



Pharmacies

- 1** Gordon's Chemists Pharmacy
185-187 Albertbridge Rd
Belfast BT5 4PS
☎ 028 9045 8318
- 2** 35 Castlereagh Rd
Belfast BT5 5FB
☎ 028 9045 7852
- 3** 416-418 Woodstock Rd
Belfast BT6 9DQ
☎ 028 9045 8846
- 4** Pollock Pharmacy
194-196 Albertbridge Rd
Belfast BT5 4GU
☎ 028 9045 9689
- 5** McDonalds Pharmacy
81 Castlereagh Rd
Belfast BT5 5FD
☎ 028 9045 7838
- 6** Boots Pharmacy
257 Woodstock Rd
Belfast BT6 8PQ
☎ 028 9045 7611
- 7** 338-340 Beersbridge Rd
Belfast BT5 5DY
☎ 028 9045 7394
- 8** 404-408 Newtownards Rd
Belfast BT4 1HH
☎ 028 9045 7623
- 9** 107-111 Ravenhill Rd
Belfast BT6 8DR
☎ 028 9045 7913
- 10** McKay Pharmacy
19a Westminster Ave N
Belfast BT4 1QQ
☎ 028 9065 9900

- 11** Strandburn Pharmacy
176-180 Connsbrook Ave
Belfast BT4 1JY
☎ 028 9065 3804
- 12** Dundela Pharmacy
17-19 Belmont Rd
Belfast BT4 2AA
☎ 028 9065 7853

Community Centres

- 13** Dee Street Community Centre
12-16 Dee St
Belfast BT4 1FT
☎ 028 9045 8113
- 14** Inverary Community Centre
Inverary Ave
Belfast BT4 1RN
☎ 028 9047 1456
- 15** Walkway Community Centre
1-9 Finvoy St
Belfast BT5 5DH
☎ 028 9059 5858
- 16** Connswater Community Centre
15X, Ballymacarrett Walkway, Belfast
☎ 028 9045 8828
- 17** Lagan Village Community and Youth Centre
15 Ballarat St
Belfast BT6 8FW
☎ 028 9045 6993

Family Support

- 18** inner East Belfast Family Support Hub
Isthmus Street, Belfast
Belfast BT6 9AS
☎ 028 9045 6766
- 19** East Belfast Sure Start
55 Templemore Ave
Belfast BT5 4FP
☎ 028 9096 3399
- 20** Home-Start
104 Albertbridge Road
Belfast, BT5 4GS
☎ 028 9045 9429

Surgeries

- 21** Linen Court Surgery
336 Beersbridge Rd
Belfast BT5 5DY
☎ 028 9045 7677
- 22** Eastside Surgery
56 Templemore Avenue
Belfast BT5 4FT
☎ 028 9045 1000
- 23** South East Family Practice
370-372 Cregagh Rd
Belfast BT5 4ES
☎ 028 9079 2214
- 24** The Mount Surgery
50 Castlereagh St
Belfast BT5 4NH
☎ 028 9045 8314
- 25** Bridges Family Practice
2-6 Bryson St
Belfast BT5 4ES
☎ 028 9045 8722

- 26** Greenway Practice
Arches Centre
Westminster Avenue
Belfast BT4 1NS
☎ 028 9056 3350

- 27** Woodstock Road Surgery
Woodstock Rd
Belfast BT6 8PR
☎ 028 9045 1953

- 28** Castle Medical Centre
35-45 Castlereagh Rd
Belfast BT5 5FB
☎ 028 9045 7109

- 29** Willowfield Surgery
50 Castlereagh Rd
Belfast BT5 5FP
☎ 028 9045 7862

- 30** Woodstock Medical Centre
222 Woodstock Rd
Belfast BT6 9DL
☎ 028 9045 8103

- 31** Bryson Street Surgery
City East
72 Newtownards Rd
Belfast BT4 1GW
☎ 028 9045 8722



INNER EAST BELFAST - a guide to local services for new residents



Pharmacies

Community Centres

Family Support

Surgeries

50 East Belfast Community Development Agency
1970-2020

East Belfast Race Relations Network

Somali
Slovak
Arabic

Khariidadan ama Haga haan waxuu ku saabsan yahay

khariidadan waxaa wada sameeyay EBCDA iyo Shabakada Xiriirka Jinsiyadaha Bariga magaladda Belfast waxaana loogu tala galay dadka ku cusub gudaha bariga Belfast. Macluumaad kaan waxuu ka kooban yahay adeegyadda soo socda sida farmashiyaasha, xarumaha ururada bulshada, Xarumaha Dhakhaatiirta guud iyo ha'adaha taafarmashiyayaasha.

