

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 deines Vertrauens		
Schulleitung	Rosa Ritter	Rosa.Ritter@maria-ward-realschule-mindelheim.de
	Robert Böck	Robert.Boeck@maria-ward-realschule-mindelheim.de
	Sibylle Gerner	Sibylle.Gerner@maria-ward-realschule-mindelheim.de
Schulpsychologin	Barbara Audebert	Barbara.Audebert@maristenkolleg.de
Schulpastoral	Pfr. Tobias Wolf	Tobias.Wolf@maria-ward-realschule-mindelheim.de
Vertrauens- lehrerinnen	Barbara Fischer	Barbara.Fischer@maria-ward-realschule-mindelheim.de
	Birgit Schmid	Birgit.Schmid@maria-ward-realschule-mindelheim.de

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 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 0800 - 3344533
Bundeskongferenz 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
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder 0800 -1110222 www.telefonseelsorge.de

Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000 – 110550
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821 - 509160
KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Unterallgäu Fachstelle gegen sexuelle Gewalt	Steinstraße 20 87719 Mindelheim 08261 3132 eb.mindelheim@kjf-kjh.de kjf-kinder-jugendhilfe.de
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren	0821 -48030 08341 -720
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg Kempton	0821- 24120 0831 -523390
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)	Bismarckstr. 23 87700 Memmingen 08331 / 70-0
Krisendienst Psychiatrie	0180 - 6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117

Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	<u>www.bke-elternberatung.de</u>
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung)	Gelbe Seiten <u>www.kvb.de</u>
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter <u>www.bptk.de</u> (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765- 40410)