

Soomaalida > Wada noolaansho > Qoysas > Dhalinyaro

Dhalinyaro

Dhallinyarada iyo dhallinyarada qaangaarka ah waxaa jira siyaabo badan oo lagu qaato waqtigooda firaaqada.

Dhallinyaradu waxay raadinayaan madadaalo iyo hawlo. Shaqada dhallinyaradu waxay bixisaa xilli firaaqeedyo badan, mashaariic iyo macluumaad ballaaran. Aad ayey muhiim u tahay in fikradaha la is dhaafsado asxaabta marka aad ciyaareyso, aad ciyaareyso, aad isboortigana ku raaxeysato.

Waxaad weydiin kartaa xafiiska degmada, iskuulka ama kaniisadda, adeegyada ay ka banaan yihiin agagaarka.

Sidoo kale, ka raadi internetka fursado dheeraad ah.

Jugendtreffs: Meelaha ay kulmada dhallinyarada

Degmooyinka intooda badan waxay dhallinyarada u fidiyaan goob ay kulmo. Dhallinyaradu waxay heystaan qol u gaar ah oo ay ku kulmaan islana raaxaystaan. Naadiga dhallinyarada waxaa maamula ilaaliyeyaal.

Naadiyada dhallinyaradu dadka oo dhan ayey u furan yihiin, ayadoon loo eegayn asalkooda ama koox ahaaneed ama koox ahaaneed toona.

Tusaalooyinka goobaha kulanka ee dhallinyarada ee ku yaala degmooyinka/Gobollada:

| Wil | Gobolka "Rhine Dhexe Valley" | Eschenbach |
|-----------------------------|--|------------------|
| Magaalada St. Gallen | Mojuga loogu talagalay Degersheim, Neckertal | Wattwil |
| Rorschach / Rorschacherberg | Mojas for Mels, Sargans & Flums | Uznach |
| Wittenbach | Gobolka Werdenberg | Uzwil |
| Rapperswil-Jona | Upper Rhine Valley Region | Schmerikon |
| Walenstadt | Waldkirch | Kaltbrunn-Benken |

Xiriirada shaqooyinka caruurta iyo dhallinyarada

- [Hagaha shaqada caruurta iyo dhallinyarada: degmada](#)
- [Tilmaamaha Shaqada Caruurta iyo Dhallinyarada: Kaniisadaha](#)
- [Directory of Child and Youth Work: Ururada Caruurta iyo Dhallinyarada](#)
- [Tilmaamaha shaqada caruurta iyo dhallinyarada: gobol, Kantonka, hay'addaha qaranka](#)

Talobixinta dhallinyarada

Dhallinyaradu waxay qabaan su'aalo badan, waana in ay awoodaan inay ka wada hadlaan meel ka baxsan qoysaskooda. Sidaas daraadaasna waxaa meel kasta oo jira xarumo talo-bixin oo ku saabsan mowduucyada sida:

- Stress guriga
- Dhibaato ku ah dugsigu / tababarka dhexdiisa
- Lovesickness
- Bullying
- Walxaha la qabatiinka / Daroogada
- Cabashooyin la xiriira mustaqbalka
- Saxaafada
- Waxyeleynta

Directory of Talobixinta Dhallinyarada

Shaqada barashada bulshada ee iskuulku mar walba waa goob fiican oo la tago, haddii ay jiraan dhibaatooyin, su'aalo ama xasarad ka timaada. Xafiiska shaqada sooshaalka ee iskuulku wuxuu inta badan ku yaalaa dhismaha iskuulka. Wadatashigu waa lacag la'aan.

Jugendvereine: Wax wada khibrad wada ah

Naadiga dhallinyaradu waxay u fidiyaan dhallinyarada, xilliyada firaaqada iyo xerooyinka fasaxa iyo xerooyinka fasaxa.

- Kooxaha Scout: "**Scouts St.Gallen iyo Appenzell**"
- Cevi Christian Association of Young People: "**Cevi Bariga Switzerland**"
- Jungwacht Blauring: **Jubla Ost**
- Sommecamps / Xeryaha fasaxa ee carruurta iyo dhalinyarada: **Kovive Holiday Camps**

Noqo mid firfircoon isboortiga

Ku dhawaad cayaar kasta waxaad ka heli doontaa kaabayaasha saxda ah ee gobolka:

- Barkadaha gudaha iyo dibedda
- Garoomada kubadda cagta & Maxkamadaha Tennis-ka
- Goobaha jimicsiga iyo ciyaaraha fudud
- Goobaha fuqayaan
- Goobo badan oo lagu ciyaaro xilliga qaboobaha
- Waddooyinka iyo baaskiilada
- Skittles iyo bowling Alleys
- iyo wax ka badan oo

Qaar ka mid ah xarumahan isboortiga waxaa ku kaca lacag lagu galo.

 [Isboortiga koox - Naadiyada isboortiga & naadiyada](#)

 [Dhallinyarada Sports Camps](#)

Buug yar oo dhalinyarada - Caafimaadka Dhimirka

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

Welwel ama dhibaatooyin? Waa halka aad ka caawin kartid:



La-talinta dhalinyarada

Talooyinka iyo taageerada ka jira deegaanka



Waalidiinta Talobixinta

Talooyinka iyo taageerada ka jira deegaanka



Bullying & Cyberbullying

Gargaarka shakhsiyeed ee u dhow



Cunno xumida

Gargaarka shakhsiyeed ee u dhow



Dhibaatooyinka maandooriyaha

Gargaarka shakhsiyeed ee u dhow



E-la-talinta Galmada lilli.ch

Jinsiga, Ka-hortagga, Xiriirka, Jirka



Tel. 147 ama 147.ch - gargaar 24/7

Lambarka xaalada degdegga ah 147 ee Pro Juventute



E-consultation on tschau.ch

Talo online dhibaatooyinka oo dhan

Goob-xiriirka

Hel meesha ay degmadu ku taalo, talobixin ama hay'ad hey'ad ku taal degaankaaga: [Goob-xiriirka](#)