

## Gymnasium bei St. Stephan, Augsburg

### Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote z. B. bei Depressionen / Angststörungen

Kinder und Jugendliche sowie Eltern können sich bei Problemen an der Schule vertrauensvoll wenden an:

jede <b>Lehrerin / jeden Lehrer des Vertrauens</b>	z. B. Klassenleiterin / Klassenleiter
die <b>Verbindungslehrkräfte</b>	Bettina Schleusing, Gabriel Merz
die <b>Beratungslehrkraft</b>	Michael Eß
die <b>Schulpsychologin</b>	Karina Staffler

Internetseiten und Telefonnummern, v. a. für Jugendliche:

<b>„Nummer gegen Kummer“</b>	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	<b>116 111</b> <a href="http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html">www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html</a>
<b>„FIDEO“</b> (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	<a href="http://www.fideo.de">www.fideo.de</a>
<b>FRD</b> (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	<a href="http://www.frnd.de">www.frnd.de</a>
<b>Stiftung Deutsche Depressionshilfe</b>	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> Infotelefon <b>0800 / 33 44 533</b>
<b>Bundeskongress für Erziehungsberatung:</b>	bke-Onlineberatung	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
<b>NAKOS</b> (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>	<b>24 Stunden an 365 Tagen</b> auch Mail- und Chatberatung	<b>0800 / 11 10 111 oder 0800 / 11 10 222</b> <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>

**Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:**

<b>Elterntelefon der Nummer gegen Kummer</b>	<b>08000 / 110 550</b>
<b>Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben</b>	<b>0821 / 50 91 60</b>
<b>Erziehungsberatungsstelle:</b> - Caritas / Kath. Jugendfürsorge (KJF) - Diakonie / Evang. Beratungsstelle - St. Gregor Kinder- und Jugendhilfe	<b>0821 / 45 54 10-0</b> <b>0821 / 59 77 60</b> <b>0821 / 50 30 4-72</b>
<b>Bezirkskrankenhaus (BKH)</b> Augsburg Kaufbeuren Günzburg	<b>0821 / 48 03-0</b> <b>08341 / 72-0</b> <b>08221 / 960-0</b>
<b>Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie)</b> Augsburg Kempten Nördlingen	<b>0821 / 24 12-0</b> <b>0831 / 52 339-0</b> <b>09081 / 29 01 39-0</b>
<b>Hessing Förderzentrum für Kinder und Jugendliche</b>	<b>0821 / 90 92 50-0</b>
<b>Krisendienst Psychiatrie</b>	<b>0180 / 65 53 00-0</b>
<b>Ärztlicher Bereitschaftsdienst</b>	bundesweit: <b>116 117</b>
<b>Bundeskonzferenz 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 Bayern)	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 <b>0921 / 78 77 65-40 410</b>