

## Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote in Notlagen (u.a. bei Depressionen/Angststörungen)

Schülerinnen und Schüler sowie Eltern können sich in der Schule vertrauensvoll wenden an:

die Beratungslehrkraft	Herr Warlimont
den Schulpsychologen	Herr Aschenbrenner
die Verbindungslehrkräfte	s. Aushang in der Aula
jede Lehrerin/jeden Lehrer des persönlichen Vertrauens	

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

Krisendienst Psychiatrie	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)	<b>0800 6553000</b> www.krisendienste.bayern
„Nummer gegen Kummer“	Anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	<b>116111</b> www.nummergegenkummer.de
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	<b>0800 1110111</b> www.telefonseelsorge.de
Rettungsdienst	24 Stunden täglich	<b>112</b>
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen	<b>116117</b> <a href="https://www.kvb.de">https://www.kvb.de</a>

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

Bezirkskrankenhaus	Klinikum Freising: Psychosomatik und Psychotherapie (08161 24-5553)
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)	Sozialpädiatrisches Zentrum in Landshut (0871 8521325)
Erziehungsberatungsstelle	Caritas Freising: Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche (08161 5387930)
Sozialpsychiatrische Dienste Freising	Caritas Freising 08161 53879-50
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie	<a href="http://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/zurArztesuche">www.kvb.de/service/arztverzeichnis/zurArztesuche</a>
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche unter <a href="http://www.bptk.de">www.bptk.de</a> Oder 0921 787765 40410
„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (u.a. Online-Foren)	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost	<a href="http://www.schulberatung.bayern.de">www.schulberatung.bayern.de</a> 089 5589989-60