+ farmashiyayaasha

Farmashiyaashu waxay bixiyaan dawooyin kala duwan - waxaad ka iibsan kartaa miiska dawooyinka qaar ka mid ah daawooyink, kuwa lagu qoray waa bilaash. Haddi aad adigu iska bixinayso dawooyinka miiska lagaa iibsado, laakiin haddii lagu qoray waa bilaash. Sidoo kale waxay bixiyaan talooyin caafimaad oo ku saabsan cudurrada yaryar ama fudud. Sidoo kale, haddii lagu qoro daawo aad si joogto ah u qaadatid daawooyinka qaar, waxaad weydiisan kartaa dhakhtarkaaga in uu kuugu soo diro farmashiistaha xaafaddaada. Markaas ka dib uma baahnid in aad aado dhakhaatiirta markasta oo aad u baahan tahay daawada lagu qoray, ka dib Farmashiyaha ayaad ka heli doontaa qoraal ah in daawadaadii ku taal farmashiyaha.

+ Xarumaha Bulshada (Community Centres)

Baro Meelaha Albaabkaaga agtiisa ah! Xarumaha bulshada waxay bixiyaan tas-hiilaad ay ka mid yihiin, in aad firfircoonataan, iyo in aad bartaan xirfado cusub iyo in aad hesho shaqo iskaa wax u qabso ah. Xarumaha bulshada waxay kaloo ay bixiyaan barnaamijyo nashaadaad ballaaran oo loogu talagalay qaybaha bulshadda oo 'kala duwan. Waxay noqon kartaa wax kasta oo aad u baahan tahay tusaale jimicsiga(yoga), tababarka kubada cagta, fasalo luuqadda Ingiriisiga ah, naadiyo casharrada guriga carruurta looga caawiyo, naadiyo loogu talo galay dhalinyarada, riwaayadaha, meelo ay ku kulmaan dadka dada ah(Waayeelka) - weydiiso xarunta bulshada oo deegaankaaga wax yaalaha ay hayaan ama bixiyaan. Haddii aad u baahan tahay goob kulan waxaa ku heli karaa kiro qiimo aad u macquul ah.

+ Taageerada Qoyska

Xarunta Taageerada Qoyska oo Bariga magaaladda Belfast

Xarunta Taageerada Qoyska waxay bixisaa taageerooying looga hortagayo dhibabka ku dhici kara qoysaska jilicsan ama nugul oo haysta

carruurta da'doodu u dhaxayso 0-18. Shabakadu waxay aqbashaa soo tilmaamista ama soo gudbinta qoysaska ubaahan caawinta looga hortagayo dhibka ku dhici kara qoysaska.

Xarunta Xanaanada Carruurta oo bariga Magaaladda(East Belfast Sure Start)

Xarunta Sure Start ka waxaa loogu talagalay qoysaska leh carruurta da'doodu u dhaxayso 0-3 sano jir. Sure Start ku waxay leedahay fursado Hooyooyinka iyo Aabayaashu uga qayb qaadan karaan laga bilaabo xilliga uurka ilaa marka ilmahoodu aadayo Dugsiga Xanaanada oo ay u ku jiraan inay kaa taageeraan la socodka waalidnimada. Bariga Belfast Sure Start ka waxay leedahay dhawamadda kala-duwan iyo ciyaar galabnimada maalinta Arbacada ah waqtiga 1.30-3 galabnimo si gaar ahaan qoysaska qowmiyadaha sidoo kale waxay kaloo leeyihiin barnaamijyo badan oo usbuuca oo dhan oo loogu talagalay carruurta da'doodu tahay 0-3 iyo hooyooyinka.

Bilow Guriga(Home-Start)

Home-Start waxay sameeyaan booqashada guriga iyada oo lagu siinayo taageero xagga shucuurta ah iyo waxqabad sida ugu habboon qoysaska haysta ugu yaraan hal ilmo oo ka yar da'da 5 sano.

