

## 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 an folgende Ansprechpartner und Ansprechpartnerinnen wenden:

- jede Lehrerin oder jeder Lehrer des persönlichen Vertrauens
- die Verbindungslehrkräfte: **Herr Griche/Frau Walk**
- die Beratungslehrkraft: **Frau Siedler**
- die Schulpsychologin: **Frau Kolesaric**

**Akute Hilfe außerhalb der Schule bekommst du bzw. bekommen Sie unter:**

- „Krisendienst Oberbayern“: **0180 6553000** (max. 60 Cent pro Anruf) 24 Std täglich erreichbar [www.krisendienst-psychiatrie.de](http://www.krisendienst-psychiatrie.de) (Soforthilfe in der Nähe, je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd auch mobil vor Ort)
- „Nummer gegen Kummer“: **116111** (anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung) [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)
- „Telefonseelsorge“: **0800 1110111** oder 0800 1110222 [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)
- **Rettungsdienst: 112**
- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst: Tel. (bundesweit): 116 117** [www.kvb.de](http://www.kvb.de) (Vermittlung von Hausbesuchen und Verzeichnis der Bereitschaftspraxen)

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

- **Im Landkreis:**
  - **Bezirkskrankenhaus: kbo-Isar-Amper Klinikum Taufkirchen, Tagesklinik Freising, Tel.: 08161 8625840**
  - **Sozialpädiatrisches Zentrum: Kinderklinik München-Schwabing, Tel. 089 3068-5800**  
**Dr. von Haunersches Kinderspital, Tel. 089 4400-55110**
  - **Sozialpsychiatrischer Dienst Freising, Tel.: 08161 53879-50**
  - **Erziehungsberatungsstelle: Caritas Freising, Tel.: 08161 53879-30**
- **Psychologische Psychotherapeuten** (Therapeutensuche unter [www.bptk.de](http://www.bptk.de) oder unter 0921 787765 40410)
- **Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-psychotherapie:** [www.kvb.de/service/arztverzeichnis/](http://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/) Infotelefon: 089 54546-40420 (Mo-Fr: 12.00-15.00 Uhr)
- **Online Beratungsangebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:** [www.bke-beratung.de](http://www.bke-beratung.de)
- **„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“:** [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de) (u.a. Infotelefon 0800 3344533, Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. Region)
- **Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost** [www.schulberatung.bayern.de](http://www.schulberatung.bayern.de)

Stand Dez-20