**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 **Verbindungslehrkräfte** | Frau Hermann, [m.hermann@emmi-böck-schule.de](mailto:m.hermann@emmi-böck-schule.de) |
| die **Beratungslehrkraft** | Herr Bauer, [bauer@emmi-böck-schule.de](mailto:bauer@emmi-böck-schule.de) |
| die **Schulpsychologin** | Frau Franke, 0841/30542956, [schulpsych.in.franke@gmx.de](mailto:schulpsych.in.franke@gmx.de) |
| die **Jugendsozialarbeit** an der Schule | Frau Pfäffl, 0841/30540950,  [anna-maria.pfaeffl@caritas-ingolstadt.de](mailto:anna-maria.pfaeffl@caritas-ingolstadt.de) |

**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](http://www.krisendienst-psychiatrie.de) |
| **„Nummer gegen Kummer“** | anonym und kostenfrei  auch Onlineberatung | **116111**  [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html) |
| **„Telefonseelsorge“** | 24 Stunden täglichkostenfrei,auch Mail- und Chatberatung | **0800 1110111**  [www.telefonseelsorge.de](http://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** | Tagesklinisches Zentrum der Heckscher Klinik  Münchener Straße 135  85051 Ingolstadt  0841 885551-0  [info.hek-ing@kbo.de](mailto:info.hek-ing@kbo.de) |
| **Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie** | [www.kvb.de/service/arztverzeichnis/](https://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/) zur Ärztesuche |
| **Psychologische Psychotherapeuten** | Therapeutensuche unter[www.bptk.de](http://www.bptk.de/)  Oder 0921 787765 40410 |
| **„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“** (u.a. Online-Foren) | [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de/)  Infotelefon 0800 - 3344533 |  |
| **Bundeskonferenz für Erziehungsberatung** (Onlineberatung) | [www.bke-jugendberatung.de](http://www.bke-jugendberatung.de/) |  |
| **Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost** | [www.schulberatung.bayern.de](http://www.schulberatung.bayern.de)  089 982955110 |