

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 wenden an:

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des persönlichen Vertrauens	
die Beratungslehrkraft	Simone Pollerspöck, simone.pollerspöck@gmx.de 08677 96870
der Schulpsychologe	Andreas Kluge, 08671 958001
die Jugendsozialarbeit an der Schule	Susanne Riemer 08677 915 272 107

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

Krisendienst Psychiatrie	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)	0180 6553000 (max. 60 Cent pro Anruf) www.krisendienst-psychiatrie.de
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	0800 1110111 www.telefonseelsorge.de
Rettungsdienst	24 Stunden täglich	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen	116117 https://www.kvb.de

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

Im Landkreis: Bezirkskrankenhaus und Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Erziehungsberatungsstelle Sozialpsychiatrischer Dienst	Zentrum für Kinder und Jugendliche e.V. Altötting (08671 / 509 900) Erziehungsberatungsstelle Altötting 08671 / 6585
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie	www.kvb.de/service/arztverzeichnis/ zur Ärzt suche, Infotelefon 089/089 54546-40420 (Mo-Fr: 12.00-15.00 Uhr)
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche unter www.bptk.de Oder 0921 787765 40410
„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (Online-Foren, regionale Hilfsangebote)	www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	www.bke-jugendberatung.de
Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost	www.schulberatung.bayern.de 089 982955110