

Depressionen/Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote, Stand: März 2021

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

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens	
die Verbindungslehrkräfte	StR Kalchreuter, OStR Wucher
die Beratungslehrkraft	StD Schröppel
die Schulpsychologin	OStRin Loemke
die Schulsozialarbeiterin	Frau Walthart

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html
„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-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 - 3344533
Krisendienst für psychiatrische Notfälle	Rund um die Uhr besetzt, kommt auch vor Ort	0800 - 6 55 3000
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 Freiburg	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	www.u25-freiburg.de www.u25.de
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder 0800 -1110222 www.telefonseelsorge.de

Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:

Im Notfall:

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000-110550
Krisendienst Psychiatrie	0800-6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Josefinum Kinder- und Jugendpsychiatrie Augsburg Kempten	0821-24120 0831-523390

Bei Frage zu Erziehung, Schule, Pubertät, Zusammenleben usw.:

Erziehungsberatungsstelle: Katholische Jugendfürsorge (KJF) Sonthofen	08321-5055
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Memmingen	08331 - 702500
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821 - 509160
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren Günzburg	0821 -48030 08341 -720 08221 -9600
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung: bke- Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de

Suche nach einem Therapieplatz:

Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche 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)