

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 Lehrkraft des persönlichen Vertrauens	
die Beratungslehrkraft	Frau Simone Pollerspöck
der Schulpsychologe	Frau Magdalena Frank

Akute Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche ab 14 Jahren:

Krisendienst Psychiatrie	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)	Tel. 0180 6553000 (max. 60 Cent pro Anruf) www.krisendienst-psychiatrie.de
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	Tel. 116111 www.nummergegenkummer.de
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	Tel. 0800 1110111 www.telefonseelsorge.de

Rettungsdienst	24 Stunden täglich	Tel. 112
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung e. V.	Austausch mit Jugendlichen oder erfahrenen Beratern täglich 8-22 Uhr	jugend.bke-beratung.de
Hilfetelefon	Hilfe bei sexuellem Kindesmissbrauch Mo, Mi, F. 9-14 Uhr Di und Do 15-17 Uhr	Tel. 0800 22 55 530 hilfetelefon.de
Save me online	kostenlose und anonyme Beratung per Mail	beratung@save-me-online.de
Hilfeportal	Überblick zu Hilfsangeboten bei sexuellem Missbrauch	hilfeportal-missbrauch.de
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen	Tel. 116117 https://www.kvb.de