



CHEIE

Descrierile complete si datele de contact pentru toate locurile se regasesc pe spatele acestei harti.

Centru Comunitare

01

Colegiul de invatare a adulților

02

Andrews Corner Grup Comunitare

03

Barking & Dagenham Progress Project

04

Becontree Biserica Centru (also known as Dawson Hall)

05

Becontree Centru Comunitare

06

Becontree Agreement Centu

07

Carers Centru SA Ltd

08

Castle Point (Community Resources)

09

Biserica Elm Hub (In Dagenham Centru de Invatare)
Dagenham Centru Invatare (Biblioteca)

10

Create London – Alb Casa

11

Dagenham Ummah Welfare Trust

12

DABD (Disablement Association of B&D)

13

Emerald Cafe Bistro/Ekota Academy Hub

14

Fanshawe Centru Comunitare

15

Future Zona Tineretului

16

Goodmayes Centru Comunitare

17

Harmony Proiecte Comunitares

18

Harmony Casa Dagenham

19

Heath Comunitare Hub (previously William Bellamy)

20

Independent Living Agency (ILA)

21

John Smith Casa Consortiu

22

Kingsley Hall Biserica si Centru Comunitare

23

London Riverside Biserica

24

Madas (Make A Difference At Sandies)

25

Osborne Parteneriat

26

Parkside Asociere Comunitare

27

Powerhouse Retea Comunitare

28

St Mary's Biserica Becontree

29

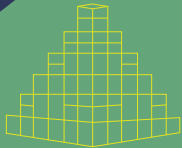
St Thomas' Biserica & Camara de Alimente

30

Valence Casa Muzeu si Cafe
Valence Biblioteca

31

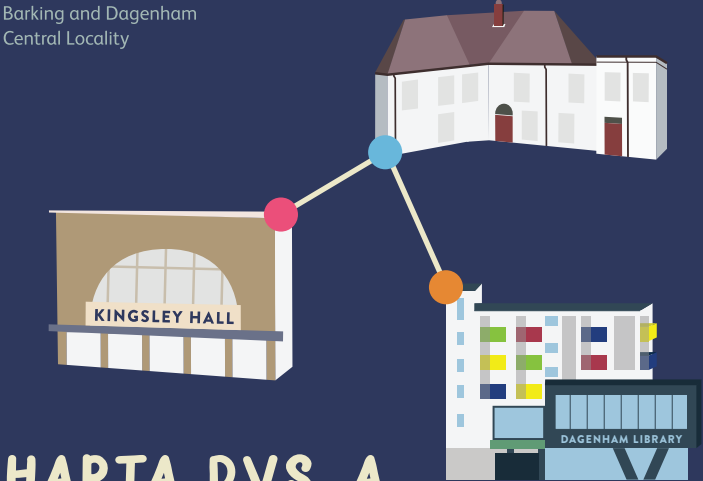
Vibe Dagenham



LOCALE

HARTA DVS. A SERVICIILOR COMUNITARE

Barking and Dagenham
Central Locality



SCOPIUL ACESTEI HARTI.

Aceasta este o hartă a centrului localității Barking și Dagenham. Harta a fost concepută de către localnici pentru a putea identifica spațiile și serviciile comunitare cu costuri reduse sau gratuite, care sprijină sănătatea fizică și psihică sau ajută la crearea de legături între oameni.

Dacă te simți izolat, dacă ești la primele încercări de a căuta ajutor, dacă vrei să faci ceva nou, dar resursele financiare nu ți-o permit: folosește această hartă pentru a vedea ce este disponibil pentru tine în localitatea Harta a fost elaborată în parteneriat cu Kingsley Hall și Turn2us.

FA CLIC AICI PENTRU
SAU PENTRU A
SUGERA
IMBUNATATIRI CU
PRIVIRE LA HARTA.
SAU ACCESAZA:
<https://khccc.com/interactive-map>



CHEIE

Mai multe detalii despre locurile menționate pot fi găsite pe această parte. Fiecare loc are referințe la etichetele și categoriile de mai jos:

CATEGORII

- Locuințe
- Finanțe
- Activități sociale și agrement
- Alimente
- Sănătate
- Oportunități angajare

ETICHETE

- Accesibilitate
- Consiliere de specialitate
- Prietenos cu familia
- Activități gratuite/subvenționate
- Refugiu sigur
- Spațiu cald

Despre refugiile sigure (Safe Haven)

Locuri înregistrate pentru a oferi un spațiu primitiv, unde persoanele pot merge atunci când au nevoie de ajutor imediat, de exemplu, dacă se simt intimidat, speriat, hărțuit sau nu se simt bine.

Despre spațiile calde (Warm Place)

Locuri în care vă puteți întâlni cu alte persoane și unde puteți bea gratuit o ceașcă de ceai pentru a vă încălzi, astfel încât să nu fiți nevoiți să dați drumul la încălzire acasă.

