

உங்களுக்கு கவலைகள் அல்லது கேள்விகள் உள்ளதா? நீங்கள் பேச விரும்புகிறீர்களா?

சோலோத்தரன் கேன்டனில், பல்வேறு விவதாங்களும் ஆதரவு சேவைகளும் உள்ளன. இங்கே, நீங்கள் தலைப்பு மற்றும் இலக்கான பிரிவின் மூலம் ஒரு கண்ணோட்டத்தை காண்பீர்கள். கடினமான சூழ்நிலைகளில் ஆலோசனை பெறவும் உதவி பெறவும் தயங்க வேண்டாம். தேவைப்பட்டால், ஆலோசனை மையங்களின் மூலம் மொழிபெயர்ப்பாளர்கள் அழைக்கப்படலாம்.

ஹெல்ப்லைன்கள்

பதினம் வயதினர்களுக்கான ஹெல்ப்லைன்

அனுதினமும் தேவைப்படும் குழந்தைகள் மற்றும் பதினம் வயதினர்களுக்கு இலவச ஆலோசனை மற்றும் உதவி. ப்ரோ ஜுவென்ட்பூட்:
www.147.ch | beratung@147.ch | ☎ 147 | SMS 147

பெற்றோர்களுக்கான ஹெல்ப்லைன்

அனுதினமும் குடும்பத்திலுள்ள பெற்றோருக்குரிய பிரச்சனைகள், மோதல்கள், அல்லது நெருக்கடிகளுடன் இருக்கும் பெற்றோர்கள், குடும்பங்கள், மற்றும் பராமரிப்பாளர்களுக்கு இலவச ஆலோசனை மற்றும் உதவி. பெற்றோர்களின் அவசரகால அழைப்பு:
www.elternnotruf.ch | 24h@elternnotruf.ch | ☎ 0848 35 45 55

பெரியவர்களுக்கான ஹெல்ப்லைன்

அனுதினமும் கடினமான சூழ்நிலைகளில் உதவி மற்றும் ஆதரவுக்கு இலவச அழைப்பு சேவைகள். உதவும் கரம்: www.143.ch | ☎ 143

குழந்தைகள் மற்றும் பதினம் வயதினர்கள்

குழந்தைகள் மற்றும் பதினம் வயதினர்களுக்கு உளவியல் சேவை

18 வயது வரையிலான குழந்தைகள் மற்றும் பதினம் வயதினர்களின் உளவியல் நெருக்கடிகளை சமாளிப்பதில் ஆதரவு மற்றும் சிகிச்சை, பெற்றோர், குடும்பம், மற்றும் சூழ்நிலைகளின் ஆலோசனை.
Solothurn: kjpd.solothurn@spital.so.ch | ☎ 032 627 17 00
Olten: kjpd.olten@spital.so.ch | ☎ 032 627 18 50
Grenchen: kjpd.grenchen@spital.so.ch | வெளிநோயாளிகள் கிளினிக் மூலம் பதிவு Solothurn: ☎ 032 627 17 00
Balsthal: kjpd.balsthal@spital.so.ch | வெளிநோயாளிகள் கிளினிக் மூலம் பதிவு Solothurn: ☎ 032 627 17 00

இளைஞர் பிரச்சனைகளுக்கான ஆலோசனை மையம்

வாழ்க்கையின் பல்வேறு கட்டங்களில், நெருக்கடிகளில், மற்றும் மோதல்களில் 14 முதல் 25 வயதுக்குட்பட்ட குழந்தைகள், பதினம் வயதினர்கள், மற்றும் இளம் பருவத்தினர்களுக்கு இலவச ஆதரவு. தொலைநோக்கு சோலோத்தரன்-கிரென்சென்: perspektive-so.ch jugendberatung@perspektive-so.ch | ☎ 032 626 56 20

பெற்றோர்கள், குடும்பங்கள், மற்றும் ஜோடிகள்

தாய்வழி மற்றும் தந்தைவழி ஆலோசனை

கைக்குழந்தைகள் மற்றும் இளம் குழந்தைகளுடன் இருக்கும் குடும்பங்களுக்கு சுகாதாரம், வளர்ச்சி, மற்றும் கல்வி குறித்து இலவச ஆலோசனை.
muetterberatung-so.ch | info@muetterberatung-so.ch

காம்பஸ்

கல்வி மற்றும் அன்றாட கேள்விகள் குறித்து பெற்றோர்கள், குடும்பங்கள், மற்றும் பராமரிப்பாளர்களுக்கு இலவச ஆதரவு மற்றும் ஆலோசனை.
www.kompass-so.ch | mail@kompass-so.ch | ☎ 032 624 49 39

