

Depressionen/Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

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

jede Lehrkraft des Vertrauens	
die Beratungslehrkräfte	Gymnasium: Frau StDin Brigitte Sturm Realschule: Frau BerRin Barbara Lutz
die Schulpsychologin	Gymnasium und Realschule: Frau StRin Sabrina Heinle

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

Krisendienst für psychiatrische Notfälle	24 h Erreichbarkeit Psychiatrisch geschulte Menschen – schnelle Hilfe für Angehörige (ggf. mit mobilem Einsatzteam vor Ort)	0800 - 6553000
„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
Bundeskongress 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:

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000 – 110550
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821 – 509160
Erziehungsberatungsstellen und Psychologische Beratungsstellen	<p>KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Unterallgäu Steinstraße 20 87719 Mindelheim</p> <p>Städtische Erziehungsberatungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien Familienberater in Memmingen, Bayern Kempter Str. 42, 87700 Memmingen 0 08331 850422</p> <p>Psychologische Beratungsstelle der Katholischen Jugendfürsorge Herrenstraße 15 08331 498950</p>
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren Günzburg	0821 - 48030 08341 -720 08221 - 9600
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg Kempten	0821- 24120 0831 -523390
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Einrichtung zur ambulanten Versorgung von Kindern und Jugendlichen Inhaltlicher Schwerpunkt sind Krankheiten, die Entwicklungsstörungen, Behinderungen, Verhaltensauffälligkeiten oder seelische Störungen Kontaktaufnahme i. d. R. über den Kinderarzt	Sozialpädiatrisches Zentrum Memmingen Bismarckstraße 23, 87700 Memmingen 08331 700
Krisendienst Psychiatrie	0180 - 6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
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)