐου 2026

ΩΡΕΣ

10:00 – 13:00

Σχετικά με την εκδήλωση

Η Διεύθυνση Κοινωνικών Υπηρεσιών του Δήμου Ρεθύμνης και η Αντιδήμαρχος Κοινωνικής Πολιτικής, **Δρ. Άννα Ελευθεριάδου-Γκίκα**, στα πλαίσια του εορτασμού για τη γιορτή της Μητέρας, διοργανώνουν μια ανοιχτή εκδήλωση που περιλαμβάνει **Φιλανθρωπικό Αγώνα Δρόμου** και **Σταθμούς Φροντίδας & Ευεξίας** για τη Μητέρα.

Στόχος μας είναι να προσφέρουμε μια ημέρα χαράς, φροντίδας και ομορφιάς, σε συνδυασμό με έναν συμβολικό αγώνα δρόμου γυναικών, με σκοπό τη συγκέντρωση χρημάτων για την αγορά ενός αναπηρικού καθίσματος, που θα χρησιμοποιηθεί για τις ανάγκες του Παιδικού Σταθμού (ΒΣΟΦ) Δήμου Ρεθύμνης.

10:00 • ΦΙΛΑΝΘΡΩΠΙΚΟΣ ΑΓΩΝΑΣ ΔΡΟΜΟΥ

Έναρξη Φιλανθρωπικού Αγώνα

Προσέλευση & Εγγραφές: 09:30 – 10:00

- Περπάτημα ή τρέξιμο, με σημείο εκκίνησης την **Πλατεία Αγνώστου Στρατιώτη** και τερματισμό την **Πλατεία Μικρασιατών**. Δικαίωμα συμμετοχής έχουν όλες οι ηλικίες – άντρες, γυναίκες και παιδιά.
- **Διαδρομή:** Πλ. Αγνώστου Στρατιώτη – Αρκαδίου – Λότζια – Παλαιολόγου – Μαυροκορδάτου – Βερνάρδου – Πλ. Μικρασιατών.
- Στον τερματισμό θα δοθεί «**Βεβαίωση Συμμετοχής**» σε όλους τους συμμετέχοντες.
- **Συμβολική συμμετοχή 3€.** Τα έσοδα διατίθενται για την αγορά αναπηρικού καθίσματος για τη μεταφορά ΑΜΕΑ του Παιδικού Σταθμού (ΒΣΟΦ) Δήμου Ρεθύμνης.
- Με την υποστήριξη του **Συλλόγου Δρομέων Ρεθύμνης**.

Σταθμοί Φροντίδας & Ευεξίας

11:00 – 13:00 • Πλατεία Μικρασιατών

1

Επίδειξη Μόδας

Γυναίκες με μια διαφορετική ιστορία μητρότητας – μια διαδρομή γεμάτη προκλήσεις, θυσίες αλλά και απέραντη αγάπη – φορούν δημιουργίες του Ρεθύμνιου σχεδιαστή μόδας **Στέλιου Ρουκουνάκη** και ανεβαίνουν στην πασαρέλα μαζί με τα παιδιά τους (εάν θέλουν). Πρότυπα ζωής και έμπνευσης. Το μακιγιάζ των μοντέλων επιμελείται το κατάστημα **Hondos Center**.

2

Ομορφιά & Περιποίηση

Συμβουλές περιποίησης προσώπου από την επαγγελματία ομορφιάς **Αλεξία Αναστασίου** του καταστήματος **Blanc**, και μακιγιάζ από τους επαγγελματίες make-up artists του **Hondos Center**.

3

Ευεξία & Χαλάρωση

Η γυμνάστρια **Νικητάρá Μαρία** δίνει πρακτικές συμβουλές ευεξίας και χαλάρωσης.

4

Διατροφή

Η διατροφολόγος **Στεφανουδάκη Γεωργία** παρέχει ενημέρωση για υγιεινές διατροφικές συνήθειες και πρακτικές συμβουλές για μητέρες, θηλάζουσες, παιδιά και όλη την οικογένεια.

5

Γονεϊκή Συμβουλευτική

Η ψυχολόγος **Τσαλίκου Καλλιόπη** κάνει σύντομη ενημέρωση και συζήτηση σε θέματα μητρότητας, θηλασμού και γονεϊκότητας.

ΠΑΡΑΛΛΗΛΕΣ ΔΡΑΣΕΙΣ & ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ

- **1ο ΕΠΑΛ Ρεθύμνης** – Έκθεση Ζωγραφικής με έργα αφιερωμένα στη Μητέρα.
- **DJ Ηρώ** – μουσική επιμέλεια της εκδήλωσης.
- **Χώρος δημιουργικής απασχόλησης** για τα παιδιά – με υπεύθυνους της Υπηρεσίας και του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού Ρεθύμνης.

Κρατήσεις: για τους σταθμούς Διατροφής και Συμβουλευτικής, καλέστε στο **28310 50740** (εσωτ. 102 – Γαλανάκη Ελευθερία).

Σας περιμένουμε!

Μια γιορτή αγάπης, αλληλεγγύης και έμπνευσης.

Ελάτε να γίνετε μέρος αυτής της συγκινητικής γιορτής, να τιμήσουμε την ομορφιά της μητέρας – όχι μόνο την εξωτερική, αλλά αυτή που πηγάζει από την αγάπη, τη δύναμη, τη θυσία και την αφοσίωσή της. Με τη συμμετοχή σας θα μοιραστούμε στιγμές γεμάτες συναίσθημα, έμπνευση και αλληλεγγύη.

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ

Κοινωνική Υπηρεσία Δήμου Ρεθύμνης
Δημοτική Επιτροπή Ισότητας Δήμου Ρεθύμνης
Εμπορικός Σύλλογος Ρεθύμνης

ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΗ • ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ



Δήμος Ρεθύμνης



Εμπορικός Σύλλογος Ρεθύμνης



Σύλλογος Δρομέων Υγείας Ρεθύμνου