

Română > Conviețuire > Familii > Adolescenți

Adolescenți

Există multe oportunități pentru adolescenți și tineri adulți de a-și petrece timpul liber.

Tinerii caută divertisment și activități. Activitățile pentru tineret oferă o gamă largă de activități de agrement, proiecte și informații. Foarte important este schimbul cu prietenii în jocuri, sport și distracție.

Puteți întreba biroul municipal, școala sau biserica ce servicii sunt disponibile în apropiere.

De asemenea, căutați oportunități suplimentare pe Internet.

Jugendtreffs: Locuri de întâlnire pentru tineri





Majoritatea municipalităților oferă un loc de întâlnire pentru tineri. Tinerii au la dispoziție propria cameră pentru a se întâlni și a se distra împreună. Centrul de tineret este condus de supraveghetori.

Cluburile de tineret sunt deschise tuturor, indiferent de origine, grup sau clică.

Exemple de locuri de întâlnire pentru tineri în municipalitățile/regiunile de reședință:

Wil	Regiunea Valea Rinului Mijlociu	Eschenbach
Orașul St. Gallen	Mojuga pentru Degersheim, Neckertal	Wattwil
Rorschach / Rorschacherberg	Mojas pentru Mels, Sargans și Flums	Uznach
Wittenbach	Regiunea Werdenberg	Uzwil
Rapperswil-Jona	Regiunea "Valea Rinului Superioară"	Schmerikon
Walenstadt	Waldkirch	Kaltbrunn-Benken

Contacte în domeniul activității pentru copii și tineret

-  Registrul activității copiilor și tineretului: municipal
-  Directorul muncii copiilor și tinerilor: parohii
-  Directorul activității copiilor și tinerilor: asociații de copii și tineri
-  Registrul activității copiilor și tinerilor: oficii regionale, cantonale, naționale

Consiliere pentru tineri

Tinerii au multe întrebări și ar trebui să le poată discuta în afara propriei familii. În acest scop, există centre de consiliere peste tot pe teme precum:

- Stresul acasă
- Probleme la școală / la antrenament
- Rău de dragoste
- Intimidare
- Substanțe / droguri care creează dependență
- Temeri pentru viitor
- Media
- Violență

Directorul de consiliere pentru tineri

Asistența socială școlară este, de asemenea, întotdeauna un bun punct de contact pentru probleme, întrebări sau crize. Biroul de asistență socială al școlii este de obicei situat în clădirea școlii. Consultația este gratuită.

Jugendvereine: Experimentați ceva împreună

Cluburile de tineret oferă experiențe de petrecere a timpului liber și tabere de vacanță pentru tineri.

- Grupuri de cercetași: "**Cercetașii St.Gallen și Appenzell**"
- Asociația Creștină a Tinerilor Cevi: "**Cevi Elveția de Est**"
- Jungwacht Blauring: **Jubla Ost**
- Sommecamps / Tabere de vacanță pentru copii și adolescenți: **Tabere de vacanță Kovive**

Fii activ în sport

Există o infrastructură potrivită pentru aproape fiecare sport din regiune:

- Piscine interioare și exterioare
- Terenuri de fotbal și terenuri de tenis
- Săli de sport și facilități de atletism
- Facilități de alpinism
- Numeroase facilități pentru sporturi de iarnă
- Trasee de drumeții și piste de biciclete
- Skittles și piste de bowling
- și multe altele

Unele dintre aceste facilități sportive costă o taxă de intrare.

 Sporturi de grup - Cluburi și cluburi sportive

 Tabere sportive pentru tineri

Broșură pentru adolescenți - Sănătate mintală

 Jugendliche: psychische Gesundheit mit Selbsttest  DE  PDF, 1505 kB

Griji sau probleme? Aici puteți obține ajutor:



Consiliere TINERI

Consiliere și asistență în apropiere



Sfaturi pentru PĂRINȚI

Consiliere și asistență în apropiere



Hărțuire și hărțuire cibernetică

Ajutor personal în apropiere



Tulburări de alimentație

Ajutor personal în apropiere



Probleme de dependență

Ajutor personal în apropiere



Consiliere electronică Sexualitate lilli.ch

Sexualitate, contracepție, relație, corp



Tel. 147 sau 147.ch - ajutor 24/7

Numărul de urgență 147 al Pro Juventute



Consiliere electronică privind tschau.ch

Sfaturi online pentru toate problemele

Puncte de contact

Găsiți punctul de contact, consilierea sau autoritatea potrivită în zona dvs.: [Puncte de contact](#)