+ Dhakhaatiirta guud (Surgeries)

Dhakhaatiirta guud waa meelaha aad ballan ka samaysan karto dhakhtarkaaga (dhakhtarka guud, GP). Marka hore waxaad u baahan tahay in aad iska qorto ama iska diwaan galiso - taas waxaad u baahan tahay in aad timaado xarunta dhakhtarka. Markaa kaas ka dib wax walba waxaad ku sameyn kartaa khadka telefoonka - si aad ballamo uga sameysato dhakhtarkaaga gaarka ah. Haddii aad dareento in aadan fiicnayn, waxaad sidoo kale isla maalintaas telefoonka kula hadli kartaa dhakhtarkaaga. Haddii dhakhtarkaagu kuu qoro daawo, waxaad u baahan doontaa in aad aado farmashiye kasta oo kuu dhaw - la soco daawooyinka lagu qorayna waa bilaash ama lacag la aan. Dhakhaatiirtu waxay kuu gudbin karaan khabiir takhasus u leh, xanuunka ka haya haddii aysan wax ka qaban karin. Haddii luuqada Ingiriiska aadan aqoon am fahmayn, waxaad weydiisan kartaa turjubaan waqtiga ballantaada. Sidoo kale waa bilaash turjubaanku Si kastaba ha noqotee, marka ugu horeysa oo aad wacayso dhakhtarka, ma jirto tarjumaad la heli karo balse waxuu dhaqtarku ku soo waci karaa marka uu helo turjubaan. Haddii aad haysato ilmo hadda dhaw dhashay / ilmaha yar, inta badan waxaa jira wakhti go'an inta lagu jiro usbuuca "rugta caafimaadka carruurta" - waad imaan kartaa halkaas adiga oo aan ballan dhigan.

O tejto mape

Túto mapu vyrobila EBCDA a Belfast východ sieť rasových vzťahov pre nových prichádzajúcich do Belfast východ vnútro. Obsahuje informácie o lekárňach, komunitných centrách, zdravotných strediskách a organizáciach pre podporu rodiny.

+ Lekárne

Lekárne ponúkajú širokú škálu liečiv - niektoré na priamy predaj a aj na predpis. Platíte iba za liečiva na priamy predaj, liečivá na predpis sú zadarmo. Tiež ponúkajú lekárske poradenstvo na menšie ochorenia. Pokiaľ máte opakovaný lekársky predpis (pravidelné lieky, čo beriete), môžete požiadať svojho lekára o zaslanie predpisu do Vašej lekárne. Tým pádom už nemusíte chodiť k lekárovi po každé, keď potrebujete predpísať lieky. Dostanete sms z Vašej lekárne, keď sú Vaše lieky pre Vás pripravené.

+ Komunitné centrá

Objav komunitu priamu pri dverách svojho domu! Komunitné centrá ponúkajú miesto na stretnutie, activity, na učenie nových zručností a dobrovoľníctvo.

Komunitné centrá ponúkajú široký program aktivít pre rozličné vekové skupiny a záujmy. To môže byť hocičo od yoga, tréning futbalu, hodiny angličtiny, kluby pre domáce úlohy pre deti, klub mladistvých, dráma, klub pre seniorov - spýtajte sa v miestnom komunitnom centre na ich ponuky.

Spoločenské miestnosti sú k dispozícii na prenájom za veľmi rozumné ceny.

+ Podpora rodiny

Stredisko pre podporu rodiny pre Belfast východ vnútro

Stredisko pre podporu rodiny poskytuje podporu pre včasný zásah pre zraniteľné rodiny a deti vo veku 0-18. Sieť akceptuje odporúčania od rodín, ktoré potrebujú včasný zásah do podpory rodiny.

Belfast východ Sure Start

Sure Start je pre rodiny s deťmi vo veku 0-3 rokov. Sure Start dáva príležitosť pre matky a otcov, aby sa zapojili do obdobia tehotenstva až do času, keď dieťa ide do škôlky a existuje na podporu Vašej cesty rodičovstva.

Belfast východ Sure Start ma multikultúrny čas na hranie v stredu poobede od 13:30-15:00 špeciálne vytvorený pre etnické rodiny, ale taktiež má veľa programov počas týždňa pre matky s deťmi 0-3 rokov.

Home-Start

Home-Start ponúka domáce návštevy ponúkajú emočnú a praktickú podporu, podľa vhodnosti pre rodiny s minimálne jedným dieťaťom do veku 5 rokov.

+ Ordinácie

Ordinácie sú miesta, kde sa môžete objednať k Vášmu doktorovi (všeobecný lekár). Prvé sa musíte zaregistrovať - na toto musíte prísť do ordinácie. Všetko potom môžete robiť online - objednať si termín k lekárovi. Pokiaľ sa necítite dobre, môžete rozprávať s lekárom po telefóne hneď v ten istý deň. Pokiaľ dostanete predpis od vášho lekára, môžete ísť do ktorejkoľvek lekárne - a predpisované lieky sú zadarmo. Lekár Vás taktiež môže odporučiť špecialistovi.

