

HILFE IN KRISEN UND NOTLAGEN



An den Schulen sind die regionalen Schulpsycholog*innen und Beratungslehrkräfte vor Ort erste Ansprechpartner*innen für Kinder und Jugendliche in seelischen Notlagen, die über Schulprobleme hinausgehen. Um eine frühe Diagnose und die entsprechende Therapie zu ermöglichen, übermitteln sie vor Ort wichtige und aktuelle Hinweise zu Beratungsstellen, Ärzt*innen, Therapierenden und Kliniken im jeweiligen Schulumfeld.

Generell gilt: Sobald in einer entsprechenden Situation **unmittelbare Selbst- oder Fremdgefährdung (insbesondere Suizidgefährdung) besteht**, sollte man nicht zögern und sofort eine der folgenden Nummern anrufen, die rund um die Uhr besetzt sind:

- Krisendienst für psychiatrische Notfälle (0800 - 6553000)
- Rettungsdienst (112)
- Polizei (110)

Weitere Notrufnummern in akuten Krisensituationen für Jugendliche und Eltern

Krisendienst für psychiatrische Notfälle	anonym, kostenfrei, 24 Stunden geschulte Menschen und mobile Einsatzteams, die innerhalb einer Stunde vor Ort sind	0800 - 6553000
„Nummer gegen Kummer“	anonym, kostenfrei Mo-Fr 15 – 19 Uhr auch Onlineberatung	0800 - 111 0 333 (Jugendliche) 0800 – 111 0 550 (Eltern) www.nummergegenkummer.de
Telefonseelsorge	anonym, kostenfrei, 24 Stunden auch Mail- und Chatberatung	0800 -111 0 111 oder 0800 -111 0 222 www.telefonseelsorge.de

Ansprechpartner*innen in Notlagen an der Schule

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens

die **Verbindungslehrkräfte:**

die **Beratungslehrerin:**

die **Schulpsychologin:**

die **Schulleitung:**

Eva Gruber; Martin Unglert

Karin Pfisterer

Nina Rösken

Dr. Angela Bogner, Alexander Wolf

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

„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 - 3344533
Bundeskongress für Erziehungsberatung	bke-Onlineberatung (anonym, kostenfrei, datensicher)	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

Ansprechpartner*innen, Kontakte und Hilfsangebote vor Ort und im Netz, besonders für Eltern

Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821 - 509160
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
<p><u>Erziehungsberatungsstellen:</u></p> <p>KJF (Katholische Jugendfürsorge) Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung KF-OAL</p> <p>Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen der Diözese Augsburg</p> <p>KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Unterallgäu Fachstelle gegen sexuelle Gewalt</p> <p>Familienbüro der St. Gregor Jugendhilfe</p> <p>Psychologische Beratungsstelle Erziehungs-, Jugend und Familienberatung der Kath. Jugendfürsorge für die Diözese Augsburg e.V</p>	<p>Buchloe, Bahnhofstraße 24, 08341 - 9024-0 Email: eb.kaufbeuren@kjf-kjh.de</p> <p>Marktoberdorf, Meichelbeckstr. 7 0831 - 23636</p> <p>Mindelheim, Steinstraße 20 08261 - 3132 Email: eb.mindelheim@kjf-kjh.de</p> <p>Schwabmünchen, Museumsstraße 14 08232 - 957729</p> <p>Schwabmünchen, Schranneplatz 3 08232- 950621 (Anmeldung 0821 - 455 410-0)</p>
Bezirkskrankenhäuser (BKH)	Augsburg: 0821 – 48030 Kaufbeuren: 08341 - 720
<p><u>Josefinum</u> (Kinder- und Jugendpsychiatrie) (auch bei akuter Suizidgefährdung z.B. aufgrund von Depressionen)</p> <p>kbo-Heckscher-Klinikum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik</p>	<p>Augsburg: 0821- 24120 Kempten: 0831 -523390</p> <p>Landsberg am Lech, Bgm.-Dr.-Hartmann-Straße 52 08191 – 333 - 2888</p>
Sozialpädiatrisches Zentrum der Kinderklinik (SPZ) (Beratung, Diagnose, Therapie, teils Gruppenangebote) bei seelischen Problemen	Memmingen Bismarckstr. 23 08331 – 70 - 2500 Fax: 08331 – 70 - 2335
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
Kinderärzt*innen und Fachärzt*innen für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung)	Gelbe Seiten oder www.kvb.de/service/patienten/psychotherapeutische-versorgung/
Psychologische Psychotherapie Onlinesuche	www.bptk.de
Koordinationsstelle Psychotherapie	0921/787765-40410 oder www.kvb.de/service/patienten/psychotherapeutische-versorgung/

Weitere Informationen und Angebote im Netz zu Angst und Depression

- **Hilfe bei Depressionen: moodgym – AOK Die Gesundheitskasse**
www.aok.de/pk/uni/inhalt/moodgym-online-selbsthilfe-bei-depressionen-2/
- **Neurologie- und Psychiatriepraxen im Netz**
www.neurologen-und-psihiater-im-netz.org/kinder-jugend-psihiatrie/erkrankungen/depression/was-ist-eine-depression/
- **Depression – Eltern im Netz**
www.elternimnetz.de/kinder/besondere-beduerfnisse/depression.php

Weitere Informationen und Angebote im Netz zu Essstörungen

Therapienetz Essstörung

Wir beraten Betroffene, Eltern, Geschwister und andere Angehörige oder Besorgte aus dem Umfeld von Betroffenen.

www.tness.de/

- **Therapienetz Essstörung**, Landsberg, Hinterer Anger 316
08191 – 9850226
Email: beratung@therapienetz-essstoerung.de
*Wir sind persönlich über Telefon, Online-Chat, Video-Chat, E-Mail für dich da.
Ruf bitte einfach kurz an, schreib uns eine E-Mail oder buche deinen Termin online
(kostenlos, Schweigepflicht)*
- **Beratungsstelle für Essstörungen** des Aktionskreises Ess- und Magersucht e.V. (München)
www.cinderella-beratung.de
- **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung**
www.bzga-essstoerungen.de