

Innerschulische und außerschulische Hilfsangebote bei

Depressionen und Angststörungen

Kinder, Jugendliche und Eltern der Grundschule Burgweinting können sich in Notlagen vertrauensvoll wenden an:

➤ **jede Lehrerin / jeden Lehrer des Vertrauens**

➤ **die Beratungslehrkraft der Schule :**

Ingrid Brandmüller, Lin :

Tel: 0941 / 507-1947

E-Mail: ingrid.bm@t-online.de

➤ **die zuständige Schulpsychologin:**

Christine Frey, BRin

Telefonsprechzeit: Montag, 09:00 Uhr - 10:00

Tel: 0941 / 4009-782

E-Mail: Christine.frey@Landratsamt-Regensburg.de

➤ **die Jugendsozialarbeiterinnen**

- *Frau Christina Wallisch, M.A., Dipl. Soz.Päd (FH)*

Telefon: 0941/507-1782 Fax: 0941/507-2936

Mail: wallisch.christina@regensburg.de

- *Frau Christine Watzl, Dipl. Soz.Päd (FH)*

Telefon: 0941/507-7512 Fax: 0941/507-2936

Mail: watzl.christine@regensburg.de

➤ **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz**

Tel.: 0941/22036, buero@sbopf.de

Hilfsangebote bieten auch:

- **Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der Kath. Jugendfürsorge**
Tel. (0941) 7 99 82-0, Email: info@eb-regensburg.de,
www.beratungsstelle-regensburg.de
- **Jugend- und familientherapeutische Beratungsstelle der Stadt Regensburg**
Tel. (0941) 507-27 62, E-Mail: erziehungsberatung@regensburg.de,
www.regensburg.de/leben/familien/rat-und-hilfe/beratungsangebote/jugend-und-familientherapeutische-beratungsstelle-der-stadt-regensburg
- **Psychologische Beratungsstelle der Diakonie Regensburg**
Tel. (0941) 2 97 71-11, E-Mail: erziehungsberatung@dw-regensburg.de
www.diakonie-regensburg.de/beratungen-hilfe/soziale-dienste-und-beratungen/psychologische-beratungsstelle
- **Kinder- und Jugendpsychiatrie am Bezirksklinikum**
Tel.: 0941 / 9410, Email:
www.medbo.de/kliniken-heime/kinder-jugendpsychiatrie/regensburg
- **Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie**
(Ärztensuche unter www.kvb.de)
- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst:** bundesweite Tel.: 116117
- **Regensburger Kinderzentrum St. Martin**
Sozialpädiatrisches Zentrum, Kinder- u. entwicklungsneurolog. Ambulanz
Tel.: 0941 / 46502 – 0, Email: info@kinderzentrum-regensburg.de
www.kinderzentrum-regensburg.de
- **Psychologische Psychotherapeuten**
Therapeutensuche online: www.kvb.de oder www.bptk.de
Therapeutensuche telefonisch: 0921/787765-40410

Hilfreiche Telefonnummern und Internetadressen:

- **Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer)**
116111 www.nummergegenkummer.de (anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung)
 - **Telefonseelsorge**
0800/1110111 oder 0800/1110222
 - **Kopfhoch.de**
Beratung für junge Menschen aus der gesamten Oberpfalz
Tel.: 0800/5458668 (6-22 Uhr), www.kopfhoch.de (Onlineberatung: 24 h)
 - **bke-Onlineberatung**
www.bke.de (Elternberatung sowie Jugendberatung)
 - **FIDEO (Fighting depression online)**
www.fideo.de (Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen)
 - **Stiftung Deutsche Depressionshilfe**
www.deutsche-depressionshilfe.de (Infotelefon 0800/3344533, Online-Foren, reg. Angebote)
 - **Krisendienst Horizont**
Tel.: 0941/58181, www.krisendienst-horizont.de (Hilfe bei Suizidgefahr)
- U 25 Freiburg**
www.u25-freiburg.de (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)

(Für die Unterstützung bei der Datenzusammenstellung danken wir Christine Frey, BRin und der Staatl. Schulberatungsstelle Regensburg)