



Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote in Notlagen (u. a. bei Depressionen/Angststörungen)

Anlaufstellen in der Schule:

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des persönlichen Vertrauens

die **Verbindungslehrkräfte**

Frau Kettenberger, Herr Müller

die **Beratungslehrkraft**

Herr Fastenmeier

den **Schulpsychologen**

Herr Weig

die **Jugendsozialarbeit** an der Schule

Frau Hartl, Frau Passer

Akute Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche ab 14 Jahren:

Krisendienst Psychiatrie

24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)

0180 6553000 (max. 60 Cent pro Anruf)

www.krisendienst-psychiatrie.de

„Nummer gegen Kummer“

anonym und kostenfrei auch Onlineberatung

116111 (Kinder- und Jugendtelefon kostenfrei)

www.nummergegenkummer.de

„Telefonseelsorge“

24 Stunden täglich, auch Mail- und Chatberatung

0800 1110111 (kostenfrei)

www.telefonseelsorge.de

Rettungsdienst

24 Stunden täglich

112

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

Bundesweite Nummer / Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen

116117 (Bereitschaftsdienst kostenfrei)

<https://www.kvb.de>

Weitere Adressen, Internetseiten und Telefonnummern sind u. a.:

Im Landkreis:

- **Bezirkskrankenhaus und Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)**
- **Erziehungsberatungsstelle**
- **Sozialpsychiatrischer Dienst**

Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie

www.kvb.de/service/arztverzeichnis/
zur Ärztesuche

Psychologische Psychotherapeuten

Therapeutesuche unter www.bptk.de
oder 0921 787765 40410

„**Stiftung Deutsche Depressionshilfe**“

(u.a. Online-Foren)

www.deutsche-depressionshilfe.de

Infotelefon 0800 - 3344533

Bundeskongress für Erziehungsberatung

(Onlineberatung)

www.bke-jugendberatung.de

Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost

www.schulberatung.bayern.de

089 982955110