

# WELCOME NEWHAM NEWS.

Edition: April 2023



Hello and welcome to our April newsletter. Our aim is to highlight activities and events happening in the area that may be of interest to you. If you know of something happening that you think would be a good idea to show case in the newsletter, then please get in touch with the team and we will do our best to promote it to the new arrivals in the borough.

Наша мета - висвітлити діяльність та події, що відбуваються в регіоні, які можуть бути цікавими для вас. Якщо ви знаєте про якусь подію, яку, на вашу думку, було б добре висвітлити в інформаційному бюлетені, будь ласка, зв'яжіться з командою, і ми зробимо все можливе, щоб прорекламувати її новоприбулим у цьому районі.

## Upcoming Job Fair:

# EAST LONDON JOBS FAIR

**Thursday 27 April, 10am-3pm**  
Job Centre Exchange Ilford Shopping Centre,  
Level 3, High Road, Ilford, IG1 1RS

You are invited to attend the East London Jobs Fair on  
Thursday 27 April 2023.

Department for Work and Pensions, Corporation of London  
and all East London councils have joined together with a wide  
range of exciting employers from a wide variety sectors to  
bring you jobs, jobs and more jobs! You will have an opportunity  
to talk to prestige employers such as Amazon, Adecco,  
William Hill and Better Gyms and many more.

So come along dressed to impress with your CV in hand, a big  
smile and a positive approach and you could land yourself a job  
that could change your life.

**To register: click on the link**  
**[EAST LONDON JOBS FAIR](#)**  
**Or scan the QR code**



## ЯРМАРОК ВАКАНСІЙ У СХІДНОМУ ЛОНДОНІ

Четвер 27 квітня, 10am-3pm Біржа праці  
Ilford Shopping Centre, Level 3, High Road,  
Ilford, IG1 1RS

Запрошуємо вас відвідати Ярмарок  
вакансій Східного Лондона у четвер, 27  
квітня 2023 року.

Департамент праці та пенсій, Корпорація  
Лондона та всі ради Східного Лондона  
об'єдналися з широким колом цікавих  
роботодавців з найрізноманітніших  
секторів, щоб  
запропонувати вам безліч пропозицій  
роботи!  
У вас буде можливість поспілкуватись з  
такими  
престижними роботодавцями, як Amazon,  
Adecco,  
William Hill, Better Gyms та багатьма  
іншими.



**Welcome Newham Team**

**Email:** [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk)

**Phone:** 020 3373 3222

**Monday-Friday 10am-5pm**

# WELCOME NEWHAM NEWS

## NWL NHS Refugee Employment Job Fair

The NHS in North West London is recruiting Refugees (who have Right to Work and those with indefinite Leave to Remain having a refugee background) to **Support, Administrative and Clinical roles** across various NHS Trusts.

If you are refugee you are invited to attend the NWL NHS Refugee Employment Job Fair on **10<sup>th</sup> May 2023**. We will be recruiting to a variety of jobs in the NHS.

The event will be held at **Trail finders Sports Club, Vallis Way, West Ealing, W13 0DD**, from **10.30am - 3.30pm**.

Please Click on the link below to Register / Reserve a spot to enable us know you will be attending.

[NWL NHS Refugee Job Fair Tickets, Wed 10 May 2023 at 10:30 | Eventbrite](#)

## Ярмарок вакансій NWL NHS для людей зі статусом біженця

Національна служба охорони здоров'я Північно-Західного Лондона набирає біженців (які мають право на роботу та тих, хто має безстроковий дозвіл на проживання і є біженцем) на посади в сфері підтримки, адміністрування та клінічної діяльності в різних трастах NHS.

Якщо ви біженець, запрошуємо вас відвідати Ярмарок вакансій NWL NHS для біженців, який відбудеться 10 травня 2023 року. Ми будемо набирати персонал на різноманітні посади в NHS.

Захід відбудеться в спортивному клубі Trail finders, Vallis Way, West Ealing, W13 0DD, з 10:30 до 15:30.

Будь ласка, перейдіть за посиланням нижче, щоб зареєструватись / зарезервувати місце, щоб ми знали, що ви будете присутні.

[NWL NHS Refugee Job Fair Tickets, Wed 10 May 2023 at 10:30 | Eventbrite](#)

**Welcome Newham Team**

**Email:** welcome.newham@newham.gov.uk **Phone:** 020 3373 3222 **Monday-Friday 10am-5pm**

## WELCOME NEWHAM NEWS



# STAY WARM IN NEWHAM

### Struggling with rising energy costs?

Join our **warm bank sessions** and access the services below:

- Energy related support and advice from Groundwork's Green Doctors every Tuesday
- Referrals for in-depth energy support via telephone or home visits (subject to eligibility)
- Hot meals every Wednesday
- Cooking classes coming soon!
- Join us for a tea and coffee and good company!

