மது மற்றும் போதைப்பொருள்.

இளம்பிராயத்தினர் புதியதையும் மற்றும் பாவித்துப்பார்க்கவும் விரும்புபவர். சுற்றாடலில் உள்ள பாவிக்கும் மற்றும் தீங்கு விளைவிக்கும் பொருட்களைப்பற்றி தெரிந்து கொள்ளல் உங்கள் பிள்ளைகளின் சுகாதாரத்திற்கு மிகவும் முக்கியமானது. வெளிப்பாவனைகள், பிள்ளைகள் மற்றும் இளம்பிரயத்தினரின் முன்னேற்றத்திற்கும் பாதகங்களை ஏற்படுத்துவதால் பெற்றோராகிய நீங்கள் உங்கள் பிளைகளின் வெளிப்பாவனை நடைமுறைகள் பற்றி கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

- ❍ தீங்கு விளைவிக்கும் பொருட்கள் மற்றும் அவற்றின் பாவனையால் ஏற்படும் ஆபத்துகள் பற்றி நீங்கள் தெரிந்துகொள்வதுடன் உங்கள் பிள்ளைகளுக்கும் அறியவையுங்கள்.
- ❍ இதுபற்றிய சட்டரீதியான தகவல்களை தெரிந்துகொள்ள வையுங்கள.
- ❍ மது மற்றும் தீங்குவிளைவிக்கும் பொருட்களின் பாவனை பற்றி உங்கள் பிள்ளைகளுடன் தெளிவான ஏற்பாடுகளையம் தொடர்புகளையம் ஏற்பாடு செய்யுங்கள்.
- ❍ உங்கள் பிள்ளைகளை எப்போதும் மது அருந்திவிட்டு வாகனஞ் செலுத்துபவர்களுடன் இணைந்து பயணஞ்செய்ய விடவேண்டாம்.

பொதுவான சட்டநடைமுறைகள்.	16 வயதிலிருந்து அனுமதி உள்ளது	18 வயதிலிருந்து அனுமதி உள்ளது
வைத்திருத்தல், சட்ட விரோதமான போதைப்பொருட்கள் - கஞ்சா, எக்ரசி, கொக்கைன் போன்றன பாவித்தல் மற்றும் ஏனையோருக்க கொடுத்தல் என்பன தடைசெய்யப்பட்டுள்ளன	🔴	🔴
சிகரட்டுகள் புகைத்தல் மற்றும் ஏனையோருக்கு கொடுத்தல்	🟢	
பியர், வைன் போன்றவற்றை விற்பனைசெய்தல், ஏனையோருக்கு கொடுத்தல் மற்றும் பாவித்தல்	🟢	
மென்மதுசாரம், அல்க்கோபொப்ஸ், மது போன்றவற்றை விற்பனைசெய்தல், ஏனையோருக்கு கொடுத்தல் மற்றும் பாவித்தல்	🔴	🟢

(இது பற்றிய வேறு விடயங்களிற்கு *www.sfa-ispa.ch*)

பொதுவாக விரும்பத்தக்கன

- ❍ கஸ்டமான சமயங்களிலும் உங்கள் பிள்ளைகளுடன் தொடர்பில் இருக்க முயலுங்கள்.
- ❍ ஊடகங்களின்- தொலைக்காட்சி மற்றும் இன்ரனெற் போன்றவற்றின் நடைமுறை சுற்றாடலை அவதானியுங்கள்
- ❍ மாறுபட்ட நடவடிக்கைகளின் கவனித்து நடவடிக்கை எடுங்கள்
- ❍ பகிரங்க உரையாடல்களை செலுலும் வழியில் நடாத்த வேண்டாம். ஒருவருக்கொருவர் நம்பிக்கையை வளர்த்து எதிரெதிரான புரிந்துணர்வை தூண்டுதல் வேண்டும்.
- ❍ தேவைப்படின் உதவியைப் பெற்றுக்கொள்ளுங்கள் (விசேட நிலையங்களின் விபரங்களைப்பார்க்க).

அத்துடன் பொதுவாக:

உங்கள் பிள்ளைகளின் நாளாந்த நடை- முறைகளில் ஆர்வத்தைக்காட்டுங்கள்.

