



Ansprechpartner bei Depressionen und Angststörungen

Innerschulische Hilfsangebote:

Kinder, Jugendliche und Eltern können sich in Notlagen an jede Lehrerin/jeden Lehrer des Vertrauens oder an die psychologische Beraterin (Schulleiterin Anneliese Schmuderer) wenden. Die Gespräche sind vertraulich.

Hilfsangebote bieten auch:

Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz: 0941/22036 bzw. buero(at)sbopf.de

Erziehungsberatungsstelle in Cham: 09971/79974

Psychologische Psychotherapeuten: Therapeutensuche online unter www.kvb.de oder www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) bzw. telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410.

Weitere Kontaktadressen und Ansprechpartner:

Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz, Weinweg 2, 93049 Regensburg, Tel. 0941/22036, Fax 0941/22037, Email: buero@sbopf.de.

Kinder und Jugendpsychiatrie Cham (Tagesklinik, Institusambulanz), August-Holz-Str. 1, 93413 Cham, Tel. 09971/76655-9500 (Zentrale, Anmeldung), Fax 09971/76655-9501, Email: Klinik-kjp-cha@medbo.de.

Medbo Cham, Zentrum für Psychiatrie Cham, August-Holz-Str. 1, 93413 Cham, Tel 09971/76655-0 (Erwachsenenpsychiatrie), Tel. 09971/76655-9600 (Leitstelle).

Gemeinschaftspraxis für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie, Dr. Matthias Dobmeier und Stefan Wagner Gbr, Steinmarkt 7, 93413 Cham, Tel. 09971/1405, Email: matthias.dobmeier@t-online.de, neurologie-psychiatrie-regensburg-cham.de.

Schulpsychologischer Dienst für den Landkreis Regen an der St. Gotthard Schule Kirchberg, Fr. Barbara Hartmann, Laiflitzerweg 1, 94259 Kirchberg, Tel. 09972/950377.

BKH Deggendorf - Außenstelle Zwiesel, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Institutsambulanz, Arberlandstr. 5, 94427 Zwiesel, Tel. 09922/502600.

Bundeskonferenz 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 Depression)

"Stiftung Deutsche Depressionshilfe": www.deutsche-depressionshilfe.de (u.a. Infotelefon 0800/3344533, Online Foren, Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)

Krisendienst Horizont: Tel.: 09041/58181, www.krisendienst-horizont.de (Hilfe bei Suizidgefahr)

U25 Freiburg: www.u25-freiburg.de (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)