

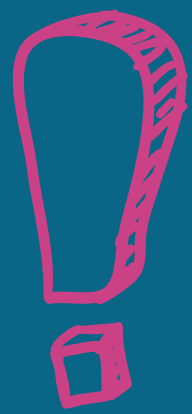


Zapraszamy na spotkania w Klubie Integracji Społecznej

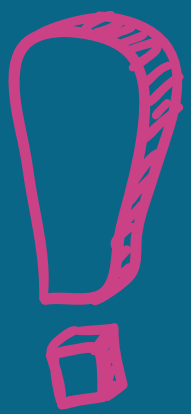
**WRZESIEŃ
2025**

Integruj się RAZEM Z NAMI

W razie potrzeby przyjdź
z DZIECKIEM



**każdy
CZWARTEK**



Spotkania integracyjne i wspierające
dla mieszkańców Bielska-Białej

11 wrzesień 11:00-13:00

Praca nad emocjami.
Nauka rozpoznawania, nazywania
i radzenia sobie z emocjami.
Warsztaty z psychologiem

18 wrzesień 11:00-13:00

Spokojna głowa.
Warsztaty relaksacyjne (oddech, joga, relaksacja)

25 wrzesień 11:00-13:00

Siła wdzięczności.
Warsztaty tworzenia dzienników wdzięczności



**zapisy
obowiązkowe
Tel. 531 230 542**



W ofercie KIS mamy również:

Poradnictwo socjalne

terminy ustalane indywidualnie
Tel. 798 260 280

Spotkania z Psychologiem

terminy ustalane indywidualnie
Tel. 33 50 66 413

Spotkania ze Specjalistą reintegracji

Spotkania z Doradcą zawodowym

Zajęcia komputerowe

terminy ustalane indywidualnie
Tel. 531 237 190

**Pamiętajcie,
że jesteśmy dla WAS**



mops
Miejski Ośrodek Pomocy
Społecznej w Bielsku-Białej

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
Tel. 33 50 66 412; 33 50 66 402
Tel. 531 237 190