Despre centrele comunitare (Community Hub)

Locuri primitoare și sigure, care le facilitează locuitorilor să discute cu cineva, să găsească sprijin pentru a se ajuta singuri, să acceseze serviciile atunci când au nevoie și îi ajută să se integreze în comunitate. Aici se oferă informații, consiliere și sprijin pentru următoarele: locuri de muncă, formare profesională și cursuri, locuințe și lipsă de adăpost, bani și datorii. Mai multe grupuri comunitare, servicii și organizații locale organizează activități și evenimente în centrele comunitare. Contactați centrul pentru a afla ce se întâmplă.

LOCURI

01 Colegiul de învățare a adulților

241-247 Parsloes Avenue, RM9 5DF • 020 8270 4722 • <https://adultcollege.lbbd.gov.uk>
O gamă largă de cursuri gratuite de învățare în comunitate (inclusiv bunăstare, stare de bine, competențe digitale, oportunități de angajare, engleza pentru vorbitori de alte limbi (ESOL)). Sesiuni gratuite de wellness, inclusiv pilates și acupunctură, terapii de vorbire și sănătate pentru grupa de vârstă 0-5 ani.

02 Andrews Corner Grup Comunitare (old furniture shop)

450-452 Becontree Avenue, RM8 3UA • 020 8227 1927
Loc pentru legături sociale, inclusiv magazin comunitar de schimb de haine miercuri dimineața. „Atelierul bărbatilor” (Men's shed) în marțea și joia dimineața (tâmplărie, dulgherie și alte abilități de bricolaj).

03 Barking & Dagenham Progress Project

42-48 Parsloes Avenue, RM9 5NU • 07807 015343 • <https://www.bdpp.co.uk>
Un loc unde tinerii cu dizabilități (8-25 de ani) își pot face prieteni noi, pot face sport, pot învăța noi abilități și își pot face auzită vocea în forumul lor și în comunitatea mai largă.

04 Becontree Biserica Centru

330 Hedgemans Rd, RM9 6BX • 07963 771444 • <https://www.becontreechurch.com>
Centru al bisericii cu o politică de primire și de deschidere. Activitățile din timpul zilei includ grupuri de prietenie pentru persoanele de peste 60 de ani (DABD Golden Years). Activități de seară, inclusiv cursuri de dans/muzică la prețuri accesibile pentru copii și un grup de tineri de vineri seara (7-11 ani).

05 Becontree Centru Comunitare

Stevens Road, Dagenham, RM8 2QR • 020 8724 1830
Centrul comunitar care oferă informații, sfaturi și activități pentru întreaga familie (program luni - vineri, 9.00-17.00). De asemenea, puteți rezerva gratuit camera senzorială

06 Becontree Agreement Centru

Althorne Way, RM10 7FH • 020 3889 6238
<https://www.everyoneactive.com/centre/becontree-heath-leisure-centre>
Abonament pentru persoanele peste 60 de ani cu o reducere semnificativă (57£ pentru un an), care include sală de gimnastică, înot, cursuri de aerobic. Cafea la 1£!

07 Carers Centru SA Ltd

334 Heathway, RM10 8NJ • 0208 593 4422 • <https://www.carerscentre.org.uk>
Consiliere și sprijin pentru îngrijitori de adulți și copii (program luni-vineri, 10.00-16.00). Grupul de tineri îngrijitori (8-19 ani) este o oportunitate pentru noi prietenii, formare și activități de relaxare.

08 Castle Point (Community Resources)

163 Bennets Castle Lane, RM8 3YJ • 020 8227 1927 • info@castlepoint.gov.uk
Un centru de cartier care oferă sprijin și activități, inclusiv prânzuri comunitare, grupuri de părinți și copii mici, sesiuni de artizanat, plus un program de voluntariat de succes.

09 Church Elm Hub @ Dagenham Centru de învățare

Based in Dagenham Learning Centre (Library): 1 Church Elm Lane, RM10 9QS • Jocy (Grupuri de bunăstare) 07577 067373, Elyse (Club alimentar) 079542 20995 • <https://www.thechurchelmhub.com> L-M: Grupuri gratuite pentru activități recreative, inclusiv gătit, artizanat și exerciții fizice. J-V: Club comunitar de alimentație (întrebați despre recomandări).

09 Dagenham Centru Învățare (Bibliotecă)

1 Church Elm Lane, RM10 9QS • 020 8227 3942 • <https://bit.ly/440BOSx>
Centrul comunitar care oferă informații, sfaturi și sprijin (deschis luni-joi, 9.00-19.00. vineri-sâmbătă 9.00-17.00). Activități de citire cum ar fi Reading Beez (5-13 ani). Inclusiv un serviciu pentru locuri de muncă, plus un serviciu de sfaturi pentru locuințe și finanțe.

