

Depressionen/ Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

Kinder / Jugendliche und Eltern können sich in Notlagen an der Schule vertrauensvoll wenden an:

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens	
die Verbindungslehrer die Beratungslehrkraft/-kräfte den Schulpsychologen	Hr. John und Fr. Neugebauer Hr. Pfeifer und Hr. Lukas Fr. Kleiter

Internetseiten und Telefonnummern, **v.a. für Jugendliche:**

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html
Krisendienst für psychiatrische Notfälle	Beratung rund um die Uhr, auch am Wochenende	0800-6553000
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	www.fideo.de
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote – Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	www.frnd.de
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	www.deutsche-depressionshilfen.de Infotelefon 0800 – 3344533
Bundeskonferenz für Erziehungsberatung	bke-Onlineberatung	www.bke-jugendberatung.de
NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen	www.nakos.de
U25 Deutschland	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	www.U25-deutschland.de
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 – 1110111 oder 0800 – 1110222 www.telefonseelsorge.de

Weitere Hilfsadressen, **besonders für Eltern:**

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	0800 – 110550
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821 – 509160
Krisendienst für psychiatrische Notfälle (Beratung rund um die Uhr, auch am Wochenende)	0800 – 6553000
Erziehungsberatungsstelle: KJF Erziehungs- und Beratungsstelle	08221 – 95401
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren Günzburg	0821 – 48030 08341 – 720 08221 – 9600
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg Kempten Nördlingen	0821 – 24120 0831 – 523390 09081 - 2901390
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliches Vereinigung)	Gelbe Seiten www.kvb.de
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765 – 40410