Glow என்பது சுமார் 100‘‘000 மக்களைக்கொண்ட ஒரு தனித்துவமான புதுமையான வாழ்வு- மற்றும் பொருளாதார உலகம். இது எட்டு கிராமசபைகளை அடக்கியிருக்கிறது. Bassersdorf, Dietlikon, Dübendorf, Kloten, Opfikon, Rümlang, Wallisellen und Wangen-Brüttisellen.

சிலவேளை இங்கு ஒரு Glow-இளைஞர் வேலைக்குழுவொன்றை உருவாக்க முடியுமா?

glow. das Glattal

பெற்றோருக்கான ஆலோசனைகள்

glow. das Glattal

அன்பான பெற்றோரே

இளைஞர்கள் தமது பெற்றோர்களின் வாழிடத்தை விட்டு வெளியேறும் காலப்பகுதியில் தமது சொந்த அடையாளத்தை தேடுவர்.
நீங்கள் பெற்றோர் என்ற முறையில் அவர்களின் இந்த சுயாதீன தேடலை அனுமதிப்பதுடன் அவர்களிற்கான ஆதரவையும் பாதுகாப்பையும் வழங்கவேண்டும். உங்கள் பிள்ளைகளுடன் ஒன்றாக இருந்து அவர்களுடன் நடைமுறை ஏற்பாடுகளை ஏற்படுத்துவதுடன் இதை காலத்திற்கு காலம் புதிதாக கையாள வேண்டும். உங்கள் பிள்ளைகளுக்கு நம்பிக்கையை வளருங்கள், அதேசமயம் அவர்களுக்கான எல்லையையும்தான்.

இவ் வழிகாட்டி உங்கள் அன்றாட நடைமுறைகளை பேணுவதற்கு உதவுவதுடன் உங்கள் பிள்ளைகளுடன் கதைப்பதற்கான அடிப்படையான விடயங்களை வழங்குகிறது.

கைச்செலவுப்பணம்.

பிள்ளைகள் மற்றும் இளம்பிராயத்தினர் பணக்கையாளுதல் பற்றி அறிந்து கொள்வதாயில் அவர்களுக்கு ஒழுங்கான முறையில், சிறிய வருமானம் கிடைக்கச்செய்தல் வேண்டும். இதற்காக இளம்பிராயத்தினரிடம் அவர்கள் சுயாதீனமாக பாவிப்பதற்கும் கையாளுவதற்குமாக கைச்செலவுப்பணம் கொடுத்து வைப்பது பிரயோசனமானது.

சுவிஸ் வரவு-செலவு கணக்கீட்டு ஆலோசனை நிலையம் சிபார்சு செய்துள்ள பின்வரும் கைச்செலவுத்தொகையை மத்தியவகுப்பிலிருந்து கொடுப்பது நல்லதென விரும்புகிறோம்.

5 மற்றும் 6ம் வகுப்பு	மாதத்தில் 25.- - 30.-
7 மற்றும் 8ம் வகுப்பு	மாதத்தில் 30.- 40.- வரை
9 மற்றும் 10ம் வகுப்பு	மாதத்தில் 40.- - 50.-
11ம் பாடசாலை ஆண்டிலிருந்து	மாதத்தில் 50.- - 80.-

(இது பற்றிய வேறு விடயங்களிற்கு *www.asb-budget.ch)*

வெளியே செல்லல்

இச் சம்பவங்களின்போது பின்வரும் வினாக்களை தெளிவு செய்தல் பிரயோசனமானது.

❍ நீ எங்கு செல்கிறாய்?
❍ எப்படி அங்கு சென்று திரும்புவாய்?
❍ யாரைச்சந்திக்கச் செல்கிறாய்?
❍ எப்போ வீட்டுக்கு திரும்பி வருவாய்?
❍ உன்னுடன் எப்படி தொடர்பு கொள்ளலாம்? கைத்தொலைபேசி உள்ளதா, அத்துடன் பற்றறி நல்லநிலையில் உள்ளதா?

அவரது கடமையை வலியுறுத்துவதுடன், தற்செயலாக ஏற்றுக்கொள்ளப்பட்ட நேரத்தை கடைப்பிடிக்கமுடியாத நிலை ஏற்பட்டால் அதை உடனடியாக தெரிவிக்க வேண்டிய கடமை உள்ளதென்ற அவரின் கடமையை வலியுறுத்த வேண்டும். சுவிஸ் முழுவதும் செல்லுபடியாகக்கூடியதான வெளியே செல்வதைக் குறிப்பட்ட நேரப்பட்டியலுள்ள அறிவித்தல் கிடையாது. பின்வரும் நேரங்கள் பொதுவாக ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடியவை.

