

ፎዲ ድሮፕ-ኢን (FODI Drop-in)

ሮብ: 12:00 - 4:00 ከሰዓት በኋላ: ሰይንት ማሪ ፓርሽ ሆል (St Mary's Parish Hall), ብርጅ ስትሪት (Bridge Street)፣ SR1 1TQ

ሻይ፣ ቡና፣ መቆያ፣ እርዳታ፣ ምክር እና መግለጫ፡ በተጨማሪም ጠበቃ እና አስተርጓሚ ከተገኙ።

ፎዲ ቢሮ (FODI Office)

ከ ሰኞ እስከ ዓርብ 10:00 እስከ 4:00 ከሰዓት በኋላ በሚቀጥለው አድራሻ:

ዩኒት 10 (unit 10), ብርጅ ሃውስ (Bridge House), SR1 1TE. ቢሮ

ከመምጣታቸው በፊት ሰንድራን ይደውሉ: 07525853913

የምክር አገልግሎት ድርጅቶች (Advice Agencies:)

ፋይትባክ ድሮፕ-ኢን (Fightback Drop-in)

ሰኞ እና ኋሙስ ከ 10:00 እስከ 2:00 ከሰዓት በኋላ: ኤግል ቢልዲንግ (Eagle Building), 201

ሃይ ስትሪት ኢስት SR1 2AX; ቴሌፎን 0191 565 2707; በ ድያና ለምብተን ይመራል።

የስደተኞች አገልግሎት ሰሜን እንግሊዝ (North of England refugee Service-NERS)

ሰኞ: 9.30 - 1.30 ፣ ሮብ: 9.30 - 12.00 ፣ ዓርብ: 9.30 - 1.00 ከሰዓት በኋላ: በ ስዊት (Suite),

ኤግል ቢልዲንግ (Eagle Building), 201 ሃይ ስትሪት ኢስት (High Str East), SR1 2AX

በዚ ዝስዕብ ቴሌፎን ንኢዳም ብምድዋል ቆጸራ ይትሓዝ: 01915111410 ወይ 07791951532

በተጨማሪ ኢዳም ሮብ ሁል ግዜ ከ 12.00 ሰዓት ጀምሮ ፎዲ ድሮፕ-ኢን ይገኛል።

ቀይ መስቀል (Red Cross)

ሰኞ - ዓርብ ከ 9.00 እስከ 5.00 ድቀ ከሰዓት በኋላ በ ኢግል ቢልዲንግ (Eagle Building),

201 ሃይ ስትሪት ኢስት (High str East), SR1 2AX. ከዚህ ቀጥሎ በተጻፈው ስልክ ላይላ

ኢጋል ደውለው ቀተሮ በመያዝ ብቻ: 07710733206

ኖርዝም-ብርያ ፖሊስ (Northumbria police)

ቢሮ: ዩኒት (Unit) 7, 24 ወተርሉ ፕሌስ (Waterloo place), SR1 3HT.

በሚያስቸኩል ሁኔታ 999: ሌላ ግዜ ግን 101

ስፖርት እና ማህበራዊ እንቅስቃሴ

ሰንደላንድ አኳቲክ ሰንተር (Sunderland Aquatic Centre)

ስታድዮም ፓርክ (Stadium park), ሰንደላንድ (Sunderland), SR5 1SU በየቀኑ ክፍት ሆኖ

ሰዓት ግን ስለሚለያይ ከዚህ ቀጥሎ በተጻፈው ዌብሳይት (website) ይመልከቱ።

www.everyoneactive.com/centre/sunderland-aquatic-centre.

ለ ዋና እና ጅም ተብሎ የሚሰጠው የ ፎዲ ቮቸር (voucher) እዚህ መጥተው ሊጠቀሙበት

ይችላሉ። ጄን፣ ዚንብ ወይም ካትሊን ይጠይቁ መመዝገብ ከፈለጉ።

ሳንክቸውሪ እቤት ውስጥ የሚደረግው የስፖርት ዓይነት

ማክሰኞ ከ 2:00 እስከ 4:00 ከሰዓት በኋላ

ሲቲ ስፔስ አዳራሽ ስፖርት (Cityspace Sports Hall), ሰንደላንድ ዩኒቨርሲቲ (Sunderland

University), ቸስተር ሮድ (Chester Road), SR1 2TJ. በነጻ

ፎዲ የእግር ኳስ፣ አካላዊ አገባብ እና ስልጠና (Coaching)

ሐሙስ: 4.00 - 6.00 ከ ሰዓት በኋላ: ሳንስ ስትሪት የወጣቶችና ኮሚንቲ ማዕከል, SR1 2TJ. ብነጻ

የእግር ኳስ ትኬት

አልፎ አልፎ ሰንደላንድ ውስጥ የሚደረግው የእግር ኳስ ጨዋታ ለማየት ትኬት እንሰጣለን እና

ቶሎሳን በይበልጥ ይጠይቁ።

ግሎብ ካፈ የመጫወቻ አይነቶች እና ምግብ (Globe Café games and food)

ኋሙስ: 7.00 - 9.30 ማታ: ቢድ ታወር (Bede Tower), በርደን ሮድ (Burdon Road), SR2

7EA. በነጻ