

## Depressionen/Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

---

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

<b>jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens</b>	
die <b>Verbindungslehrkräfte</b>	Schwart, Marko und Stark, Wolfgang
die <b>Beratungslehrkraft</b>	Grote, Susanne, Raum 121
die <b>Schulpsychologin / den Schulpsychologen</b>	Nicola, Christiani, Raum 121
den <b>Jugendsozialarbeiter</b>	Wagner, Olga, Raum 121

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

<b>„Nummer gegen Kummer“</b>	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	<b>116111</b> <a href="http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html">www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html</a>
<b>„FIDEO“</b> (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	<a href="http://www.fideo.de">www.fideo.de</a>
<b>FRD</b> (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	<a href="http://www.frnd.de">www.frnd.de</a>
<b>Stiftung Deutsche Depressionshilfe</b>	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> Infotelefon 0800 - 3344533
<b>Bundeskongferenz für Erziehungsberatung:</b>	bke-Onlineberatung	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
<b>NAKOS</b> (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen	<a href="http://www.nakos.de">www.nakos.de</a>
<b>U25 Freiburg</b>	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	<a href="http://www.u25-freiburg.de">www.u25-freiburg.de</a> <a href="http://www.u25.de">www.u25.de</a>

<b>Telefonseelsorge</b>	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder <a href="tel:0800-1110222">0800 -1110222</a> <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>
-------------------------	--	--

**Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:**

<b>Elterntelefon der Nummer gegen Kummer</b>	08000 – 110550
<b>Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben</b>	0821 - 509160
<b>Psychologische Beratungsstelle für Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung</b>	Linggstraße 4 87435 Kempten 0831/52232-0 <a href="mailto:jmd@ejv-ke-oa.de">jmd@ejv-ke-oa.de</a>  Bismarckstraße 5 87527 Sonthofen 08321/5055 <a href="mailto:buero@ejv-ke-oa.de">buero@ejv-ke-oa.de</a>
<b>Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren Günzburg Kempten</b>	0821 -48030 08341 -720 08221 -9600 0831 - 54026-0
<b>Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg Kempten Nördlingen</b>	0821- 24120 0831 -523390 09081 -2901390
<b>Krisendienst Psychiatrie</b>	0180 - 6553000
<b>Ärztlicher Bereitschaftsdienst</b>	bundesweit: 116117
<b>Bundeskongress für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung</b>	<a href="http://www.bke-elternberatung.de">www.bke-elternberatung.de</a>
<b>Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung)</b>	Gelbe Seiten <a href="http://www.kvb.de">www.kvb.de</a>
<b>Psychologische Psychotherapeuten</b>	Therapeutensuche online unter <a href="http://www.bptk.de">www.bptk.de</a> (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410)
<b>Krisendienst für psychiatr. Notfälle (24h auch am Wochenende und für Angehörige)</b>	0800-6553000