

Français > Vivre ensemble > Familles > Adolescents

Adolescents

Pour les adolescents et les jeunes adultes, il existe de nombreuses façons d'occuper leur temps libre.

Les jeunes sont à la recherche de divertissements et d'activités. Le travail de jeunesse offre un large éventail d'activités de loisirs, de projets et d'informations. Il est très important d'échanger des idées avec des amis tout en jouant, en faisant du sport et en s'amusant.

Vous pouvez demander au bureau municipal, à l'école ou à l'église quels sont les services disponibles à proximité.

Recherchez également sur Internet d'autres opportunités.

Jugendtreffs: Des lieux de rencontre pour les jeunes





La plupart des communes offrent un lieu de rencontre pour les jeunes. Les jeunes ont leur propre salle à leur disposition pour se rencontrer et s'amuser ensemble. Le club de jeunes est géré par des encadrants.

Les clubs de jeunes sont ouverts à tous, quels que soient leurs origines, leur groupe ou leur clique.

Exemples de lieux de rencontre pour les jeunes dans les communes/régions :

Wil	Région « Vallée du Rhin moyen »	Eschenbach
Ville de Saint-Gall	Mojuga pour Degersheim, Neckertal	Wattwil
Rorschach / Rorschacherberg	Mojas pour Mels, Sargans & Flums	Uznach
Wittenbach	Région Werdenberg	Uzwil
Rapperswil-Jona	Région de la vallée du Rhin supérieur	Schmerikon
Walenstadt	Waldkirch	Kaltbrunn-Benken

Contacts du travail avec les enfants et les jeunes

-  Répertoire de l'aide à l'enfance et à la jeunesse : municipal
-  Répertoire du travail auprès des enfants et des jeunes : Paroisses
-  Répertoire du travail auprès des enfants et des jeunes : Associations d'enfants et de jeunes
-  Répertoire de l'animation de l'enfance et de la jeunesse : agences régionales, cantonales, nationales

Counseling pour les jeunes

Les jeunes se posent beaucoup de questions et devraient pouvoir en discuter en dehors de leur famille. À cette fin, il existe partout des centres de conseil sur des sujets tels que :

- Stress à la maison
- Problèmes à l'école / à l'entraînement
- Chagrin d'amour
- Brimades
- Substances addictives / Drogues
- Craintes pour l'avenir
- Média
- Violence

Répertoire des services d'orientation pour les jeunes

Le **travail social en milieu scolaire** est également toujours un bon endroit où aller en cas de problèmes, de questions ou de crises. Le bureau du travail social de l'école est généralement situé dans le bâtiment de l'école. La consultation est gratuite.

Jugendvereine: Vivez quelque chose ensemble

Les clubs de jeunes proposent des activités de loisirs et des camps de vacances pour les jeunes.

- Groupes scouts : « **Scouts de Saint-Gall et d'Appenzell** »
- Association chrétienne des jeunes Cevi : « **Cevi Suisse orientale** »
- Jungwacht Blauring : **Jubla Ost**
- Sommecamps / Camps de vacances pour enfants et adolescents : **Kovive Holiday Camps**

Être actif dans le sport

Pour presque tous les sports, vous trouverez l'infrastructure adéquate dans la région :

- Piscines intérieures et extérieures
- Terrains de football et courts de tennis
- Gymnases et installations d'athlétisme
- Installations d'escalade
- Nombreuses installations de sports d'hiver
- Sentiers de randonnée et pistes cyclables
- Quilles et pistes de bowling
- et bien plus encore

Certaines de ces installations sportives sont payantes.

 Sports en groupe - Clubs de sport

 Camps sportifs pour les jeunes

Brochure pour les adolescents - Santé mentale

 Jugendliche: psychische Gesundheit mit Selbsttest  DE  PDF, 1505 kB

Inquiétudes ou problèmes ? Voici où vous pouvez nous aider :



Counseling JEUNES

Conseils et soutien à proximité



Conseils PARENTS

Conseils et soutien à proximité



Intimidation et cyberintimidation

Assistance personnelle à proximité



Trouble alimentaire

Assistance personnelle à proximité



Problèmes de dépendance

Assistance personnelle à proximité



Counseling en ligne sur la sexualité lilli.ch

Sexualité, Contraception, Relation, Corps



Tél. 147 ou 147.ch - assistance 24h/24 et 7j/7

Numéro d'urgence 147 de Pro Juventute



Consultation en ligne sur tschau.ch

Des conseils en ligne pour tous les problèmes

Points de contact

Trouvez le bon point de contact, le bon conseil ou la bonne autorité dans votre région: [Points de contact](#)