

Übersicht über innerschulische & außerschulische Hilfsangebote in Notlagen (u. a. bei Depressionen, Angststörungen, Mobbing im Internet, Gewalt- und Sexualdelikten)

Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern können sich in der Schule vertrauensvoll wenden an:

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des persönlichen Vertrauens	
die Verbindungslehrkräfte	Frau Baumgartner, Frau Haneberg
die Schulpsycholog*innen	Frau Ahn, Herr Zwirgmaier
die Beratungslehrkraft	Frau Kastner
die Jugendsozialarbeiterinnen	Frau Fanger, Frau Klein

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)	0800 - 655 3000 (kostenfrei) www.krisendienst-psychiatrie.de
Hilfe bei Sorgen und Problemen per Internet	Beratung, Gruppenchat oder Online-Forum – für Kinder und Jugendliche bis 19 Jahren	www.jugendnotmail.de
s.o.	Einzelberatung, Gruppenchat oder Online-Forum – für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 14 und 21 Jahren	www.bke-jugendberatung.de
s.o.	Informationsangebot für Jugendliche, Angehörige und Pädagogen zum Thema Depression bei jungen Menschen	www.fideo.de
s.o.	Mailberatung für junge Menschen in Suizidgefahr	www.u25-deutschland.de
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116 111 www.nummergegenkummer.de
„Die Arche“	Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen	089 – 334 041 www.die-arche.de/
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	0800 - 111 0 111 www.telefonseelsorge.de
Rettungsdienst	24 Stunden täglich	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen	116 117 www.kvb.de

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

Eltern, Kinder- und Jugendlichenberatung der Caritas (Erziehungsberatungsstelle)	Mühdorf 08631 – 3763-0 Haag 08072 - 8838 Waldkraiburg 08638 – 941 800 oder - 84115
Amt für Jugend und Familie	Mühdorf 08631 – 699 770
Sozialpsychiatrischer Dienst	Mühdorf 08631 – 2600 Termine für die Außenstelle Waldkraiburg auch über Mühdorf
Heckscher-Ambulanz Waldkraiburg	Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie 08638 - 98410
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)	Altötting 08671 – 509 900
Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost	www.schulberatung.bayern.de 089 9829 55110
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-	www.kvb.de/service/arztverzeichnis/ zur Ärzt suche
Psychtherapeuten	Therapeutesuche unter www.bptk.de oder 0921 787765 40410
„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (u.a. Online-Foren)	www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 – 3344 533
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	www.bke-jugendberatung.de
Beratungsstelle für missbrauchte Frauen	Waldkraiburg 08638 – 83 797 Frauen helfen Frauen e.V. www.wildwasser.de
Frauenhaus Dorfen	08081 – 1738
Weißer Ring	Opfernotruf (Tag & Nacht) 01803 – 34 34 34 Örtl.: 08073 – 914 75 81
Mobbing-Beratung für Kinder und Jugendliche am Jugendinformationszentrum München	089 – 5505 2150 www.mobbing.jiz-m.de
Informationen zu Mobbing im Internet / Cybermobbing durch das Bundesfamilienministerium	www.bmfsfj.de/cybermobbing 0800 – 111 0 333 für Kinder und Jugendliche 0800 – 111 0 550 für Eltern
Therapiezentrum Essstörung	089 – 720 136 78 0 beratung@tness.de u.a. in München, Erding, Rosenheim

Download der folgenden Broschüren über www.verwaltung.bayern.de

- Broschüre des Staatsministeriums für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen: **Handeln statt Schweigen – Information und Hilfe bei sexueller Gewalt gegen Kinder und Jugendliche**
- Broschüre des Staatsministeriums des Innern, Landeskriminalamt: **Gewalt – ein Thema für die Schule?! Informationen für Schülerinnen und Schüler über Jugendkriminalität – junge Menschen als Opfer oder Täter von Gewaltdelikten**