

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

---

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

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens	
die Verbindungslehrkräfte	Im Schuljahr 2019/2020 stehen folgende Verbindungslehrer zur Verfügung: Unterstufe: Frau Schweizer Mittelstufe: Herr Völkl Oberstufe: Herr Späth
die Beratungslehrkraft	Eva-Maria Noppen-Eckart
die Schulpsychologin	Yvonne Bosch

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	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>
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	<a href="http://www.fideo.de">www.fideo.de</a>
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	<a href="http://www.frnd.de">www.frnd.de</a>
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	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
Bundeskongress für Erziehungsberatung:	bke-Onlineberatung	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
NAKOS (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="http://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>Erziehungsberatungsstellen:</b>	<p><i>EFL Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle der Diözese Augsburg 0821 33333</i></p> <p><i>Diakonie: Evangelische Beratungsstelle für Eltern-, Jugend-, Ehe- u. Lebensfragen 0821 597760</i></p> <p><i>KJF: Erziehungs-, Jugend- u. Familienberatung der Katholischen Jugendfürsorge Augsburg 0821 4554100</i></p> <p><i>Familien- und Erziehungsberatungsstelle der Arbeiterwohlfahrt 0821 45 05 17 0</i></p> <p><i>Erziehungsberatungsstelle der Stadt Augsburg 0821 3242962</i></p>
<b>Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren Günzburg</b>	0821 -48030 08341 -720 08221 -9600
<b>Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg Kempten</b>	0821- 24120 0831 -523390

<b>Nördlingen</b>	09081 -2901390
<b>Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)</b>	<b>SPZ Hessing Stiftung Förderzentrum für Kinder</b> Mühlstraße 55 86199 Augsburg Tel.: 0821/909-2500 Fax: 0821/909-2501 Email: <a href="mailto:foerderzentrum@hessing-stiftung.de">foerderzentrum@hessing-stiftung.de</a>
<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</b> (s. kassenärztliche Vereinigung)	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)