



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	0821-3102-5301 0821-3102-5305
die Beratungslehrkräfte Frau Wiedmeier Frau Stussig	0821-3102-5301 0821-3102-5305
die Verbindungslehrkräfte Frau Reiner Frau Zach Herr Adamietz	0821-3102-5301 0821-3102-5305
die Schulpsychologin Frau Tischner	Realschule Zusmarshausen Stadionstraße 4, 86441 Zusmarshausen maria.tischner@rszusmarshausen.de Tel. 0821-3102 5795
die Jugendsozialarbeiter Frau Mayer Herr Kormann	0821-3102-5435 0821-3102-5436

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	www.fideo.de
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	www.frnd.de
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten in der Region	www.deutsche-depressionshilfe.de 0800-3344533
Bundeskongress für Erziehungsberatung:	bke-Onlineberatung	www.bke-jugendberatung.de



NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen	www.nakos.de
U25 Freiburg	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	www.u25-freiburg.de www.u25.de
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800-1110111 0800-1110222 www.telefonseelsorge.de

Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:

Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821-509160
Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000-110550
Erziehungsberatungsstelle: Familienzentrum Meitingen St. Gregor Jugendhilfe Augsburg Caritas Augsburg Diakonie Augsburg Psychologische Beratungsstelle der Katholischen Jugendfürsorge Psychologische Beratungsstelle der Diözese Augsburg Außenstelle Gersthofen	08271- 813777 0176/99278451 0821-570480 0821-31560 (Sucht, Autismus, Migration) 0821-450190 0821-4554100 0821-33333 0821-49708990
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg	0821-48030
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg	0821-24120



Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Hessing Förderzentrum für Kinder und Jugendliche	0821-9092500
Krisendienst Psychiatrie	0800-6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung)	Gelbe Seiten www.kvb.de
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921 88099-40410)

Bei chronischen Schmerzen:

Universitäts-Kinderklinik Augsburg Bayerisches Kinderschmerzszentrum Steglinstraße 2 86156 Augsburg	0821-4009324 E-Mail: kinderschmerzszentrum@uk-augsburg.de https://www.uk-augsburg.de/zentren/bayerisches-kinderschmerzszentrum/ueberblick
--	---