

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 Jugendsozialarbeit an der Schule	Susanne Raßer & Nicole Becker
die Schulpsychologin	Irene Timm & Jessica Stöhr
den Beratungslehrer	Martin Geigenberger
die Verbindungslehrer	Christoph Mommensohn & Simona Defiebre

Akute Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern

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

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

Im Landkreis: Bezirkskrankenhaus und Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Erziehungsberatungsstelle Sozialpsychiatrischer Dienst	
Koordinationsstelle Psychotherapie Kassenärztliche Vereinigung Bayern (KVB)	www.kvb.de Tel: 0921/88099-40410
„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (u.a. Online-Foren)	www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskongress für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	www.bke-jugendberatung.de

Beratung und Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Eltern

Verzeichnis der Jugendämter/ Regierungsbezirk Oberbayern	www.blja.bayern.de/service/adressen/jugendaemter
Erziehungsberatungsstellen in Bayern	www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen