

Ansprechpartner und Adressen bei Depressionen und Angststörungen

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

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens	Sprechzeiten können telefonisch erfragt werden; für Kinder und Jugendliche: in der Pause oder in Zwischenstunden die Lehrkräfte einfach ansprechen und um ein Gespräch bitten
die Beratungslehrkraft der Schule	08541 / 967 90 Fr. Heidemarie Kapfhammer (SFZ Vilshofen)
die örtliche Schulpsychologin/ den örtlichen Schulpsychologen:	08721 / 96 57 29 Frau Antonia Elter, BerRin
die Jugendsozialarbeiter an der Betty-Greif-Schule: Frau Iris Herrndobler (Pfarrkirchen)	08561 / 989 60 616
Frau Elisabeth Held (Simbach a. Inn)	0173 / 17 38 441

Internetseiten und Telefonnummern:

„Nummer gegen Kummer“	116111 anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung
„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 Regio
„NAKOS“ (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen
U25 Freiburg	www.u25-freiburg.de anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken
Telefonseelsorge	0800 / 1110111 oder 0800 / 1110222

Besonders für Eltern:

Staatliche Schulberatungsstelle Niederbayern	0871 / 43 03 10 Seligenthaler Straße 36 84034 Landshut
Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Rottal-Inn	08721 / 125 330 in Eggenfelden; Außenstellen in Pfarrkirchen und Simbach am Inn https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/
Bezirkskrankenhaus (BKH): Landshut, Passau, Deggendorf	0871 / 600 87 334 (KJP Landshut) 0851 / 988490 (KJP Passau)
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ): Landshut, Passau, Deggendorf	08671 / 509 900 (SPZ Altötting) 0851 / 72050 (Kinderklinik Dritter Orden Passau)
ameos Klinik Simbach am Inn Jakob-Weindler-Str. 1 84359 Simbach a. Inn (akutpsychosomatisches Therapieangebot)	08571 / 985-0
Krisendienst Psychiatrie	0180 / 65 53 000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit 116117
Bundeskongress für Erziehungsberatung:	bke-Onlineberatung
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie	
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921 / 787765-40410