

## Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote in Notlagen (u. a. bei Depressionen/Angststörungen)

Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern können sich in der Schule vertrauensvoll wenden an:

jede Lehrerin/jeden Lehrer des persönlichen Vertrauens	
die <a href="#">Jugendsozialarbeit an der Schule</a>	Susanne Raßer & Nicole Becker
die <a href="#">Schulpsychologin</a>	Irene Timm
den <a href="#">Beratungslehrer</a>	Martin Geigenberger
die <a href="#">Verbindungslehrer</a>	Richard Hudec & Sonja Körner

### Akute Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern

<b>Krisendienst Psychiatrie</b>	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe für Betroffene und Angehörige (telefonisch oder mobil vor Ort)	<b>0180 6553000</b> (max. 60 Cent pro Anruf) <a href="http://www.krisendienst-psychiatrie.de">www.krisendienst-psychiatrie.de</a>
<b>Gewalt gegen Frauen - Hilfetelefon</b>	365 Tage im Jahr 24 Stunden erreichbar; Beratung in 17 Sprachen – telefonisch und online	<b>08000/116 016</b>
<b>„Telefonseelsorge“</b>	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	<b>0800 1110111</b> <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>

Weitere Adressen, Internetseiten und Telefonnummern sind u. a.:

<b>Im Landkreis: Bezirkskrankenhaus und Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Erziehungsberatungsstelle Sozialpsychiatrischer Dienst</b>	
<b>Koordinationsstelle Psychotherapie Kassenärztliche Vereinigung Bayern (KVB)</b>	<a href="http://www.kvb.de">www.kvb.de</a> Tel: 0921/787765-40410
<b>„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (u.a. Online-Foren)</b>	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> Infotelefon 0800 - 3344533
<b>Bundeskongress für Erziehungsberatung (Onlineberatung)</b>	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>

### Beratung und Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Eltern

<b>Verzeichnis der Jugendämter/ Regierungsbezirk Oberbayern</b>	<a href="http://www.blja.bayern.de/service/adressen/jugendaemter">www.blja.bayern.de/service/adressen/jugendaemter</a>
<b>Erziehungsberatungsstellen in Bayern</b>	<a href="http://www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen">www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen</a>