

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote bei Depressionen und Angststörungen

- **Krisendienste Bayern** – telefonische Notfallberatung rund um die Uhr:
<https://www.krisendienste.bayern/wp-content/uploads/2021/02/krisendienst-oberbayern.pdf>
- **Jede Lehrerin und jeder Lehrer des Vertrauens an unserer Schule**
- **Herr Wegner** (Beratungslehrer) – Möglichkeiten der Kontaktaufnahme:
Sprechzeiten laut Aushang vor dem Beratungszimmer -1C05
E-Mail: beratungslehrer@gymsta.de
- **Frau Mahr** (Schulsozialpädagogin) – Möglichkeiten der Kontaktaufnahme:
Sprechzeiten laut Aushang vor dem Beratungszimmer -1C05
Durchwahl: 08151 / 91 30 12
E-Mail: maria-sofia.mahr@gymnasium-starnberg.de
- **Frau Eckelmann** (Schulpsychologin) – Möglichkeiten der Kontaktaufnahme:
Sprechzeiten laut Aushang vor dem Beratungszimmer -1C06
Durchwahl: 08151 / 91 30 21
E-Mail: christina.eckelmann@gymnasium-starnberg.de
- **Die Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern West:**
weitere Beratungsfachkräfte als Ansprechpartner; Tel.: 089 / 55 899 24 -10/11, Website:
<https://www.schulberatung.bayern.de/staatliche-schulberatungsstellen/oberbayern-west>
- **Die Kinder-, Jugend- und Familienberatungsstelle des Landkreises Starnberg**, Moosstraße 5, 82319 Starnberg, Tel.: 08151 / 148 77 388, Website: <https://www.lk-starnberg.de/kijufa>
- **Caritasverband Starnberg e.V. – Lebensberatung**, Weilheimer Straße 4, 82319 Starnberg, Tel.: 08151 / 27 43 43, Website: <https://www.caritas-starnberg.de/hilfe-und-beratung/ehe-familien-und-lebensberatung/ehe-familien-und-lebensberatung>
- **Sozialpsychiatrischer Dienst Starnberg**, Kaiser-Wilhelm-Straße 18, 82319 Starnberg, Tel.: 08151 / 78 771, Website: <http://www.spdi-starnberg.de/>



- **Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie:** Nähere Informationen und Adressen können unter folgender Website in Erfahrung gebracht werden:
<https://dienste.kvb.de/arztsuche/app/einfacheSuche.htm>

- **Weitere Notrufnummern im Akutfall:**
 - **Telefonseelsorge, bundeseinheitliche Nummer,** Kostenlose und anonyme Beratung rund um die Uhr, Tel.: 0800 / 111 0 111 oder 0800 / 111 0 222, Website:
<https://www.telefonseelsorge.de/>
 - **Nummer gegen Kummer (für Kinder und Jugendliche),** Tel: 116 111, Website:
<https://www.nummergegenkummer.de/>
 - **Krisendienste Bayern / Krisendienst Psychiatrie Oberbayern,** Täglich rund um die Uhr erreichbar, Tel.: 0800 / 655 3000, Website: <http://www.krisendienst-psychiatrie.de/>

- **Psychologische Psychotherapeuten:** Örtliche Therapeuten können unter folgenden Links ermittelt werden:
 - 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>

- **Kliniken:** Nähere Informationen sind bei den oben angeführten Beratungsfachkräften erhältlich.

- Das **Online-Beratungsangebot für Jugendliche** der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:
<https://www.bke-beratung.de/jugendberatung/onlineberatung>