

Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz

Weinweg 2 • 93049 Regensburg

Tel. 0941-22036 • Fax 0941-22037

www.schulberatung.bayern.de/schulberatung/oberpfalz

buero@sbopf.de



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 **Verbindungslehrkräfte**: *Frau Schaller, Tel.: 09973/655*
- die **Beratungslehrkraft** der Schule: *Frau Engl-Mühlbauer, Tel.: 09971/1821, schulberatung.engl.s@gmx.de*
- die zuständige **Schulpsychologin**: *Frau Christine Tauer, 09971/ 843551*
- die **Jugendsozialarbeiterin** an der Schule: *Frau Marion Kuck, Tel.: 09973 80553525*
- **medbo Kinder- u. Jugendpsychiatrie Cham**, Tagesklinik, Institutsambulanz: Tel.: 09971/76655-0, zentrum-psy-cha@medbo.de, www.medbo.de

Hilfsangebote bieten auch:

- Verzeichnis der **medizinischen Einrichtungen** im Landkreis Cham: <https://www.landkreis-cham.de/service-beratung/gesundheits/>
- die **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz**: Tel.: 0941/22036 bzw. buero@sbopf.de
- die **Erziehungsberatungsstelle** in der jeweiligen Region (Amberg, Cham, Neumarkt i.d. Opf., Regensburg, Schwandorf, Tirschenreuth, Weiden)
- Kliniken in der Oberpfalz:
Kinder- und Jugendpsychiatrie am Bezirksklinikum (BKH): Amberg, Cham, Regensburg, Weiden)
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ): Kinderzentrum St. Martin, Regensburg, SPZ Weiden
- **ärztlicher Bereitschaftsdienst**: bundesweite Tel.: 116117
- **niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie** (Ärztetesuche 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)

Mittelschule Furth im Wald

Aloys-Fischer-Platz 2
93437 Furth im Wald

Tel.: 09973-655

Fax: 09973-802989

E-Mail: sekretariat@mittelschule-furth.de



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. Infoline 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)