**We are recruiting Volunteer Community Energy Advisors!**

Please register your interest with reception or on our website.



**Tuesdays, Wednesday & Fridays**

**11:00 am - 1:00 pm**



**395 High St North**

**E12 6PG**

[info@renewalprogramme.org.uk](mailto:info@renewalprogramme.org.uk)



0208 471 6954



Welcome Newham Team

Email: [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk)

Phone: 020 3373 3222

Monday-Friday 10am-5pm

## WELCOME NEWHAM NEWS

# Community Energy Advisor

VOLUNTEERS NEEDED

## Do you want to support those struggling with rising energy costs?

We are looking for community energy advisors to be trained to give advice on how to: save energy, reduce bills, and keep warm.

To find out more and apply:  
[bit.ly/volunteerTRP](https://bit.ly/volunteerTRP)



## ЗАЛИШАЙТЕСЯ В ТЕПЛІ В НЬЮХЕМІ

Зіткнулись зі зростанням цін на енергоносії?

Приєднуйтеся до наших зустрічей та отримайте доступ до наведених нижче послуг:

- Щовівторка підтримка та консультації з питань енергетики від Groundwork's Green Doctors
- Направлення на поглиблену енергетичну підтримку по телефону або домашні візити (за умови відповідності критеріям)
- Гарячі обіди щосередини
- Приєднуйтеся до нас на чай та каву в хорошій компанії!

Ми набираємо волонтерів-енергетичних консультантів!

Будь ласка, зареєструйте свою зацікавленість на рецепції або на нашому сайті.

Вівторок, середа та п'ятниця  
11:00 - 13:00

395 High Street North  
E12 5PG

[info@renewalprogramme.org.uk](mailto:info@renewalprogramme.org.uk)

## Радник з питань енергетики в громаді

### Потрібні волонтери

Хочете підтримати тих, хто бореться зі зростанням цін на енергоносії?

Ми шукаємо громадських енергетичних консультантів, які пройдуть навчання, щоб надавати поради, як це зробити: заощаджувати енергію, зменшувати рахунки та зберігати тепло.

Дізнатися більше та подати заявку можна за посиланням:

[bit.ly/volunteerTRP](https://bit.ly/volunteerTRP)

Welcome Newham Team

Email: [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk) Phone: 020 3373 3222 Monday-Friday 10am-5pm



# WELCOME NEWHAM NEWS



**DISCOVER EPPING FOREST  
FREE TRIP TO WANSTEAD PARK**

**FOR REFUGEES AND ASYLUM SEEKERS**

Enjoy a relaxing walk through the park, then settle in the woods with Tinder Sticks for a relaxing session drawing nature cards, learning how to make string and bracelets from plants or just enjoy a cup of tea around the campfire.



Accessibility: We will be sticking mainly to flat gravel paths with some gentle slopes and uneven ground. Please ensure you are dressed for the weather.

Wanstead Park  
Thursday 27th April  
11:20am - 12:40pm  
FREE

Meet at 11:20am at the Northumberland Avenue entrance (or contact us for transport opportunities)

Free refreshments provided

**MORE DATES AND TRIPS COMING SOON!**

Scan the QR code to sign up! Or email [freya@ech.org.uk](mailto:freya@ech.org.uk) or call 0208 5533 116.



ВІДКРИЙТЕ ДЛЯ СЕБЕ ЛІС EPPING FOREST  
БЕЗКОШТОВНА ПОЇЗДКА В WANSTEAD PARK  
ДЛЯ БІЖЕНЦІВ ТА ТИХ, ХТО ШУКАЄ ПРИТУЛОК

Насолоджуйтесь розслаблюючою прогулянкою по парку, а потім проведіть час з командою Tinder Sticks у лісі, де Ви зможете намалювати краєвиди природи, навчитесь робити струни і браслети з рослин або просто зможете насолодитись чашкою чаю навколо багаття.

Доступність: Ми будемо дотримуватись в основному плоских гравійних доріжок з деякими пологими схилами і нерівною землею. Будь ласка, переконайтесь, що ви одягнені по погоді.

