

Depressionen und Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

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

- jede **Lehrerin/jeden Lehrer des Vertrauens**
- die **Verbindungslehrkraft**
Martin Schaller (Grund- und Mittelschule Floß, Schulstraße 14, 92685 Floß, Tel. 09603/91201)
- die **Beratungslehrkraft** der Schule
Karin Fenzl (Pestalozzi-Mittelschule, Pestalozzistraße 1, 92637 Weiden, Tel. 0961/633535)
- den zuständigen **Schulpsychologen**
Dieter Bauer (Schulamt Neustadt/WN, Felixallee 9, 92660 Neustadt, Tel. 09602/798810)
<https://schulamt.neustadt.de/Sites/Schulberatung/Beratungslehrkraefte>)

Hilfsangebote bieten auch:

- die **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz:**
Tel.: 0941/22036 bzw. buero@sbopf.de
- die **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern**
Josef-Witt-Platz 1, 92637 Weiden i.d.OPf.
Telefon: 0961 391740-0 bzw. sekretariat@eb-weiden.de
- Kliniken in der Oberpfalz:
Kinder- und Jugendpsychiatrie am Bezirksklinikum (BKH) Weiden
Sebastianstraße 27, 92637 Weiden
Telefon: 0961 391670 bzw. linik-kjp-wen@medbo.de
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ): SPZ Weiden
Söllnerstraße 16, 92637 Weiden
Telefon: 0961 303 3331 bzw. spz@kliniken-nordoberpfalz.de
- **ärztlicher Bereitschaftsdienst:** bundesweite Tel.: 116117
- **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 Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410)

Weitere hilfreiche Telefonnummern und Internetadressen:

- **Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer): 116111** bzw. www.nummergegenkummer.de
(anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung),
- **Telefonseelsorge:** 0800/1110111 oder 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. Infotelefon 0800/3344533, Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)
- **Krisendienst Horizont:** Tel.: 90941/58181, www.krisendienst-horizont.de (Hilfe bei Suizidgefahr)
- **U 25 Freiburg:** www.u25-freiburg.de (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)