

Ansprechpartner und Beratungseinrichtungen bei Krisen und Notfällen

Über Depression an Schulen aufklären

Die Aufklärung über psychische Erkrankungen, insbesondere auch über Depression und Angststörungen, ist eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe, zu der auch die Schulen einen wichtigen Beitrag leisten. Gesundheitsförderung und auch die Themen, wie psychische Gesundheit und Umgang mit Stress, spielen nicht nur in der Erwachsenenwelt eine große Rolle.

An den Schulen sind die regionalen Schulpsychologinnen, Schulpsychologen und Beratungslehrkräfte vor Ort erste Ansprechpartner für Kinder und Jugendliche zu seelischen Notlagen, die über Schulprobleme hinausgehen.

Um eine frühe Diagnose und die entsprechende Therapie zu ermöglichen, übermitteln sie vor Ort wichtige und aktuelle **Hinweise zu Beratungsstellen, Ärzten, Therapeuten und Kliniken im jeweiligen Schulumfeld.**

Ansprechpartner am Christoph-Probst-Gymnasium Gilching

- Jede Lehrkraft des Vertrauens
- Vertrauenslehrer: Fr. Neugebauer und Hr. Prock
- Stufenbetreuer*innen:
 - Unterstufenbetreuerin: Fr. Seegmüller
 - Mittelstufenbetreuerin: Fr. Hoeschen
 - Oberstufenbetreuer: Hr. Doeffinger, Hr. Zimmermann
- Schulpsychologen: Fr. Wiethel (schulpsychologie@cpg-gilching.de)
Hr. Castan (dcastan@cpg-gilching.de)
- Beratungslehrerin: Fr. Zeitter (schulberatung@cpg-gilching.de)
- Schulleitung: Fr. Mayr (sekretariat@cpg-gilching.de)

Ansprechpartner im Landkreis Starnberg

- **Kinder-, Jugend- und Familienberatungsstelle des Landkreises Starnberg (Hauptstelle Starnberg)**
Moosstraße 5
82319 Starnberg
Telefon: 08151/148-388
Telefax: 08151/148-533
E-Mail: erziehungsberatung@LRA-starnberg.de
- **Kinder-, Jugend- und Familienberatungsstelle des Landkreises Starnberg (Außenstelle Gilching)**
Rudolf-Diesel-Straße 5
82205 Gilching
Telefon: 08105/8998
Telefax: 08151/148-11860
E-Mail: erziehungsberatung@LRA-starnberg.de

Externe Schulberatung

- **Staatliche Schulberatungsstelle für Oberbayern West**
Infanteriestraße 7
80797 München
Telefon: 089/ 55 89 924 - 10 oder 11
Telefax.: 089 / 55 89 924 - 19
E-Mail: info@sbwest.de

Online-Beratung für Jugendliche

- **Bke – Online-Beratung für Jugendliche** (Beratungsangebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung)
www.bke-Jugendberatung.de (anonym, kostenfrei, datensicher)
- **Kids-hotline**
www.kids-hotline.de

Ansprechpartner bei psychischen Krisen und Notfällen

1. Kontakte in Krisenfällen

NOTRUFNUMMERN

- **Notarzt** unter der Telefonnummer 112
- **Giftnotruf:** 089/19240
- **Drogennotdienst:** 089/54908630
- **Sucht-Hotline:** 01805/313031
- **Krisendienst Psychiatrie:** 0180/6553000
- **Polizeiinspektion Germering**
Waldstraße 32
82110 Germering
Telefon: 089/894157-0
Telefax: 089/894157-109

BERATUNGSSTELLEN

- **Behandelnder Arzt**
- **Psychiatrische Kliniken in der Umgebung**
- **DIE ARCHE** (Suizidprävention und Lebenshilfe e. V.)
Telefon: 089/334041 (Gesprächstermin am gleichen Tag, Anschrift s.u.)
www.die-arche.de
- **Münchener Insel - Krisen und Lebensberatung**
Marienplatz Untergeschoss
80331 München
Telefon: 089/220041
Kinder- und Jugendtelefon: 0800 111 0 333
www.muenchner-insel.de

2. Klinik (bei akuter Suizidgefährdung z.B. aufgrund von Depressionen)

- **Kbo – Heckscher-Klinikum gemeinnützige GmbH**
(Kliniken des Bezirks Oberbayern - Kommunalunternehmen - Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik, Psychotherapie)
Deisenhofener Straße 28
81539 München
Telefon: 089/9999-0
E-Mail: info.heck-mdh@kbo.de
In dringenden Notfällen telefonisch montags bis freitags von 9.00 bis 12.00 Uhr:
 - Psychiatrische Ambulanz
Telefon: 089/4400-53307
 - Privatambulanz
Telefon: 089/4400-55545
 - Außerhalb dieser Zeiten kann in dringenden Fällen der diensthabende Arzt über den Pförtner der Klinik erreicht werden
Telefon: 089/4400-55511 oder -55512(Weitere Zweigstellen der Heckscher Klinik befinden sich in der Rottmannshöhe, in Ingolstadt, Wolfratshausen und in Landsberg am Lech)

3. Fachkräfte vor Ort (für Betroffene und Angehörige)

(Der Hinweis auf Kinderärzte, Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychologische Psychotherapeuten kann nur allgemein erfolgen, um nicht in den freien Wettbewerb der Anbieter einzugreifen.)