Wanstead Park  
Четвер 27 квітня  
11:20 – 12:40  
БЕЗКОШТОВНО  
Зустріч в 11:20 в Northumberland  
Авеню вхід (або зв'яжіться з нами для транспортних можливостей)  
Безкоштовні напої надаються

БІЛЬШЕ ДАТ І ПОЇЗДОК НАЙБЛИЖЧИМ ЧАСОМ  
Сканування QR-коду для реєстрації!  
Або електронною поштою: [freya@ech.org.uk](mailto:freya@ech.org.uk) або зателефонуйте 0208 5533 116

Welcome Newham Team

Email: [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk)

Phone: 020 3373 3222

Monday-Friday 10am-5pm

## WELCOME NEWHAM NEWS



Spring finally feels like it has arrived! With the warmer, drier weather why not explore Epping Forest this spring and summer with Tinder Sticks? Thanks to the Newham small grant fund Tinder Sticks will be running monthly events in Wanstead Park showing the local Ukrainian community where to go and how to enjoy this and other parts of Epping Forest.

Little Owls is aimed at the under 5's and allows parents / carers a chance to relax whilst the little ones enjoy safe, outdoor adventures exploring and discovering nature through play.

Exploring Epping Forest is aimed at adults with walks and activities connecting you to the outdoors and building your confidence to return over the summer with your family and friends.

If you would like to join us with your community group, together or alone or with friends, please get in touch for further details: [admin@tindersticks.org.uk](mailto:admin@tindersticks.org.uk) or look out for the posters at the One Stop Shop!

Весна нарешті відчуває, що вона прийшла!

З більш теплою, сухою погодою, чому б не досліджувати Epping Forest цієї весни та літа з Tinder Sticks?

Завдяки грантовому фонду Newham Small Tinder Sticks буде проводити щомісячні заходи в Wanstead Park, показуючи місцевій українській громаді, куди піти і як насолодитися цією та іншими частинами Epping Forest.

Дитяча група "Маленькі сови", що створена для дітей до 5 років, дозволяє батькам/опікунам розслабитись, в той час як діти можуть насолоджуватись безпечними пригодами на відкритому повітрі, досліджуючи і відкриваючи природу через гру.

Група "Дослідження Epping Forest" спрямована на дорослих з прогулянками і заходами, що поєднують вас на відкритому повітрі і зміцнюють вашу впевненість під час проведення літа з сім'єю і друзями.

Якщо ви хочете приєднатись до нас вашою спільнотою, поодинці або з друзями, будь ласка, зв'яжіться з нами для отримання додаткової інформації: [admin@tindersticks.org.uk](mailto:admin@tindersticks.org.uk) або подивіться на плакати на заході "Єдине вікно" у бібліотеці Стратфорда!



**Welcome Newham Team**

**Email:** [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk)

**Phone:** 020 3373 3222

**Monday-Friday 10am-5pm**

# WELCOME NEWHAM NEWS

## Bonny Downs Community Association:

### Activities at Bonny Downs –

#### CommuniTEA Warm Hub

The Well Community Centre, 49 Vicarage Lane, East Ham, E6 6DQ  
Monday-Friday 9am-5pm (free soup available on Tuesdays and Thursdays)

Come for FREE tea or coffee in our warm café. FREE WIFI as well as books and board games available to use. Everyone is welcome. Here you can also find out information on the free activities we offer in the community, such as sports, toddler groups, our community garden, advice and more. Alternatively, please see our website [www.bonnydowns.org](http://www.bonnydowns.org)



#### CommuniTEA Warm Hub

Громадський центр The Well, 49 Vicarage Lane, East Ham, E6 6DQ

Понеділок-п'ятниця з 9:00 по 17:00 (безкоштовний суп по вівторках і четвергах)

Приходьте на БЕЗКОШТОВНИЙ чай або каву в нашу теплу кав'ярню. БЕЗКОШТОВНИЙ WIFI, також доступні книги та настільні ігри для користування. Запрошуємо всіх бажаючих. Тут ви також можете дізнатися інформацію про безкоштовні заходи, які ми пропонуємо в громаді, такі як спорт, групи для малюків, наш громадський сад, консультації та багато іншого.

Альтернативно, будь ласка, відвідайте наш веб-сайт [www.bonnydowns.org](http://www.bonnydowns.org)

#### Family Hub Thursdays 9am-1pm (Term time only)

Well Community Centre, 49 Vicarage Lane, East Ham, E6 6DQ

Our Family Hub welcomes families on low income or NRPF (No recourse to public funds) Our friendly team offers information on things like immigration, finances, form filling, volunteering and jobs, plus food and baby milk support. There is a space to play with your under-5s and build friendships with others in your community. We have a clothes bank with good quality second-hand uniform and children's clothing available. We also offer craft and cooking sessions designed and led by parents.