10 Create London: Alb Casa

884 Green Lane, RM8 1BX • 020 8220 1172, whitehouse@createlondon.org • <https://www.whitehouseart.org>
Spațiu artistic comunitar, deschis publicului pentru ateliere și evenimente. Activitățile includ pictură în fiecare miercuri de la ora 18.30, un grup lunar de poezie, petreceri sezoniere de grădină și ateliere pentru tineri după școală.

11 Dagenham Ummah Welfare Trust

5 Hewett Road, RM8 2XT • 07947426866, duwt@hotmail.co.uk • <https://duwt.org/>
DUWT este o organizație caritabilă islamică înregistrată care oferă o serie de servicii comunitare, inclusiv sport și fitness, activități pentru părinți și tineret. Cursuri suplimentare islamice de seară și de weekend (contra cost) și o bancă de alimente lunară (pentru detalii, consultați site-ul web).

12 DABD (Disablement Association of B&D)

42-48 Parsloes Avenue, RM9 5NU • 0330 054 2500 • <https://www.dabd.org.uk>
DABD își propune să ofere tuturor accesul egal la oportunități în ceea ce privește munca, formarea profesională, transportul sau activitățile sociale.

13 Emerald Café Bistro/Ekota Academy Hub

Goodmayes Cricket Pavilion, Goodmayes Park, Aberdour Road, IG3 9PG
Emerald Café Bistro: 07426 092881/ Ekota Academy Hub: 07595 391743
Cafenea prietenoasă a comunității. Întâlnirea surselor din comunitate o dată pe lună (mame și copiii lor) și găzduiește centrul Ekota Academy (împuternicirea comunităților prin sport, educație și oportunități).

14 Fanshawe Centru Comunitare

Barnmead Road, Dagenham, RM9 5DX • 020 8595 0069 • <https://bit.ly/3PiW7qp>
Centru comunitar care găzduiește o serie de activități gratuite și accesibile – de la arte marțiale, școală de dans pentru copii și grupuri pentru activități recreative, inclusiv grupurile SEND și Slimming World. Club alimentar.

15 Future Zona Tineretului

201-225 Porters Avenue, RM9 5YX • 020 3941 6722 • <https://www.futureyouthzone.org>
Centru pentru tineret (8-19 ani sau până la 25 de ani pentru persoanele dizabilitate, deschis de luni până duminică). 5£ pentru un abonament anual/50p pe vizită. Vei avea acces la: studio de înregistrări, salon de coafură și manichiură, sală de sport, box, cățărare în interior, oportunități de angajare, arte și meșteșuguri, fotbal, gătit, dans și teatru, film și media, și skatepark. Babyzone Weds (gratuit, 0-4 ani și familii). Posibilitatea de a discuta cu consilieri calificați.

16 Goodmayes Centru Comunitare

616C Green Lane, IG3 9SE • 020 8590 1882 • <http://goodmayes-residents.org.uk>
Măsură de protecție pentru locuitorii din Goodmayes Ward și promovarea de activități recreative culturale, economice și sociale. O serie de activități diferite, inclusiv un grup social pentru cei peste 18 ani vineri seara.

17 Harmony Proiecte Comunitare

Concord House, 23-27 Kemp Road, RM8 1ST • 020 8597 1110 • <https://hcprojects.org.uk>
Bancă de alimente, care oferă sesiuni sezoniere pentru un stil de viață sănătos pentru copii și adulți. Clinică de sănătate și alte activități planificate pentru viitorul apropiat.

18 Harmony Casa Dagenham

Baden Powell Close, RM9 6XN • 020 8526 8200 • <https://www.harmonyhousedagenham.org.uk>
Sprijinirea persoanelor în vârstă prin cluburi, cursuri de informatică, servicii de prietenie și servicii de asistență. Administrarea a 3 grădinițe pentru copii de 0-5 ani.

19 Heath Comunitare Centru

Frizlands Lane, RM10 7HX • 020 8724 1924
Centru comunitar. (Deschis luni-vineri, 9.00-17.00). Oferă activități gratuite, de la masaj pentru bebeluși (0-10 luni) la clubul comunitar de alimentație și consiliere pentru cetățeni.

20 Independent Living Agency (ILA)

Unit 15 , Dagenham Business Centre, 123 Rainham Road North, RM10 7FD
020 8593 6677 • www.independentlivingagency.org
Politica ușilor deschise, sprijinirea persoanelor cu dizabilități pentru a depăși barierele în calea participării în societate. Oferă asistență mobilă, curățenie, cumpărături, servicii de numire, servicii de salarizare și multe altele, precum și un program de viață sănătoasă și un viitor sănătos (gătit, exerciții fizice și cursuri).

