

## 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 Verbindungslehrkräfte	Leonhard Stefan (08634 984939)
die Beratungslehrkraft	Rainer Muschaweck (08634 984939) Freitag 8.00 Uhr bis 9.30 Uhr
die Schulpsychologin	Christina Pister (08634 984938)
die Jugendsozialarbeit an der Schule	Eli Holzleitner (08634 6249620) gabriele.holzleitner@awoobb1.onmicrosoft.com

Akute Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche ab 14 Jahren:

<b>Krisendienst Psychiatrie</b>	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, 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>„Nummer gegen Kummer“</b>	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	<b>116111</b> <a href="http://www.nummergegenkummer.de">www.nummergegenkummer.de</a>
<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>
<b>Rettungsdienst</b>	24 Stunden täglich	<b>112</b>
<b>Ärztlicher Bereitschaftsdienst</b>	Bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen	<b>116117</b> <a href="https://www.kvb.de">https://www.kvb.de</a>

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

<b>Im Landkreis: Bezirkskrankenhaus und Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Erziehungsberatungsstelle Sozialpsychiatrischer Dienst</b>	<b>Zentrum für Kinder und Jugendliche e.V.</b> Vinzenz-von-Paul-Str. 14 · 84503 Altötting Telefon 08671 / 509 - 900 · Fax 08671 / 509 - 999
<b>Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie</b>	<a href="http://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/">www.kvb.de/service/arztverzeichnis/</a> zur Ärzt suche, Infotelefon 089/089 54546-40420 (Mo-Fr: 12.00-15.00 Uhr)
<b>Psychologische Psychotherapeuten</b>	Therapeutensuche unter <a href="http://www.bptk.de">www.bptk.de</a> Oder 0921 787765 40410
<b>„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (Online-Foren, regionale Hilfsangebote)</b>	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> Infotelefon 0800 - 3344533

<b>Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (Onlineberatung)</b>	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
<b>Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost</b>	<a href="http://www.schulberatung.bayern.de">www.schulberatung.bayern.de</a> 089 982955110