**Everyone is welcome. You can just drop in on the day, and do not need to book in advance.**

#### Family Hub

Щочетверга з 9:00 по 17:00 (тільки під час семестру)

Well Community Centre, 49 Vicarage Lane, East Ham, E6 6DQ

Наш сімейний центр вітає сім'ї з низьким рівнем доходу або NRPF (без доступу до державних коштів). Наша дружня команда пропонує інформацію з таких питань, як імміграція, фінанси, заповнення форм, волонтерство та працевлаштування, а також харчування та підтримка дитячим молоком. У нас є місце для ігор з вашими дітьми до 5 років і для побудови дружби з іншими членами вашої громади. У нас є банк одягу зі шкільною формою секон-хенд та дитячим одягом. Ми також пропонуємо майстер-класи з рукоділля та кулінарії, які проводяться батьками.

Ми запрошуємо всіх бажаючих.

**Ви можете просто прийти, і вам не потрібно бронювати місце заздалегідь.**

Welcome Newham Team

Email: [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk)

Phone: 020 3373 3222

Monday-Friday 10am-5pm



# WELCOME NEWHAM NEWS

## Community Food Club

Bonny Downs Baptist Church, 18 Darwell Close, East Ham, E6 6BT

Thursdays 11am-1pm,

Community club CRITERIA- anyone who lives in E6. We do not require people to prove their income or bring a referral voucher, but you may need to prove your address. Visitors do not need to book in advance and can just turn up on the day. The cost to attend is £5 per visit, and in return visitors can exchange for the food and household items they want most at a low, discounted price (up to around £25 worth).

## Community Food Club

Баптистська церква Bonny Downs, 18 Darwell Close, East Ham, E6 6BT

Щочетверга з 11:00 до 13:00, Громадський клуб CRITERIA - будь-хто, хто живе в районі Е6. Ми не

вимагаємо від людей підтверджувати свій дохід або приносити направлення, але вам може

знадобитися **підтвердити свою адресу**. Відвідувачам не потрібно бронювати

місце заздалегідь, вони можуть просто прийти в бажаний день. Вартість

відвідування становить 5 фунтів стерлінгів за візит, а натомість відвідувачі

можуть обміняти продукти харчування та предмети домашнього вжитку,

які вони найбільше потребують, за низькою ціною зі

знижкою (до 25 фунтів стерлінгів).



Welcome Newham Team

Email: [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk)

Phone: 020 3373 3222

Monday-Friday 10am-5pm



# WELCOME NEWHAM NEWS

## Caramel Rock:

Is a fashion and creative arts education charity based in Newham who will be providing free training and opportunities to refugees and asylum seekers. Brief overview of course offers:

**Course price:** FREE

**What it is:** 6 month fashion course, learn skills to assist you to enter the fashion industry.

You will be required to attend 3 days a week, Tues, Weds and Thurs, 10am – 3pm and the age criteria is 16 – 25 year olds (+) No previous skills required. There is no set term start date, you will be able to start the week after applying. We have 10 spaces available Previous participants have gone into jobs via introductions from Caramel rock to companies they have relationships with like ASOS, Nike etc.

Basic language skills required – an assessment will be carried out beforehand to make sure the course is suitable for you.

Email [Welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:Welcome.newham@newham.gov.uk) for more details. Please provide us with your, age and contact number and we will call you to discuss.

Website: <https://caramelrock.com/>

Social Media:

1. Facebook: <https://www.facebook.com/CaramelRockOfficial/>
2. Instagram: <https://www.instagram.com/caramelrockofficial/>
3. Twitter: <https://twitter.com/caramelrock>



це благодійна організація, що розташована в Ньюхемі і займається освітою в галузі моди та креативних мистецтв, яка надаватиме безкоштовне навчання та нові можливості для біженців та тих, хто шукає притулок.

## Короткий огляд пропозицій курсів:

**Вартість курсу:** БЕЗКОШТОВНО

**Опис:** 6-місячний курс моди, який допоможе вам здобути навички, що допоможуть вам увійти в індустрію моди.

Ви повинні будете відвідувати заняття 3 дні на тиждень - вівторок, середу та четвер, з 10:00 до 15:00. Віковий критерій - 16-25 років (+)

Попередніх навичок не вимагається. Дати початку курсу не визначено, ви зможете розпочати навчання за тиждень після подачі заявки. У нас є 10 вільних місць. Попередні учасники отримали роботу завдяки рекомендаціям від Caramel rock до компаній, з якими вони співпрацюють, таких як ASOS, Nike тощо.

