

ನಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಜಿಲ್ಲೆ	ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಹಿತಿ
ಬಾಗಲಕೋಟೆ	08354 235120 yuvaspandana.bagalkot@gmail.com
ಬೆಂಗಳೂರು ಗ್ರಾಮ	080 27622747 yuvaspandana.bangalorerural@gmail.com
ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರ	080 29700328 yuvaspandana.blr@gmail.com
ಬೆಳಗಾವಿ	0831 2474101 yuvaspandana.belagavi2015@gmail.com
ಬಳ್ಳಾರಿ	0839 2278827 yuvaspandana.bellary@gmail.com
ಬೀದರ್	0848 2227222 yuvaspandana.bidar@gmail.com
ಚಾಮರಾಜನಗರ	08226 222868 yuvaspandana.chamarajanagar@gmail.com
ಚಿಕ್ಕಮಗಳೂರು	08262 220624 yuvaspandana.chickmagalur@gmail.com
ಚಿಕ್ಕಬಳ್ಳಾಪುರ	0815 6271054 yuvaspandana.chikkaballapur@gmail.com
ಚಿತ್ರದುರ್ಗ	08194 235636 yuvaspandana.chitradurga@gmail.com
ದಾವಣಗೆರೆ	08192 222059 yuvaspandana.dvg@gmail.com
ಧಾರವಾಡ	09448299673 yuvaspandana.dwd@gmail.com
ಗದಗ	08372 220375 yuvaspandana.gadag@gmail.com
ಹಾಸನ	08172 245056 yuvaspandana.hassan@gmail.com
ಹಾವೇರಿ	08375 232080 yuvaspandana.haveri@gmail.com
ಕಲಬುರ್ಗಿ	08472 236476 yuvaspandana.kalaburagi@gmail.com
ಕೊಡಗು	08272 225985 yuvaspandana.kodagu@gmail.com
ಕೋಲಾರ	08152 222340 yuvaspandana.kolar@gmail.com
ಕೊಪ್ಪಳ	09483748499 yuvaspandana.koppal@gmail.com
ಮಂಡ್ಯ	08232 230234 yuvaspandana.mandya@gmail.com
ಮಂಗಳೂರು	08242 452264 yuvaspandanamangaluru@gmail.com

ನಮ್ಮ ಕೇಂದ್ರಗಳು

ಜಿಲ್ಲೆ	ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಹಿತಿ
ಮೈಸೂರು	0821 2444922 yuvaspandana2014.mysore@gmail.com
ರಾಯಚೂರು	08532 231122 yuvaspandana.raichur@gmail.com
ರಾಮನಗರ	080 27271213 yuvaspandana.ramnagar@gmail.com
ಶಿವಮೊಗ್ಗ	08182 222248 yuvaspandanashimoga@gmail.com
ತುಮಕೂರು	0816 2277019 yuvaspandana.tumkur@gmail.com
ಉಡುಪಿ	0820 2533933 yuvaspandana.udupi@gmail.com
ಉತ್ತರ ಕನ್ನಡ	0838 2222332 yuvaspandana.uk@gmail.com
ವಿಜಯಪುರ	0835 2223554 yuvaspandana.vijayapura@gmail.com
ಯಾದಗಿರಿ	08473 253260 yuvaspandana.yadgiri@gmail.com

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿ
ಯುವ ಸ್ಪಂದನ ಕೇಂದ್ರ
 ಯುವ ಸಬಲೀಕರಣ ಮತ್ತು ಕ್ರೀಡಾ ಇಲಾಖೆ
 ಕಂಠೀರವ ಕ್ರೀಡಾಂಗಣ, ಕಟ್ಟಡ ಸಂಖ್ಯೆ 1,
 ಕರ್ನಾಟಕ ಕ್ರೀಡಾ ಪ್ರಾಧಿಕಾರ, ಕಸ್ತೂರಬಾ ರಸ್ತೆ,
 ಬೆಂಗಳೂರು-560001. ಫೋನ್: 080-29700328
 ಈಮೇಲ್: yuvaspandana.blr@gmail.com

ಯುವ ಸ್ಪಂದನ, ಎಪಿಡಿಎಮಿಯಾಲಜಿ ವಿಭಾಗ
 ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ:
080-2699 5744
 ಸೇವೆಗಳು
 ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ
 ಉಚಿತ !!



ಯುವ ಸ್ಪಂದನ ಕೇಂದ್ರ
 ಯುವ ಸಬಲೀಕರಣ ಸೇವೆಗಳು
 ಬೆಂಗಳೂರು ನಗರ



ನಿಮ್ಮನ್ನು ಯಾವುದಾದರೂ ತೊಂದರೆಗಳು ಭಾದಿಸುತ್ತಿವೆಯೇ?

ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಮತ್ತು ಜೀವನ ಶೈಲಿಯು ವೃದ್ಧಿಸಬೇಕೇ?



ನನ್ನ ಓದು ಬರಹವನ್ನು ನಾನು ಹೇಗೆ ವೃದ್ಧಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು?

90 / 100
40 / 100

ನನ್ನ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?



ನನ್ನ ಬಗ್ಗೆ ನಾನು ಹೆಚ್ಚು ತಿಳಿಯುವುದು ಹೇಗೆ?



ಕುಟುಂಬ, ಸಮಾಜ ಮತ್ತು ಸ್ನೇಹಿತರೊಂದಿಗಿನ ಸಂಬಂಧ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?



ನನ್ನನ್ನು ನಾನು ಸುರಕ್ಷಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಇವು ಅಥವಾ ಇನ್ನಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿವೆಯೇ?

ಹೌದು ಆದರೆ ಈ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಎಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾರನ್ನು ಕಾಣಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿದಿಲ್ಲ.



ಯೋಚಿಸಬೇಡಿ ನಮ್ಮ ಜಿಲ್ಲೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ತೆರೆಯಲಾಗಿದೆ ಇದು ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆಯೇ?



ಹೌದಾ !! ಹಾಗಾದರೆ ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯಲು ನಾನು ಉತ್ಸುಕಳಾಗಿದ್ದೇನೆ.



ಸರಿ ನಿಮಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತೇನೆ ಬನ್ನಿ.



- ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರ ಯುವಜನ ಸಂಬಂಧಿ ವಿಷಯಗಳಿಗಾಗಿ ಇರುವ ಒಂದು ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೇಂದ್ರ.
- ಯಾವುದೇ ವಯೋಮಾನದವರು ಯುವಜನ ಸಂಬಂಧಿ ತೊಂದರೆಗಳಿಗಾಗಿ ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರವನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸಬಹುದು.
- ಉತ್ತಮವಾದ ತರಬೇತಿ ಪಡೆದ ಯುವ ಪರಿವರ್ತಕರು ಈ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಕೇಂದ್ರಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಾರೆ.
- ಹಾಗೂ ಇಲ್ಲಿನ ಎಲ್ಲಾ ಸೇವೆಗಳು **ಉಚಿತ**

ನಮ್ಮ ಗುರಿ

ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿನ ಯುವ ಜನರಿಗೆ ಒಂದು ಸಮಗ್ರ ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಮಾನಸಿಕ ಮತ್ತು ಮನೋಸಾಮಾಜಿಕ ಬೆಂಬಲ ಸೇವೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದು

ನಮ್ಮ ಉದ್ದೇಶ

ಯುವ ಜನರಿಗಾಗಿ ಸುರಕ್ಷಿತ ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಸಮಾಜಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವುದು

ನಮ್ಮ ಸೇವೆಗಳು

ವೈಯಕ್ತಿಕ ಬೆಂಬಲ
ದೂರವಾಣಿ ಮುಖಾಂತರ ಬೆಂಬಲ
ಚಿಕ್ಕಟ್ಟು ನಿರ್ವಹಣೆ
ಪಠ್ಯ ಮತ್ತು ವೃತ್ತಿಪರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ
ಆಪ್ತ ಸಮಾಲೋಚನೆ (Counselling)
ಉಲ್ಲೇಖ (Referral) ಸೇವೆಗಳು
ಸ್ವಯಂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ
ಭಾವನಾತ್ಮಕ ಬೆಂಬಲ
ಕಾರ್ಯಾಗಾರ ಮತ್ತು ತರಬೇತಿಗಳು
ತಜ್ಞರ ಸಲಹಾ ಶಿಬಿರಗಳು
ಜ್ಞಾನಕೇಂದ್ರ

ನಿಮಗೆ ನಿಮ್ಮ ಆಪ್ತರಿಗೆ ಅಥವಾ ನೆರೆಹೊರೆಯವರಿಗೆ ಯಾವುದೇ ರೀತಿಯ ಯುವಜನ ಸಂಬಂಧಿ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಸಹಾಯ ಅಥವಾ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಬೇಕಿದ್ದಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಜಿಲ್ಲೆಯ ಯುವ ಸ್ವಂದನ ಕೇಂದ್ರಕ್ಕೆ ಭೇಟಿ ನೀಡಿ