21 John Smith Casa Consorțiu

Bevan Avenue Barking IG11 9LL • 020 4568 9010 • Admin@futuremc.org.uk
Un centru comunitar condus de localnici și administrat de tineri pentru tineri.

22 Kingsley Hall Biserică si Centru Comunitare

Parsloes Avenue, RM9 5NB • info@khccc.com • <https://khccc.com/>
Centru comunitar cu cafea, loc de joacă, supermarket social, Kinder Kapers Too vârstă preșcolară și biserică. Program săptămânal de activități pentru toate vârstele. Trimiteți un e-mail pentru mai multe informații.

23 London Riverside Biserică

Parsloes Avenue, RM9 5PT • 020 8593 2241 • www.londonriversidechurch.com
Activități inclusiv pentru Părinte și copii mici (miercuri-vineri: 2 lire sterlinge pe familie pe săptămână). Grup de adulți vulnerabili, grup de dolii, întâlnirea de vineri seara pentru tineri, Lounge de duminică pentru tineri și întâlniri pe timp de vacanță (12-18 ani). Găzduiește banca de alimente StoreCity Foodbank (recomandări de la agențiile locale) și abilități pentru viață CAP Life Skills.

24 Madas (Make A Difference At Sandies)

684c Becontree Avenue, RM8 3HD • 01708 767383 • www.madas-ltd.co.uk/aci Magazin de caritate și servicii de consiliere, inclusiv terapii de vorbire gratuite pentru adulți. BACP înregistrat.

25 Osborne Parteneriat

Osborne Centre, Osborne Square, RM9 5AU • 020 8592 5742 • <https://www.osbornepartnership.org>
Sprijin de zi pentru independență și oportunități de angajare pentru adulți cu dizabilități de învățare. Activități inc. Căminărie comunitară (10.00-14.00), magazin de reciclare a hainelor, „Heat to Eat” (marți și joi), care oferă un bol de supă și o chiflă la 1£ și „Meal Mate” (mese la preț redus).

26 Parkside Asociere Comunitare

176 Goodmayes Lane, IG3 9PP • 020 8590 7497, info@parksideca.org.uk • <https://parksideca.org.uk>
Spațiu comunitar care oferă o gamă largă de activități accesibile, dar nu gratuite, cum ar fi Zumba și un ceai dansant pentru persoanele de peste 70 de ani.

27 Powerhouse Retea Comunitare

Unit 3&4, 280 Oxlow Ln, Dagenham RM10 8LP • 020 8517 5827 • <https://phcn.org.uk> Activități inclusiv banca de alimente (marți, 10-13), Centrul de celule seceră (marți și joi, 11.00), Coffee AM pentru persoanele străzii (săptămânal), Academia de tineret, Forumul liderilor comunitari și sportivi.

28 St Mary's Biserică Becontree

Grafton Road, Dagenham RM8 3EX • 020 8592 2822, Scouting network (Cliff 020 8822 06188)
Activități inclusiv cercetași, lecții gratuite de chitară, cafenea comunitară (miercuri la prânz), grup de chat și artizanat, corul comunitar Gospel și grupul de tineret. În plus, de aici funcționează clubul after-school (1£, inclusiv masa caldă) și grupul Little Hands Toddler (5£ pe săptămână).

29 St Thomas' Biserică & Camara de Alimente

Burnside Road/Haydon Road Dagenham, RM8 2PA • <https://bit.ly/3X5XZ7A>
Veniți pentru o ceașcă de ceai, o discuție, cineva care să vă asculte și pentru a vă aproviziona cu alimente din câmară (luni 13-15). Grupuri pentru activități recreative planificate pentru viitorul apropiat.

30 Valence Casa Muzeu si Café

Becontree Avenue, RM8 3HT • 020 8227 2034 • <https://valencehousecollections.co.uk>
Explorați și bucurați-vă de Valence House – muzeu, salon de ceai, magazin, arhive și centru de studii locale și grădini. (deschis marți-sâmbătă, 10.00-16.00). Consultați site-ul web pentru detalii despre evenimentele gratuite/subvenționate.

30 Valence Bibliotecă

Becontree Avenue, RM8 3HT • 020 8270 6864 O varietate de activități gratuite, inclusiv sesiuni de stil de viață sănătos și Young at Heart (peste 60 de ani) – dans coordonat, arte și meșteșuguri. (Deschis luni-joi, 10.00-17.00, marți până la 19.00 și sâmbătă 10.00-16.00).

31 Vibe Dagenham

195-211 Becontree Avenue, RM8 2UT • 020 8227 5891 L-M: Clubul de tineret Ab Phab (tineri dezavantajați, cu și fără dizabilități, cu vârste cuprinse între 11-18 ani și 19-25 ani). Sâmbătă: Purple Penguin (SEN). M-J: LGBTQ+ Sprijin între egali. De asemenea, Subwize – grup de sprijin pentru consumatorii de droguri și alcool.