Необхідні базові мовні навички - попередньо буде проведено оцінювання, щоб переконатися, що курс підходить саме вам.

Пишіть на [Welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:Welcome.newham@newham.gov.uk) для отримання більш детальної інформації.

Будь ласка, повідомте нам свій вік та контактний номер, і ми зателефонуємо вам для обговорення

**Welcome Newham Team**

**Email:** [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk)

**Phone:** 020 3373 3222

**Monday-Friday 10am-5pm**

# WELCOME NEWHAM NEWS

## Scheduled activities are:

Tuesday 10:00 AM -11:30 AM '*Stay and Play*' - Structured and interactive play for preschool children.

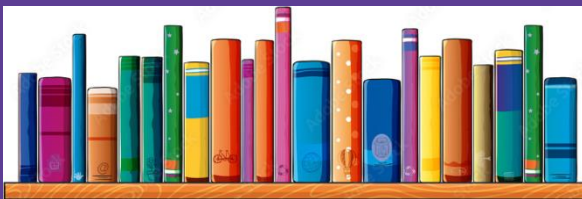
Wednesday 10:00 AM -12:00 AM '*Cuppa and a Chat*' - Open to all, coffee (or tea) and conversation open to all to address the issues of loneliness, isolation and the resultant depression. Short talks given upon topics such as local history and heritage, street art etc.

Saturday 11:00 AM -12:30 PM '*Crafting session*' related to calendar events, for example Chinese New Year or Mothers Day.

Saturday 12:30 PM -13:00 PM '*Storytelling session*'. Interactive reading of stories aloud to the children and Parent/carers, the children are encouraged to engage and actively participate, for example making the relevant noises to accompany the narrative. Parents/carers are expected to join in making it an experience for the whole family.

**Custom House Bookshop**  
**3, Freemasons Road E16 3AR**  
**(next to Custom House station - DLR & Elizabeth Line)**  
**mobile: 07561 053 497**

**We are open from Tuesday to Friday from 10:00 AM until 17:00 PM and 11:00 AM until 14:00 PM on Saturday.**



## Заплановані заходи:

Вівторок 10:00 -11:30 "Stay and Play" (приходь гратися) - структурована та інтерактивна гра для дітей дошкільного віку.

Середа 10:00 -12:00 "Кава та розмова" - відкрита для всіх кава (або чай) та розмова, спрямована на вирішення проблем самотності, ізоляції та депресії, що є наслідком цього. Короткі бесіди на такі теми, як місцева історія та спадщина, вуличне мистецтво тощо.

Субота 11:00 -12:30 дня "Майстер-клас із виробів створених власноруч", присвячений календарним подіям, наприклад, китайському Новому року або Дню матері.

Субота 12:30 -13:00 дня "Розповідаємо історії". Інтерактивне читання історій вголос дітям та батькам/вихователям, діти заохочуються до активної участі, наприклад, видаючи відповідні звуки, що супроводжують розповідь. Очікується, що батьки/опікуни приєднаються до цього процесу, щоб зробити його цікавим для всієї родини.

**Welcome Newham Team**

**Email:** [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk) **Phone:** 020 3373 3222 **Monday-Friday 10am-5pm**

# WELCOME NEWHAM NEWS

## Newham Sports:

Sport: Basketball, open session

Venue: Forest Gate Youth Zone,

Day / time: Every Wednesday 5pm – 7pm

In addition, although not free, there are two big basketball clubs in the borough – Newham All Stars Sports Academy (<https://nassasports.org.uk/>) and Newham Youngbloods

(<https://www.newhamyoungbloods.co.uk/>)

У нашому районі в Команді дозвілля є безкоштовні Баскетбольні сесії:

Напрямок спорту: Баскетбол, відкрита сесія

Місце проведення: молодіжна зона Forest Gate,

День/час: щосереди 17:00 - 19:00



Крім того, хоча і не безкоштовно, для відвідування є два великих баскетбольних клуби - Newham All Stars Sports Academy (<https://nassasports.org.uk/>) і Newham Youngbloods

(<https://www.newhamyoungbloods.co.uk/>)

## YOUR FREE PROGRAMME

LOCATION	ACTIVITY	DAY	TIME
Stratford Park E15 4PT <small>(2 FREE sessions per week)</small>	Back to Exercise <b>Bootcamp</b>	Tuesday <b>Saturday</b>	18:30 <b>10:00</b>
Central Park E6 6ET <small>(2 FREE sessions per week)</small>	Back to Exercise <b>Bootcamp</b>	Thursday <b>Sunday</b>	18:30 <b>10:30</b>
Plashet Park E6 1DQ <small>(2 FREE sessions per week)</small>	Our Circuit <b>Boxfit</b>	Monday <b>Wednesday</b>	18:30 <b>10:00</b>
Canning Town Rec E16 3PB <small>(2 FREE sessions per week)</small>	Abs, Bums & Thighs <b>Boxfit</b>	Wednesday <b>Friday</b>	18:30 <b>10:00</b>

All our classes are designed for individuals new or returning to exercise.



