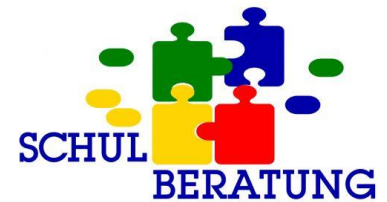




Johann-Riederer-Schule
Staatliche Realschule Hauzenberg



Depressionen/ Angststörungen

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

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

- jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens
- die Verbindungslehrkräfte StRin (RS) B. Bürgermeister und StR (RS) B. Maier
- die Beratungslehrkraft der Schule SemR J. Wagner

Internetseiten und Telefonnummern:

- Schulpsychologin StRin (RS) E. Müller: elisabeth.mueller@realschule-tittling.de,
Tel.: 0 85 04 - 955 055 15 (Di 09:00 – 11:10 Uhr, Mi 09:00 – 11:10 Uhr, Fr 09:00 – 09.40 Uhr)
- „Nummer gegen Kummer“: 116 111 (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 i.d. jeweiligen Region)
- „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:

- die Staatliche Schulberatungsstelle Niederbayern
- die nächste Erziehungsberatungsstelle (Passau oder Freyung)
- Kliniken in Niederbayern: Bezirkskrankenhaus (BKH): Landshut, Passau, Deggendorf
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ): Landshut, Passau, Deggendorf
- Krisendienst Psychiatrie: 01 80 - 6 55 30 00
- Ärztlicher Bereitschaftsdienst: bundesweite Tel.: 116 117
- Bundeskonferenz 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 09 21/787765-40410)

- Schulleitung -