Pokiaľ nemáte dobré znalosti anglického jazyka, môžete si na stretnutie s lekárom vyžiadať tlmočníka. To je tiež zadarmo. Ale keď voláte, tlmočník k dispozícii na telefonický hovor nie je.

Pokiaľ máte nenarodené/malé dieťa, zvyčajne je k dispozícii časový priestor v týždni, ktorý sa volá detská klinika - kde môžete prísť aj bez objednania.

East Belfast Race Relations Network

East Belfast Race Relations Network is a monthly meeting for community organisations in East Belfast to look at issues relating to inclusion and diversity at a local level.

East Belfast Community Development Agency (EBCDA)

EBCDA exists to provide resources, support and capacity building programmes for community groups that are based on partnership, equal opportunities and sustainable outcomes.

ARABIC

معلومات عن هذه الخريطة:

تم تصميم هذه الخريطة بواسطة وكالة تنمية المجتمع في منطقة شرق بلفاست (أي بي سي دي أ) وأيضاً بواسطة منتدى العلاقات بين أعضاء المجتمع المتكون من أعراق مختلفة في منطقة شرق بلفاست للقادمين الجدد لمنطقة شرق بلفاست الوسطى. وتحتوي هذه الخريطة على معلومات عن الصيدليات والمراكز المجتمعية والمراكز الجراحية ومنظمات دعم الأسرة.

أولاً: الصيدليات (صيدليات الأدوية)

تقدم الصيدليات مجموعة واسعة من الأصناف الدوائية - بعضها بدون وصفة طبية والأدوية الموصوفة من الطبيب بوصفة طبية. ما عليك إلا دفع مقابل الأدوية التي لا تستلزم وصفة طبية، ولكن الموصوفة من الطبيب تكون مجانية. أيضاً تقدم الصيدليات المشورة الطبية للأمراض البسيطة.

وأيضاً إذا كان لديك وصفة طبية متكررة (تتناول بعض الأدوية بانتظام) يمكنك أن تطلب من طبيبك تسليمها إلى الصيدلي المحلي (القريبة من سكنك) لذلك لن تضطر إلى الذهاب إلى الأطباء في كل مرة لتحصل فيها على وصفة طبية. ستصلك رسالة نصية عبر الهاتف من الصيدلية تفيد بأن دوائك جاهز في الصيدلية المحلية.

ثانياً: المراكز المجتمعية (للتقاء والتعارف)

اكتشف المجتمع القريب عنك وعن سكنك!

تقدم المراكز المجتمعية تسهيلات للتقاء والبقاء متفاعلاً نشطاً وتعلم مهارات جديدة والتطوع.

كما تقدم المراكز المجتمعية برنامجاً واسعاً من الأنشطة لمختلف الفئات العمرية والاهتمامات. يمكن أن يكون أي شيء من رياضة اليوغا، وتدريب كرة القدم، ودروس اللغة الإنجليزية، ونوادي الواجبات المنزلية للأطفال، ونوادي الشباب، والدراما، والاجتماعات لكبار السن - فقط اسأل مركز المجتمع المحلي عن عروضهم.

كما تتوفر مرافق الاجتماعات والمناسبات للتأجير بأسعار معقولة جداً

مركز دعم الأسرة في منطقة شرق بلفاست الوسطى

يوفر مركز دعم الأسرة خدمات التدخل المبكر لدعم الأسرة للأسر الضعيفة والأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 0 و 18 عاماً. تقبل المركز الحالات للعائلات التي تحتاج إلى دعم عائلي وتدخل مبكر. أنر إيست بلفاست فملي سيورث هب

رابعاً: الجراحة الطبية

أقسام الجراحة الطبية هي أماكن يمكنك من خلالها تحديد موعد مع طبيبك (الطبيب العام، المختص العام). تحتاج أولاً إلى التسجيل - لهذا عليك الحضور إلى الجراحة. ثم يمكنك القيام بكل شيء عبر الإنترنت - مثل تحديد مواعيد مع طبيبك. إذا شعرت بوعكة صحية، يمكنك أيضاً التحدث إلى طبيبك عبر الهاتف في نفس اليوم. إذا حصلت على وصفة طبية من طبيبك، فيمكنك الذهاب إلى أي صيدلية - والأدوية الموصوفة تكون مجانية. يمكن للأطباء إحالتك إلى الاختصاصيين الطبيين أيضاً.

إما إذا لم تكن لغتك الإنجليزية جيدة، فيمكنك طلب مترجم فوري لموعدك وهذا مجاني أيضاً. ولكن عند إجراء مكالمة هاتفية لا يتوفر ترجمة فورية.

