

Polski > Koegzystencja > Rodziny > Młodzież

Młodzież

Młodzież i młodzi dorośli mają wiele możliwości spędzenia wolnego czasu.

Młodzi ludzie poszukują rozrywek i zajęć. Praca z młodzieżą oferuje szeroki wachlarz możliwości spędzania wolnego czasu, realizacji projektów i informacji. Bardzo ważna jest wymiana ze znajomymi w grach, sporcie i zabawie.

Możesz zapytać w urzędzie gminy, szkole lub kościele, jakie usługi są dostępne w pobliżu.

Szukaj też dodatkowych możliwości w Internecie.

Jugendtreffs: Miejsca spotkań dla młodych ludzi

Większość gmin oferuje miejsca spotkań dla młodych ludzi. Młodzież ma do dyspozycji własny pokój, w którym może się spotykać i wspólnie bawić. Centrum młodzieżowe jest prowadzone przez opiekunów.

Kluby młodzieżowe są otwarte dla wszystkich, bez względu na pochodzenie, grupę czy klikę.

Przykłady miejsc spotkań dla młodych ludzi w gminach zamieszkania/regionów:

Wil	Region Doliny Środkowego Renu	Eschenbach
Miasto Sankt Gallen	Mojuga dla Degersheim, Neckertal	Wattwil powiedział:
Rorschach / Rorschacherberg	Mojas dla Mels, Sarganów i Śliwek	Uznach
Wittenbach	Region Werdenberg	Uzwil
Rapperswil-Jona	Region "Dolina Górnego Renu"	Schmerikon powiedział:
Walenstadt (Walenstadt)	Waldkirch	Kaltbrunn-Benken

Kontakty w pracy z dziećmi i młodzieżą

- [Katalog pracy z dziećmi i młodzieżą:](#)
- [Katalog pracy z dziećmi i młodzieżą: Parafie](#)
- [Katalog pracy z dziećmi i młodzieżą: stowarzyszenia dzieci i młodzieży](#)
- [Katalog pracy z dziećmi i młodzieżą: biura regionalne, kantonalne, krajowe](#)

Poradnictwo dla młodzieży

Młodzi ludzie mają wiele pytań i powinni mieć możliwość przedyskutowania ich poza własną rodziną. W tym celu na całym świecie działają poradnie zajmujące się takimi tematami jak:

- Stres w domu
- Kłopoty w szkole / na szkoleniu
- Choroba miłosna
- Znęcanie się
- Substancje uzależniające / narkotyki
- Obawy o przyszłość
- Media
- Przemoc

Katalog poradnictwa młodzieżowego

Szkolna praca socjalna jest również zawsze dobrym punktem kontaktowym w przypadku problemów, pytań lub kryzysów. Szkolne biuro pracy socjalnej zazwyczaj mieści się w budynku szkoły. Konsultacja jest bezpłatna.

Jugendvereine: Przeżyjcie coś razem

Kluby młodzieżowe oferują młodym ludziom możliwości spędzania wolnego czasu i obozy wakacyjne.


- Grupy harcerskie: **"Skauci St.Gallen i Appenzell"**
- Chrześcijańskie Stowarzyszenie Młodzieży Cevi – **"Cevi Wschodnia Szwajcaria"**
- Jungwacht Blauring: **Jubla Ost**
- Sommecamps / Obozy wakacyjne dla dzieci i młodzieży: **Kovive Holiday Camps**


Bądź aktywny w sporcie

W regionie istnieje odpowiednia infrastruktura dla prawie każdego sportu:

- Baseny wewnętrzne i zewnętrzne
- Boiska do piłki nożnej i korty tenisowe
- Sale gimnastyczne i obiekty lekkoatletyczne
- Obiekty wspinaczkowe
- Liczne obiekty do uprawiania sportów zimowych
- Szlaki turystyczne i ścieżki rowerowe
- Kręgle i kręgielnie
- i wiele więcej

Wstęp do niektórych z tych obiektów sportowych jest płatny.

 [Sporty grupowe - Kluby i kluby sportowe](#)

 [Młodzieżowe obozy sportowe](#)

Broszura dla młodzieży - Zdrowie psychiczne

 [Jugendliche: psychische Gesundheit mit Selbsttest](#)  DE  PDF, 1505 kB

Zmartwienia czy problemy? Tutaj możesz uzyskać pomoc:



Poradnictwo dla MŁODZIEŻY
Porady i wsparcie w pobliżu



Porady dla RODZICÓW

Porady i wsparcie w pobliżu



Znęcanie się i cyberprzemoc

Osobista pomoc w pobliżu



Zaburzenia odżywiania

Osobista pomoc w pobliżu



Problemy z uzależnieniami

Osobista pomoc w pobliżu



E-Poradnictwo Seksualność lilli.ch

Seksualność, antykoncepcja, związek, ciało



Tel. 147 lub 147.ch - pomoc 24/7

Numer alarmowy 147 Pro Juventute



E-porady dotyczące tschau.ch

Porady online dotyczące wszystkich problemów

Punkty kontaktowe

Znajdź odpowiedni punkt kontaktowy, poradę lub organ w swojej okolicy: [Punkty kontaktowe](#)