

# KLUB INTEGRACJI SPOŁECZNEJ

ZAPRASZAMY NA SPOTKANIA

**CZERWIEC**

**2026**

w każdy czwartek  
godz. 11.00 – 13.00

**JAK SIĘ ZAPISAĆ?**

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

## Terminy spotkań

**11**

**Grupowe spotkanie**

z Doradcą ds. osób z niepełnosprawnością

**18**

**Proste techniki relaksacyjne  
na codzienność**

Warsztaty z relaksu

**25**

**Metody i techniki radzenia sobie  
ze stresem**

Warsztaty z psychologiem

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

**Poradnictwo socjalne**

**Spotkania z Psychologiem**

**Spotkania ze Specjalistą reintegracji**

**Spotkania z Doradcą zawodowym**

**Zajęcia komputerowe**

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

**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**