உறவுமுறை பிரச்சனைகளுக்கு சிறப்பு அலுவலகம், கேன்டன் சோலோத்தரன்

கூட்டாண்மை, குடும்பம், கர்ப்பம், மற்றும் பாலியல் கல்வி போன்ற தலைப்புகளில் வாழ்க்கையின் பல்வேறு பகுதிகளில் ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவு. www.fabeso.ch
Solothurn: solothurn@fabeso.ch | ☎ 032 622 44 33
Grenchen: grenchen@fabeso.ch | ☎ 032 652 19 22
Olten: olten@fabeso.ch | ☎ 062 212 61 61
Breitenbach: breitenbach@fabeso.ch | ☎ 061 781 34 49

வெளிநாட்டினர்களுக்கான ஆலோசனை மையம்

இரண்டு தேசங்களின் தொடர்பு, குடியேற்ற சட்டம், சமூக பாதுகாப்பு சட்டம், திருமணம் மற்றும் குடும்பச் சட்டம், மற்றும் பாகுபாடுகளுக்கு எதிராக பாதுகாப்பு போன்றவைகள் தொடர்பான பிரச்சனைகள் குறித்து சட்ட தகவல்கள் மற்றும் சமூக ஆலோசனைகள்.
www.frabina.ch | info@frabina.ch | ☎ 032 621 68 60

மனம்/உடல் ரீதியான கஷ்டங்கள்

பெரியவர்களுக்கான உளநோயியல்

18 வயது மற்றும் அதற்கு மேற்பட்ட பெரியவர்களின் மன நோய் மற்றும் தீவிரமான வாழ்க்கை நெருக்கடிகளுக்கு ஆதரவு மற்றும் சிகிச்சை.
மனநல மருத்துவம், உளவியல், மற்றும் உளமருத்துவம் தொடர்பான கிளினிக்குகள்: info.pd@spital.so.ch | ☎ 032 627 11 11
Solothurn: ambi-solothurn.pd@spital.so.ch | ☎ 032 627 14 60
Olten: ambi-olten.pd@spital.so.ch | ☎ 062 311 52 10
Grenchen: ambi-grenchen.pd@spital.so.ch | ☎ 032 627 18 20

புற்றுநோய் லீக் சோலோத்தரன்

புற்றுநோய் உள்ளவர்களுக்கும் அவர்களின் உறவினர்களுக்கும் ஆலோசனை, ஆதரவு, மற்றும் பராமரிப்பு.
solothurn.krebsliga.ch | info@krebsliga-so.ch
Solothurn/Grenchen: ☎ 032 628 68 10
Olten: ☎ 032 628 68 18
Breitenbach: ☎ 061 781 19 54

நுரையீரல் லீக் சோலோத்தரன்

நுரையீரல் மற்றும் சுவாச நோய்கள் உள்ளவர்களுக்கும் அவர்களின் உறவினர்களுக்கும் ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவு.
www.lungenliga-so.ch | info@lungenliga-so.ch
Solothurn/Grenchen: ☎ 032 628 68 28
Olten: ☎ 062 206 77 55
Breitenbach: ☎ 061 785 70 10

வயது தொடர்பான பிரச்சனைகள்

ப்ரோ செனெக்யூட் சோலோத்தரன்

வயது மற்றும் வயதாகுதல் தொடர்பான கேள்விகளுக்கு திட்டங்கள், சலுகைகள், மற்றும் இலவச ஆலோசனை. so.prosenectute.ch info@so.prosenectute.ch | ☎ 032 626 59 59

அடிமையாகும் பிரச்சனைகள்

Suchtberatung Perspektive Solothurn-Grenchen

சோலோத்தரன் மற்றும் கிரென்சென் பகுதியில் அடிமையானவர்கள், உறவினர்கள், மற்றும் அவர்களின் சூழ்நிலைகளுக்கு அடிக்கூன் கவுன்சிலிங் ப்ரஸ்பெக்டிவ் சோலோத்தரன்-கிரென்செனின் இலவச சலுகை. perspektive-so.ch beratungstellen@perspektive-so.ch | ☎ 032 626 56 30

அடிக்கூன் கவுன்சிலிங் அடிக்கூன் ஹெல்ப் ஈஸ்ட்

டோர்னெக், க்யூ, கோஸ்கன், ஓல்டன், தால் மற்றும் தியர்ஸ்டீன் பகுதியில் அடிமையானவர்கள், உறவினர்கள், மற்றும் அவர்களின் சூழ்நிலைகளுக்கு இலவச சலுகை. suchthilfe-ost.ch info@suchthilfe-ost.ch | ☎ 0800 061 535 அல்ல து ☎ 062 206 15 35

வன்முறை

குற்றவாளிகளுக்கு வன்முறை தொடர்பான ஆலோசனை மையம்

வன்முறை பயன்படுத்தியவர்கள், அல்லது அடுத்து வன்முறை நடக்கும் என்று பயப்படுபவர்களுக்கு இரகசியமான இலவச ஆலோசனை சேவை. beratungsgewalt.so.ch | beratungsgewalt@ddi.so.ch | ☎ 032 627 29 92

