

ÜBERSICHT HILFSANGEBOTE IN NOTLAGEN



ÜBERSICHT DER INNERSCHULISCHEN UND AUSSERSCHULISCHEN HILFSANGEBOTE in Notlagen u.a. bei Depressionen und Angststörungen

Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern können sich in der Schule vertrauensvoll wenden an:

- jeden Lehrer m/w/d des persönlichen Vertrauens
- unsere Vertrauenslehrerin und Schulleiterin la Gardyan

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

Krisendienst der Psychiatrie Oberbayern
24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)
Telefon: 0180 6553000 (max. 60 Cent pro Anruf) | Online: www.krisendienst-psychiatrie.de

PIBS - Psychologische Information und Beratung für Schüler (m/w/d), Eltern und Lehrkräfte
Telefonisch, via E-Mail, persönlich
Telefon: 089 59048170 | E-Mail: pibs@ebz-muenchen.de

Telefonseelsorge
24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung
Telefon: 0800 1110111 | Online: www.telefonseelsorge.de

Weitere Einrichtungen und Stellen:

Münchner Insel
Krisen- und Lebensberatung im Spergeschoss
des U- und S-Bahnhof „Marienplatz“, Telefon: 089 220041

Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern Ost
Telefon: 089 982955110
Online: www.schulberatung.bayern.de

Nummer gegen Kummer
anonym und kostenfrei, auch Onlineberatung
Telefon: 116111 | Online: www.nummergegenkummer.de

Ärztlicher Bereitschaftsdienst
Bundesweite Nummer: 116117
Onlineverzeichnis mit Bereitschaftspraxen: www.kvb.de

Atriumhaus München
Telefon: 089 76780

Psychologische Psychotherapeuten
Online Therapeutensuche: www.bptk.de

Frauennotruf - Krisentelefon
Telefon: 089 763737

Stiftung Deutsche Depressionshilfe
www.deutsche-depressionshilfe.de oder Telefon 0800 3344533

Die Arche-Hilfe in Lebenskrisen e.V.
www.die-arche.de

Bundeskongferenz für Erziehungsberatung
Onlineberatung unter: www.bke-jugendberatung.de

Rettungsdienst - 24 Stunden täglich
Telefon: 112

Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie
<https://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/>