	ஞாயிறு முதல் வியாழன் வரை பாடசாலைக்காலம்	வெள்ளி மற்றும் சனி விடுமுறை காலம
12-14 வயதினர்	20.00 மணி	22.00 மணி
16 வயதுவரை	22.00 மணி	24.00 மணி

விருந்து மற்றும் கொண்டாட்டங்கள

இங்கும் கேள்விகள் கேட்பது பிரயோசனமானது
❍ யார் இந்த கொண்டாட்டத்தை ஏற்பாடு செய்தது?
❍ எங்கு இந்தக் கொண்டாட்டம் நடைபெறுகிறது.?
❍ கொண்டாட்டம் எவ்வளவு நேரம் நடைபெறுகிறது?
❍ எந்தப் பெரியோர் இதற்கு பொறுப்பெடுக்கிறார்?
❍ எப்படி மற்றும் எப்போ வீட்டுக்குத் திரும்புவாய்?

உங்கள் பிள்ளை இக்கேள்விகளுக்கு உங்களுக்குத் திருப்தியளிக்கிற பதில்களை தராவிடின், வெளியே செல்வதற்கான அனுமதியை இரத்துச்செய்யலாம்.

கைத்தொலைபேசி

கைத்தொலைபேசியானது அவசரகாலத்தில் பிரயோசனமானதாயும் பாதுகாப்பை அறிவிக்கக்கூடியதாயும் இருக்கும். அத்துடன் இது ஒரு முக்கியதொடர்புசாதனமாக இளம்பிராயத்தவர்- இளம்பிராயத்தவர் மற்றும் உங்களுக்கும் உங்கள் பிள்ளைகளுக்குமிடையில் இருக்கும். இங்கு பின்வரும் நடைமுறையைக் கையாளுவது விரும்பத்தக்கது:

❍ ஒப்பந்தத்திற்கு பதிலாக முற்பணம்செலுத்தும் அட்டை - இதன்மூலம் செலவை நன்கு கண்காணிக்கலாம்.
❍ முற்பணம் செலுத்தும் அட்டையை எப்போதும் ஒரே காலப்பகுதியில் நிரப்புதல் (உ.ம் மாத ஆரம்பம்)
❍ நீங்கள் கட்டணத்தில் பங்குகொள்ள விரும்பினால், உங்கள் பிள்ளையுடன் அதற்குப்பதிலாக அவர் செய்யவேண்டியவற்றை கையாளுவது விரும்பத்தக்கது.

(இது பற்றிய வேறு விடயங்களிற்கு *www.zischtig.ch)*

தொலைக்காட்சி, கணணி விளையாட்டு, கணணி

❍ பாலுணர்வு தூண்டும் மற்றும் பலாத்காரம் நிறைந்த விளையாட்டுகள், இன்ரனெற் பக்கங்கள் அல்லது சினிமாக்களை பார்க்க அனுமதிக்கவேண்டாம்.
❍ தொலைக்காட்சி மற்றும் கணணி விளையாட்டுகளில் எழுதியிருக்கும் வயதுபற்றிய அறிவித்தலை பார்க்கவும்.
❍ தினசரி, வாரத்திற்கு, ஆகக்கூடிய நேரம்பற்றிய நன்கு ஏற்றுக்கொள்ளக்கூடிய ஒழுங்கிற்கு வாருங்கள்.
❍ உங்கள் பிள்ளைகளின் தொடர்புபேணுதல்களை கட்டுப்படுத்தக்கூடிய சந்தர்ப்பங்களை ஏற்படுத்த முயற்சி செய்யுங்கள.
❍ பார்க்கும் இன்ரனெற் பக்கங்களின் உள்ளடக்கங்கள் என்பவற்றில் தெளிவான ஏற்பாடுகளையும் உருவாக்குங்கள்.
❍ இன்ரனெற் தடை மென்பொருளை இயங்கவையுங்கள்.
❍ பொருவாக இன்ரனெற்றில் சொந்த விடயங்களையோ படங்களையோ கொடுக்கவேண்டாம். உங்கள் பிள்ளைக்கு இதனால் ஏற்படும் ஆபத்துக்கள் பற்றி எடுத்துக்கூறுங்கள்.

(இது பற்றிய வேறு விடயங்களிற்கு *www.zischtig.ch)*