Jovens

Existem muitas oportunidades para adolescentes e jovens adultos passarem seu tempo livre.

Os jovens procuram entretenimento e atividades. O trabalho com jovens oferece uma ampla gama de lazer, projetos e informações. Muito importante é a troca com os amigos em jogos, esportes e diversão.

Você pode perguntar ao escritório municipal, escola ou igreja quais serviços estão disponíveis nas proximidades.

Procure também oportunidades adicionais na Internet.

Jugendtreffs: Lugares de encontro para jovens

A maioria dos municípios oferece um ponto de encontro para os jovens. Os jovens têm à sua disposição um quarto próprio para se encontrarem e se divertirem juntos. O centro juvenil é administrado por supervisores.

Os clubes juvenis estão abertos a todos, independentemente de sua origem, grupo ou panelinha.

Exemplos de locais de encontro para jovens nos concelhos de residência/regiões:

Wil	Região do Vale do Médio Reno	Eschenbach
Cidade de St. Gallen	Mojuga para Degersheim, Neckertal	Wattwil
Rorschach / Rorschacherberg	Mojas para Mels, Sargans & Flums	Uznach
Wittenbach	Região Werdenberg	Uzwil
Rapperswil-Jona	Região "Vale do Alto Reno"	Schmerikon
Walenstadt	Waldkirch	Kaltbrunn-Benken

Contactos no domínio da infância e juventude

- Directório de trabalho infantil e juvenil: municipal
- Directório de Obras Infantis e Juvenis: Paróquias
- Directório de Trabalho Infantil e Juvenil: Associações de Crianças e Jovens
- Directório de trabalho infantil e juvenil: escritórios regionais, cantonais, nacionais

Aconselhamento Juvenil

Os jovens têm muitas perguntas e devem poder discuti-las fora de sua própria família. Para isso, existem centros de aconselhamento em todos os lugares sobre temas como:

- Estresse em casa
- Problemas na escola / no treinamento
- Saudade de amor
- Bullying
- Substâncias / drogas viciantes
- Temores pelo futuro
- Mídia
- Violência

Diretório de Aconselhamento Juvenil

O serviço social escolar também é sempre um bom ponto de contato para problemas, dúvidas ou crises. O escritório de serviço social da escola geralmente está localizado no prédio da escola. A consulta é gratuita.

Jugendvereine: Experimente algo juntos

Os clubes juvenis oferecem experiências de lazer e acampamentos de férias para os jovens.

- Grupos de **escoteiros: "Escoteiros St.Gallen e Appenzell"**
- Associação Cristã de Jovens Cevi: **"Cevi Suíça Oriental"**
- Jungwacht Blauring: **Jubla Ost**
- Sommecamps / Acampamentos de férias para crianças e adolescentes: **Kovive Holiday Camps**

Seja ativo nos esportes

Existe uma infraestrutura adequada para quase todos os esportes da região:

- Piscinas interiores e exteriores
- Campos de futebol e quadras de tênis
- Academias e instalações de atletismo
- Instalações de escalada
- Inúmeras instalações para esportes de inverno
- Trilhas para caminhadas e ciclovias
- Pistas de boliche e boliche
- e muito mais

Algumas dessas instalações esportivas custam uma taxa de entrada.

Esportes de Grupo - Clubes e Clubes Esportivos
Acampamentos esportivos juvenis

Brochura para Adolescentes - Saúde Mental

Jugendliche: psychische Gesundheit mit Selbsttest DE PDF, 1505 kB

Preocupações ou problemas? Aqui você pode obter ajuda:

Aconselhamento JOVENS
Aconselhamento e apoio nas proximidades

Conselhos para os PAIS
Aconselhamento e apoio nas proximidades

Bullying e Cyberbullying
Ajuda pessoal nas proximidades

Transtornos alimentares
Ajuda pessoal nas proximidades

Problemas de dependência
Ajuda pessoal nas proximidades

E-Aconselhamento Sexualidade lilli.ch
Sexualidade, contracepção, relacionamento, corpo

Tel. 147 ou 147.ch - ajuda 24 horas por dia, 7 dias por semana
Número de emergência 147 do Pro Juventute

Aconselhamento eletrónico sobre tschau.ch
Aconselhamento online para todos os problemas

Pontos de contacto

Encontre o ponto de contacto, aconselhamento ou autoridade certo na sua área: Pontos de contacto

---

© 2025 Informationsplattform für Zugewanderte im Kanton St.Gallen