BOOK NOW  
**OURPARKS.ORG.UK**

Want to coach with Our Parks?  
Email: [hr@ourparks.org.uk](mailto:hr@ourparks.org.uk)

     **OURPARKS**

FUNDED BY  
Newham London

## OUR PARK:

We are pleased to share that Newham have commissioned a new Our Parks programme. They will be delivering a variety of free exercise sessions across 4 parks in Newham, the classes are suitable for all abilities

## НАШ ПАРК:

Ми раді повідомити, що Ньюхем замовив нову програму "Наші парки". Вони будуть проводити різноманітні безкоштовні тренування у 4 парках Ньюхема, заняття підходять для всіх категорій населення.

Усі заняття призначені для людей, які починають або повертаються до занять спортом.

Локації, види діяльності, дні та час зазначені у таблиці.

Забронюйте місце на сайті: [ourparks.org.uk](http://ourparks.org.uk)

Хочете стати тренером у "Наших парках"?

Надсилайте листи на пошту: [hr@ourparks.org.uk](mailto:hr@ourparks.org.uk)

Welcome Newham Team

Email: [welcoming@newham.gov.uk](mailto:welcoming@newham.gov.uk)

Phone: 020 3373 3222

Monday-Friday 10am-5pm



## WELCOME NEWHAM NEWS



**Hope Church Newham**

# Hope at the hub

**JOIN US FOR FRIENDSHIP, FOOD, CRAFTS, TABLE TENNIS, GAMES AND MUCH MORE**

EVERY TUESDAY FROM 12.00 TO 3.00 **free**

MANUALIDADES, AMIGOS, JUEGOS Y MUCHO MÁS  
VEPRA ARTIZANALE, MIQ, LOJËRA DHE MË SHUMË  
الحرف والأصدقاء والألعاب وأكثر من ذلك بكثير  
ESNAF, HEVAL, LİSTİK Ü HËJ BËTİR

**The Hub, 259 High Street, Stratford, E15 2LS**

Церква "Надія" у Ньюхем / Hope Church Newham  
Надія в Центрі

ПРИЄДНУЙТЕСЬ ДО НАС ДЛЯ ЗНАХОДЖЕННЯ ДРУЗІВ, СПІЛЬНОГО ОБІДУ, ВИКОНАННЯ ВИРОБІВ ВЛАСНИМИ РУКАМИ, НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ, ІГОР ТА БАГАТО ІНШОГО

Щовівторка з 12:00 до 15:00  
Безкоштовно

The Hub, 259 High Street, Stratford, E15 2LS

### Hope Tots in the Week

це дружня ігрова група для дітей віком до 5 років, їхніх батьків та опікунів. Приходьте на чашечку чаю або кави і насолоджуйтеся спілкуванням, поки ваші малюки розважаються! Наприкінці кожного заняття ми будемо вивчати біблійну історію та співати разом пісні.

Щовівторка з 10:00 до 11:30  
Стратфордський центр / Stratford Hub  
259 High Street, Stratford, E15 2LS

Більше інформації на [www.hopecn.co.uk/tots](http://www.hopecn.co.uk/tots)



**HOPE TOTS in the week**

**Tuesdays**  
(in term time)  
**10 - 11:30am**

**Stratford Hub**  
259 High Street,  
Stratford, E15 2LS

See more at [hopecn.co.uk/tots](http://hopecn.co.uk/tots)

**Hope Tots in the Week** is a friendly playgroup for under 5s and their parents and carers.

Come and grab a tea or coffee and enjoy a chat, while your little ones have **fun!**

At the end of each session we will explore a Bible story and sing songs together.

