

Depressionen/Angststörungen

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

Kinder/Jugendliche und Eltern können sich in Notlagen vertrauensvoll an folgende Personen und Institutionen wenden:

die Beratungsrektorin (Schulpsychologin)	Frau Tina Theobald Sprechzeiten: Montag, 13:00 – 15:30 Uhr Freitag, 09:25 – 10:50 Uhr Telefonsprechzeiten: Montag, 11:05 – 11:50 Uhr Montag, 12:35 – 12:50 Uhr Telefonnummer: 0821 4558-14041 Aus Datenschutzgründen kann die Anmeldung für einen Beratungstermin nur zu oben genannten Sprechzeiten persönlich entgegengenommen werden. Ausnahmen (über das Sekretariat) können nur in dringenden Fällen gemacht werden.
die Beratungsrektorin (Beratungslehrkraft)	Frau Irmtrud Lederle Sprechzeiten: Montag, 08:25 – 09:10 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung über unser Schulsekretariat Telefonnummer: 0821 4558-14000
die Verbindungslehrkräfte	Frau Anita Schiltz, Frau Michaela Rapp Herr Tobias Weiß Sprechzeiten: Nach telefonischer Vereinbarung über unser Schulsekretariat Telefonnummer: 0821 4558-14000
jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens	Die jeweiligen Sprechstunden können Sie über das Schulsekretariat in Erfahrung bringen. Telefonnummer: 0821 4558-14000

Internetseiten und Telefonnummern, v. a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei / auch Onlineberatung	www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html Telefonnummer: 116 111
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u. a. Forum zum Austausch, Selbsttest u. Wissen über Depressionen	www.fideo.de
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u. a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, am Telefon u. Online)	www.frnd.de
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren / Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region	www.deutsche-depressionshilfe.de Telefonnummer: 0800 3344533
Bundeskonzferenz 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	www.telefonseelsorge.de Telefonnummer: 0800 1110111 oder 0800 1110222

Weitere Hilfsadressen, besonders für Erziehungsberechtigte:

Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“	Telefonnummer: 08000 110550
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	Telefonnummer: 0821 50916-0
Erziehungsberatungsstelle: Kath. Jugendfürsorge der Diözese Augsburg e. V. KJF Kinder- und Jugendhilfe Kempten-Oberallgäu (Caritas) Diakonie Kempten Allgäu	Telefonnummer: 0831 52232-0 Telefonnummer: 0831 54059-0
Bezirkskrankenhaus (BKH): Augsburg Kaufbeuren Günzburg	Telefonnummer: 0821 48030 Telefonnummer: 08341 720 Telefonnummer: 08221 9600

Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie): Augsburg Kempten Nördlingen	Telefonnummer: 0821 24120 Telefonnummer: 0831 523390 Telefonnummer: 09081 2901390
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)	Telefonnummer: 08331 702500
Krisendienst Psychiatrie	Telefonnummer: 0180 6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Telefonnummer: 116117
bke-Onlineberatung (Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung)	www.bke-elternberatung.de
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (siehe kassenärztliche Vereinigung)	Gelbe Seiten www.kvb.de
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online: www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) Therapeutensuche telefonisch: Koordinationsstelle Psychotherapie Telefonnummer: 0921 787765-40410