

KLUB INTEGRACJI SPOŁECZNEJ

ZAPRASZAMY NA SPOTKANIA

● PAŹDZIERNIK ●
2026

w każdy czwartek
godz. 11.00 – 13.00

JAK SIĘ ZAPISAĆ?

Na spotkania **obowiązują**
zapisy - telefon:
531 230 542

- Poradnictwo socjalne
- Spotkania z Psychologiem
- Spotkania ze Specjalistą reintegracji
- Spotkania z Doradcą zawodowym
- Zajęcia komputerowe

Na spotkania **obowiązują** zapisy -
telefon: **531 237 190**

Terminy spotkań

- 1 Techniki relaksacyjne, czyli jak odzyskać spokój i energię
Warsztaty z relaksu
- 8 Spotkanie informacyjne z Pracownikiem socjalnym
- 15 Spotkanie integracyjne + relaksacyjny spacer po lesie (Dębowiec)
- 22 Asertywność dla każdego
Warsztaty z psychologiem (godz. 12.00-14.00)

Integruj się RAZEM Z NAMI
na **spotkaniach integracyjnych i wspierających**
dedykowanych dla **mieszkańców Bielska-Białej**
w wieku aktywności zawodowej

W OFERCIE

Klubu Integracji Społecznej
RÓWNIEŻ

**ZAPRASZAMY
SERDECZNIE !**

Klub Integracji Społecznej (KIS)

w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Bielsku-Białej
Miejskie Centrum Usług Społecznościowych

ul. Wzgórze 14, Bielsko-Biała

Godziny: 07:30 - 15:30

Telefon **531 237 190**

Telefon **33 50 66 413; 33 50 66 402**

**INTEGRUJ SIĘ
RAZEM
Z NAMI**