

Depressionen und Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

Kinder/Jugendliche und Eltern können sich in Notlagen vertrauensvoll wenden an:

- an alle Lehrkräfte des Vertrauens
- die **Verbindungslehrkräfte** der Schule: Matthias Werner und Katrin Benker
Tel.: 0961-5482 E-Mail: info@jfs-pirk.de
- die **Beratungslehrkraft** der Schule: **Kerstin Kiener**, Tel.: 0961-5482, E-Mail: k.kiener@jfs-pirl.de
- die zuständige **Schulpsychologin** der Schule: **Doris Troglauer**, Tel.: 0172-1374007, E-Mail: dtroglauer@schulamt.neustadt.de; <https://schulamt.neustadt.de/Sites/Schulberatung/Beratungslehrkraefte>

Hilfsangebote bieten auch:

- die **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz**: Tel.: 0941/22036
E-Mail: buero@sbopf.de
- die **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern**
Josef-Witt-Platz 1, 92637 Weiden i.d.OPf.
Tel.: 0961 391740-0, E-Mail: sekretariat@eb-weiden.de
- Kliniken in der Oberpfalz: **Kinder- und Jugendpsychiatrie am Bezirksklinikum (BKH)**
Sebastianstraße 27, 92637 Weiden
Tel.: 0961 391670, E-Mail: linik-kjp-wen@medbo.de
- **Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ): SPZ Weiden**
Söllnerstraße 16, 92637 Weiden
Tel.: 0961 303 3331, E-Mail: spz@kliniken-nordoberpfalz.de
- **ärztlicher Bereitschaftsdienst**: bundesweite Tel.: 116 117
- **niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie**
(Ärzt suche unter www.kvb.de)
- **Psychologische Psychotherapeuten**: (Therapeutensuche online unter www.kvb.de oder www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) bzw. telefonisch über die Koordinationstelle Psychotherapie unter Tel.: 0921/787765-40410)

Weitere hilfreiche Telefonnummern und Internetadressen:

- **Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer):** Tel.: **116 111**, www.nummergegenkummer.de (anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung),
- **Telefonseelsorge:** Tel.: 0800/1110111 oder Tel.: 0800/1110222
- **Kopfhoch.de-Beratungsstelle:** telefonisch und online (Beratung für junge Menschen aus der gesamten Oberpfalz); Tel.: 0800/5458668 (6-22 Uhr), www.kopfhoch.de (Onlineberatung: 24 h)
- **Bundeskongress für Erziehungsberatung:** bke-Onlineberatung www.bke.de (Elternberatung sowie Jugendberatung)
- **„FIDEO“ (Fighting depression online):** www.fideo.de (u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen)
- **„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“:** www.deutsche-depressionshilfe.de (u.a. Infotel.: 0800/3344533, Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)
- **Krisendienst Horizont:** Tel.: 0941/58181, www.krisendienst-horizont.de (Hilfe bei Suizidgefahr)
- **U 25 Freiburg:** www.u25-freiburg.de (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)