Welcome Newham Team

Email: [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk) Phone: 020 3373 3222 Monday-Friday 10am-5pm

# WELCOME NEWHAM NEWS

## Ultimate Counselling:

Young men, single men and fathers who are refugee or asylum seekers who would benefit for Counselling. The organisation arranges group social activities and a safe space to share thoughts feelings. Weekly attendance helps the men offload their feelings and build friendships and social connections. Very little English is required as its likely that there will be people there who speak the same language. The group pick themed sessions that would like to discuss such as self-confidence, depression, managing stress, immigration system, interview expectations. There are also virtual/telephone sessions available. 16+

### **What we offer:**

Counselling & Psychotherapy Psychosocial group activities • Group Therapy • Mental health awareness workshop • Practitioner & Staff well-being support • Mental health/ Self-help resources • Immigration related advice

**The sessions:** Monday morning 11am – 1pm can over run till 2pm

Breakfast coffee/croissants available

Based at the **Gascoigne Community centre hub**, Barking; near Lidl/Barking library – 7 min walk from train station

**Website:** <https://ucts.org.uk/>

**Contact person:** Sarah Kasule – Managing Director

**Call:** 0208 594 1514

**Email:** [referrals@ucts.org.uk](mailto:referrals@ucts.org.uk) / [therapy@ucts.org.uk](mailto:therapy@ucts.org.uk)



## Психологічна та моральна підтримка:

Молоді чоловіки, самотні чоловіки та батьки, які є біженцями чи шукачами притулку, яким була б корисною дана підтримка. Організація проводить групові соціальні заходи та надає безпечний простір для обміну думками та почуттями. Щотижневе відвідування допомагає чоловікам розвантажити свої почуття та налагодити дружбу та соціальні зв'язки. Не потрібне вільне володіння англійською мовою, тому що ймовірно, що там будуть люди, які говорять з вами однією мовою. Група обирає тематичні сесії, які б хотіли обговорити, такі як впевненість у собі, депресія, управління стресом, імміграційна система, очікування співбесіди. Також доступні віртуальні/телефонні сесії. 16+

### **Що ми пропонуємо:**

Консультації та психотерапія • Психосоціальні групові заходи • Групова терапія • Семінар з підвищення обізнаності про психічне здоров'я • Підтримка благополуччя персоналу • Ресурси психічного здоров'я / самопомоги • Консультації з питань імміграції

**Сесії:** понеділок вранці з 11:00 до 13:00, можуть тривати до 14:00

Кава/круасани на сніданок

**Місцерозташування:** Центр громадського центру Гаскойн, Баркінг; біля бібліотеки Lidl/Barking – 7 хв пішки від станції

**Сайт:** <https://ucts.org.uk/>

**Контактна особа:** Sarah Kasule – керуючий директор

**Телефон:** 0208 594 1514

**Електронна адреса:** [referrals@ucts.org.uk](mailto:referrals@ucts.org.uk) / [therapy@ucts.org.uk](mailto:therapy@ucts.org.uk)

**Email:** [referrals@ucts.org.uk](mailto:referrals@ucts.org.uk) / [therapy@ucts.org.uk](mailto:therapy@ucts.org.uk)

**Welcome Newham Team**

**Email:** [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk) **Phone:** 020 3373 3222 **Monday-Friday 10am-5pm**

## WELCOME NEWHAM NEWS

### Bus fare for parent/guardian will be reimbursement FREE DANCE CLASSES

for children and young people  
Boys and Girls Welcome

We are working partnership with East London School of dance who are offering a number of free dance lessons to refugee/asylum seeker children/young people. The classes will give the children a chance to learn or further develop their dancing skills, make new friends and build their confidence. The children do not need to speak English as they can learn the moves by watching the teacher (the other children usually help each other also).

**Where:** Buxton School (No. 58 bus stops outside) Cann Hall Rd, London E11 3NN

**Cost:** FREE

**Age criteria:** 4 – 17 years old

**How to apply:** Email [Olena.hryhorieva@newham.gov.uk](mailto:Olena.hryhorieva@newham.gov.uk) with your child's, name, age, postcode and a contact number that we can reach you on. Or call the helpline on 0203 373 3222.

**Dress code:** bare feet, t-shirt and leggings

**Note:** Tap classes also available



### Проїзд на автобусі для батьків/опікунів буде відшкодовано БЕЗКОШТОВНІ ТАНЦЮВАЛЬНІ КЛАСИ

для дітей та молоді

запрошуються хлопчики та дівчатка

Ми співпрацюємо зі Школою танцю Східного Лондона, яка пропонує низку безкоштовних уроків танців для дітей та молоді серед біженців та тих, хто потребує притулку. Заняття дадуть дітям можливість навчитися або вдосконалити свої танцювальні навички, знайти нових друзів і зміцнити впевненість у собі. Дітям не потрібно добре володіти англійською мовою, оскільки вони можуть вивчати рухи, спостерігаючи за вчителем (інші діти зазвичай також допомагають один одному).