பாதிக்கப்பட்டவர்களின் உதவிக்கான ஆலோசனை மையம் ஆர்காயூ சோலோத்தரன்

உடல் ரீதியாக, மனநிலை தொடர்பாக, அல்லது பாலியல் வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்டவர்களுக்கு மற்றும் அவர்களின் உறவினர்களுக்கு இலவச ஆதரவு மற்றும் ஆலோசனை. opferhilfe-ag-so.ch beratungsstelle@opferhilfe-ag-so.ch | ☎ 062 835 47 90

பெண்களுக்கான காப்பிடம் ஆர்காயூ சோலோத்தரன்

வீட்டு வன்முறையால் பாதிக்கப்பட்ட பெண்கள் மற்றும் அவர்களின் குழந்தைகளுக்கு ஆலோசனை, பராமரிப்பு, பின்தொடர்தல், மற்றும் தங்குமிடம். frauenhaus-ag-so.ch beratung@frauenhaus-ag-so.ch | 24h-Hotline: ☎ 062 823 86 00

நிதி பிரச்சனைகள்

கடன் மற்றும் பட்ஜெட் ஆலோசனை ஆர்காயூ சோலோத்தரன்

நிதி சிக்கல்கள் குறித்து இலவச ஆலோசனை மற்றும் ஆதரவு. schulden-ag-so.ch ag-so@schulden.ch | ☎ 0800 061 535 அல்லது ☎ 062 206 15 35

கடன் குறித்து ஆலோசனை: Aarau/Solothurn: ☎ 062 822 82 11 திங்கள் – வெள்ளி 8.30 – 12.30 மணிநேரம் Grenchen: ☎ 032 653 09 15

பட்ஜெட் குறித்து ஆலோசனை: Aarau: info@budgetberatung-aargau.ch | ☎ 062 822 84 34 திங்கள் – வெள்ளி 8.30 – 12.30 மணிநேரம் Solothurn: info@budgetberatung-so.ch | ☎ 062 822 84 34 திங்கள் – வெள்ளி 8.30 – 12.30 மணிநேரம்

சமூக ஆலோசனை கரிடாஸ் சோலோத்தரன்

மதம் அல்லது தேசியத்தைப் பொருட்படுத்தாமல், அன்றாட வாழ்க்கை, நிர்வாகம், கூட்டாண்மை, அல்லது பணம் பற்றி கேள்விகள் குறித்து இலவச ஆலோசனை. caritas-solothurn.ch Solothurn/Grenchen: sozialberatung@caritas-solothurn.ch | ☎ 032 623 08 91 Olten/Starrkirch-Wil: sozialdienst.katholten@st.-marien-olten.ch | ☎ 032 287 23 14

முக்கியமான வலைத்தளங்கள்

www.hebsorg.ch மனநலம், உடல் ஆரோக்கியம், ஊட்டச்சத்து, உடற்பயிற்சி, வன்முறை, அடியாகுதல், பட்ஜெட், மற்றும் கடன் தொடர்பான தகவல்கள் மற்றும் ஆதரவு சேவைகளுடன் இருக்கும் வலைத்தளம்.

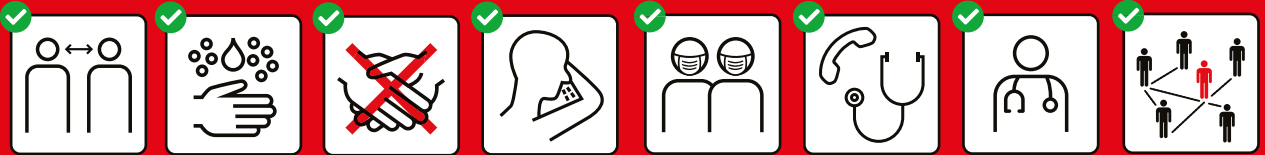
www.wie-gehts-dir.ch மனநலம் தொடர்பான தகவல்கள், உதவிக்குறிப்புகள், மற்றும் ஆதரவு சேவைகளுடன் இருக்கும் வலைத்தளம்.

www.so.feel-ok.ch ஓய்வு, வேலை, அடிமையாகுதல், நெருக்கடிகள், வன்முறை, உடல், சட்டம், போன்ற தலைப்புகள் குறித்து இளைஞர்கள் மற்றும் பெற்றோர்களுக்கான வலைத்தளம்.

www.maedchenbeschneidung.ch பெண் விருத்தசேதம் தடுப்பு தொடர்பாக குடும்பங்களுக்கு ஆலோசனை.

www.zwangsheirat.ch பாதிக்கப்பட்டவர்கள் மற்றும் நிபுணர்களுக்கு இலவச ஆதரவு மற்றும் ஆலோசனை.

www.safezone.ch பாதிக்கப்பட்டவர்கள், உறவினர்கள், மற்றும் ஈடுபாடுள்ளவர்களின் அடிமையாகுதல் பிரச்சனைகள் தொடர்பாக ஆன்லைன் ஆலோசனை.



corona.so.ch