

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 Lehrerin / jeden Lehrer des Vertrauens	z. B. Klassenleiterin / Klassenleiter
die Verbindungslehrkräfte	Ann-Kathrin Lippold, Gabriel Merz, Andreas Schulz
die Beratungslehrkraft	Michael Eß
die Schulpsychologin	Karina Staffler

Die zentrale Hilfsnummer seit 1. März 2021

Krisendienst für psychiatrische Notfälle (bayernweit und täglich rund um die Uhr, auch am Wochenende und an Feiertagen)	0800 / 655 30 00
--	------------------

Die Nummer führt zu psychiatrisch geschulten Kontaktpersonen und mobilen Einsatzteams aus der Region. Bei akuter Gefahr für suizidale und depressive Menschen sowie ihre Angehörigen kann im Notfall unmittelbare Hilfe vor Ort aktiviert werden.

Internetseiten und Telefonnummern, v. a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116 111 www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	www.fideo.de
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	www.frnd.de
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 / 33 44 533
Bundeskongress für Erziehungsberatung:	bke-Onlineberatung	www.bke-jugendberatung.de
NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen	www.nakos.de

U25 Freiburg	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	www.u25-freiburg.de www.u25.de
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 / 11 10 111 oder 0800 / 11 10 222 www.telefonseelsorge.de

Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000 / 110 550
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821 / 50 91 60
Erziehungsberatungsstelle: - Caritas / Kath. Jugendfürsorge (KJF) - Diakonie / Evang. Beratungsstelle - St. Gregor Kinder- und Jugendhilfe	0821 / 45 54 10-0 0821 / 59 77 60 0821 / 50 30 4-72
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren Günzburg	0821 / 48 03-0 08341 / 72-0 08221 / 960-0
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg Kempten Nördlingen	0821 / 24 12-0 0831 / 52 339-0 09081 / 29 01 39-0
Hessing Förderzentrum für Kinder und Jugendliche	0821 / 90 92 50-0
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116 117
Bundeskongress für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung Bayern)	Gelbe Seiten www.kvb.de
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921 / 78 77 65-40 410