**Де:** Школа Бакстон / Buxton School (автобус № 58) Cann Hall Rd, London E11 3NN

**Вартість:** БЕЗКОШТОВНО      **Вікові критерії:** 4 - 17 років

**Як подати заявку:**

Надішліть електронного листа на адресу

[Olena.hryhorieva@newham.gov.uk](mailto:Olena.hryhorieva@newham.gov.uk),

вказавши ім'я, вік, поштовий індекс та

контактний номер, за яким ми зможемо

з вами зв'язатись. Або зателефонуйте на

гарячу лінію 0203 373 3222.

**Дрес-код:** босоніжки, футболка та легінси

**Примітка:** Також доступні заняття з чечітки

Age range/Вік	When/Коли	How many classes per week/Скільки занять на тиждень	Space availability/Кількість вільних місць
4 year olds/роки	Sat/Cб 10.30- 11.30am	1	8 places between this age group/8 місць між цією віковою групою
5 year olds/роки	Sat/Cб 2.15 - 2.45pm	1	
6 year olds/роки	Sat/Cб 11:15 - 11:45am	1	
7 year olds/роки	Sat/Cб 9am - 09:45am	2	13 places for this age group/13 місць між цією віковою групою
Over 7 – 17 years old/роки	Two Classes Sat & Mon/ Два рази на тиждень у Сб та Пн	2	

Welcome Newham Team

Email: [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk)

Phone: 020 3373 3222

Monday-Friday 10am-5pm



# WELCOME NEWHAM NEWS

## THINKING OF RENTING YOUR OWN PLACE?

If the time has come that you are thinking about renting your own place, but you are not sure where to start, then the Welcome Newham Team can help!

We will be hosting Private Rental Scheme information sessions in both English and Ukrainian for people who are would like more information about how to rent their own property.

During these sessions' we will cover the items below and there will a chance to ask questions afterwards.

Some of the things that we will cover in the session include:

- How Newham Council is able to support you when the time comes to move to the private rented sector
- Guidance that can help you navigate the private housing sector maximising the likelihood of success
- Advice on the challenges you may face when you transition to living in the private rented sector
- A short talk from someone who has been through the process themselves

The next PRS workshops/sessions will held on: **Thursday 27<sup>th</sup> April 3.30-5.00pm / Thursday 25<sup>th</sup> May 2023 3:30pm – 5pm** at Stratford Library, 3 The Grove, London E15 1EL (upstairs)

If you would like to attend then please email us with your name and contact number so we know to expect you! You can email [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk) or call 0203 373 3222 and ask for Iana.

### PRS Session



English: <https://youtu.be/JgcJBtkuaY>

Ukrainian: <https://youtu.be/4UJNuhTvt0>



## ДУМАЄТЕ ПРО ОРЕНДУ ВЛАСНОГО ЖИТЛА?

Якщо настав час, коли ви подумаете про оренду власного житла, але не знаєте, з чого почати, команда Welcome Newham може допомогти! Ми проведитимемо інформаційні сесії англійською та українською мовами для людей, які хотіли б отримати більше інформації про те, як орендувати власне житло.

Під час цих сесій ми розглянемо наведені нижче питання, після чого у вас буде можливість поставити запитання.

Деякі з тем, які ми обговоримо під час сесії, включають

- Як рада Ньюхем може підтримати вас, коли прийде час переїхати в приватний орендований сектор
- Поради, які можуть допомогти вам орієнтуватися в приватному житловому секторі, максимізуючи ймовірність успіху
- Поради щодо проблем, з якими ви можете зіткнутися при переході до проживання в приватному орендованому секторі
- Коротка розповідь людини, яка сама пройшла через цей процес. Наступні семінари/сесії ССБ

будуть проводитись: **Четвер 27 квітня 15:30 - 17:00 / Четвер 25 травня 2023 року 15:30 - 17:00**

бібліотека Стратфорду, 3 The Grove, Лондон E15 1EL (на другому поверсі)

Якщо ви бажаєте взяти участь, будь ласка, напишіть нам своє ім'я та контактний номер телефону, щоб ми знали, коли вас чекати! Ви можете написати на [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk) або зателефонувати за номером 0203 373 3222 і запитати Яну.

**Welcome Newham Team**

**Email:** [welcome.newham@newham.gov.uk](mailto:welcome.newham@newham.gov.uk) **Phone:** 020 3373 3222 **Monday-Friday 10am-5pm**