"LUBLINIECKA KAMPANIA BIAŁA WSTĄŻKA - EDYCJA 2026"



Trwają zapisy na

Bezpłatne warsztaty dla kobiet z zakresu budowania pewności siebie, samoobrony i asertywności metodą “WenDo”

Czego nauczysz się na warsztatach?

Pewności siebie
– odkryjesz swoją wewnętrzną siłę i nauczysz się jej ufać.

Asertywności
– dowiesz się, jak stawiać jasne granice i mówić „nie” bez poczucia winy.

Samobrony
– poznasz skuteczne techniki dbania o własne bezpieczeństwo w codziennych sytuacjach.

Kto prowadzi zajęcia?

Agnieszka Biela – doświadczona trenerka WenDo, psycholożka oraz superwizorka.

Ważne informacje organizacyjne

Kiedy: 26–27 listopada 2026 roku

Godziny: 9:00 – 15:00 (warsztaty dwudniowe)

Miejsce: Miejski Dom Kultury w Lublińcu – sala baletowa

Wstęp: Bezpłatny dla pełnoletnich mieszkanek Lublińca liczba miejsc ograniczona
Zapewniamy pełną dyskrecję i przyjazną przestrzeń

Jak się zapisać?

Zgłoszenia telefoniczne: 34 356 20 05 wew. 239 lub osobiście w siedzibie MOPS Lubliniec pok.nr 13

Termin zapisów: do 24 listopada 2026 roku, decyduje kolejność zgłoszeń

Organizatorzy:

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Lublińcu oraz Zespół Interdyscyplinarny do spraw Przeciwdziałania Przemocy Domowej w Lublińcu.

Zadanie finansowane ze środków Gminnego Programu Profilaktyki i Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Przeciwdziałania Narkomanii na lata 2026-2029.