

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 Beratungslehrkraft	Margit Reil
der/die Schulpsychologe/in	Elisabeth Huber

Akute Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern:

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
„ Nummer gegen Kummer “	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de
„ Telefonseelsorge “	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	0800 1110111 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	Zentrum für Kinder und Jugendliche e.V. Altötting (08671 / 509 900) Erziehungsberatungsstelle Altötting 08671 / 6585
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/- Psychotherapie	zur Ärztesuche www.kvb.de/service/arztverzeichnis/
Psychologische Psychotherapeuten	https://www.bptk.de/patientinnen/einfuehrung/ Therapeutensuche unter https://www.ptk-bayern.de
„ Stiftung Deutsche Depressionshilfe “ (u.a. Online-Foren)	www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskongress für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	www.bke-jugendberatung.de
Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost	www.schulberatung.bayern.de 089 982955110