- **Kinderärzte, Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychotherapie**
<https://dienste.kvb.de/arzt suche/app/einfacheSuche.htm>
- **Psychologische Psychotherapeuten**
 - Psychotherapeutensuche der Bayerischen Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (PTK):
https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/id/pa_psychotherapeuten-suche.html
 - Psychotherapeutensuche der Bundes Psychotherapeuten Kammer (BPTK):
<https://www.bptk.de/service/therapeutensuche/>
 - Koordinationsstelle Psychotherapie der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns (KVB):
<https://www.kvb.de/service/patienten/koordinationsstelle-psychotherapie/>
 - Psychotherapiesuche des Psychotherapie-Informationsdienstes der Deutschen Psychologen Akademie: <https://www.psychotherapiesuche.de/pid/search>

4. Beratung und Information (für Betroffene und Angehörige)

- **bke-Jugendberatung** (Online-Angebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e. V.)
Jugend- und Elternberatung, anonym, kostenfrei und datensicher
www.bke-beratung.de
- **Telefonseelsorge, bundeseinheitliche Nummer**
Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr
Telefon: 0800/111 0 111 oder 0800 – 111 0 222
www.telefonseelsorge.de
- **Nummer gegen Kummer („Teens on phone“ – Jugendliche beraten Gleichaltrige)**
Telefon: 166111 (Montag bis Samstag 14 bis 20 Uhr)
www.nummergegenkummer.de
www.teensonphone.de

- **Die Arche (Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.)**
 Saarstraße 5
 80797 München
 Telefon: 089/334041
 E-Mail: info@die-arche.de
www.die-arche.de
- **Infotelefon Depression der Stiftung Dt. Depressionshilfe**
 Telefon: 0800/33 44 533
<https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/wo-finde-ich-hilfe/info-telefon>
- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Krankenkassen**
 Telefon: 116117
<https://www.116117.de/de/index.php>
- **Krisendienst Psychiatrie – Wir sind für Sie da (nur für Bürgerinnen und Bürger Oberbayerns)**
 Telefon: 0180 / 655 3000
www.krisendienst-psychiatrie.de
- **Weitere Notfallnummern**
<http://www.depressionen-depression.net/notfaelle/notfallnummern.htm>
- **Selbsthilfe bei Depressionen - Deutsche Depressionsliga e.V.**
 Beratung und Information
<https://www.depressionsliga.de/unser-angebot/hilfe-und-informationen-finden.html>
- **Münchner Bündnis gegen Depression e.V.**
 Luisenstr. 43
 80333 München
 Telefon: 089/54045120
 E-Mail: info@muenchen-depression.de
<https://www.muenchen-depression.de/>
- **Fideo (Online-Informationsangebot zum Thema „Depression, für Kinder und Jugendliche)**
www.fideo.de
- **Hilfe bei Depression: moodgym | AOK – Die Gesundheitskasse**
<https://www.aok.de/pk/bayern/inhalt/moodgym-online-selbsthilfe-bei-depressionen-4/>
- **Hilfe bei Depressionen | Kostenfreie Telefon-Beratung**
<https://www.patientenberatung.de/de/gesundheit/gesundheitsinformation/depression>
- **Depression kann jeden treffen**
<https://ifightdepression.com/de/>
- **Neurologen und Psychiater im Netz**
<https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/kinder-jugend-psychiatrie/erkrankungen/depression/was-ist-eine-depression/>
- **Depression – Eltern im Netz**
<https://www.elternimnetz.de/kinder/besondere-beduerfnisse/depression.php>

5. Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige

- **Geschäftsstelle Deutsche Angst-Hilfe e.V.**
Bayerstr. 77a, Rückgebäude
80335 München
Telefon: 089/515553 -15 (AB)
Allgemeine Fragen:
E-Mail: dash@angstselbsthilfe.de
<https://www.angstselbsthilfe.de/>
- **SHZ Selbsthilfezentrum München** (Beratungs- und Vermittlungsstelle)
Telefon: 089/532956 -11
E-Mail: info@shz-muenchen.de
<https://www.shz-muenchen.de/>
- **Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker, ihrer Freunde und Förderer München e. V.**
Landsberger Str. 135
80339 München
Telefon: 089/5024673
E-Mail: info@apk-muenchen.de
<https://www.apk-muenchen.de/kontakt.html>
- **Junge Selbsthilfegruppen**
<http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/>

Weitere außerschulische Ansprechpartner und Hilfsangebote

Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen

- **IMMA e.V.**
Jahnstrasse 38
80469 München
Telefon: 089/260 75 31
Telefax: 089/269 491 34
E-Mail: beratungsstelle@imma.de
www.onlineberatung.imma.de

Essstörungen

- **ANAD (e.V. Versorgungszentrum Essstörungen)**
Poccistr. 5
80336 München
Telefon: 089/219973-99 (Telefonberatung für Jugendliche und Erwachsene)
E-Mail: kontakt@anad.de
www.anad.de

Sucht

- **Condrobs e.V. Beratungsstelle Starnberg**
Telefon: 08151-959630
Telefonische Beratung : 0800 3410100 (Beratung für Betroffene und Angehörige)
www.condrobs.de
<https://www.condrobs.de/kontakt-hilfe>

- **Sucht-Hotline München**

Telefon: 089/28 28 22 (24-Stunden-Beratung)

E-Mail: kontakt@suchthotline.de

www.suchthotline.info