**Übersicht über Hilfsangebote bei Depression, Angststörung und anderen psychischen Problemen**

**Innerschulische Beratungsangebote** *für Jugendliche und Eltern*

* **Jede Lehrkraft deines/ Ihres Vertrauens**
* **Die Schulleitung**
* **Die Beratungslehrerin Frau Ute Rosenwirth**

Termine nach Vereinbarung

Telefon: 09082/ 969032

Mail: [rosenwirth@gymnasiumoettingen.de](mailto:rosenwirth@gymnasiumoettingen.de)

* **Die Schulpsychologin Frau Kerstin Winkelmann**

Termine nach Vereinbarung

Telefonsprechstunde am Dienstag, 8:15 – 9:00 und nach Vereinbarung

Telefon: **09082/ 969022**

Mail: [winkelmann@gymnasiumoettingen.de](mailto:winkelmann@gymnasiumoettingen.de)

* **Die Unter-, Mittel-, und Oberstufenbetreuer** (Frau Hertel, Herr Wenzel, Herr Hüttinger)
* **Pfarrer Sattler** und alle Religionslehrerinnen und Religionslehrer

**Außerschulische Beratungsangebote und Anlaufstellen in der Region**

*v.a. für Eltern*

**Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben**

Adresse: Beethovenstr. 4, 86150 Augsburg

Telefon: 0821/509160

Mail: [sbschw@as-netz.de](mailto:sbschw@as-netz.de)

**KJP Nördlingen (Außenstelle des Josefinums in Augsburg)**

Adresse: Stoffelsberg 4, 86720 Nördlingen

Telefon: 09081/2901390 Nördlingen

Mail: TK-Noerdlingen@josefinum.de

**Josefinum Augsburg (Kinder- und Jugendpsychiatrie)**

Adresse: Kapellenstr. 30, 86154 Augsburg

Telefon: 0821/2412-0

Dort auch u.a. Notfallambulanz, Adoleszenten- und Depressionsambulanz, Essstörungsambulanz, etc.

**Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung**

Beratungsstelle der Kath. Jugendfürsorge der Diözese Augsburg e.V.

Adresse: Bürggasse 11, 86720 Nördlingen

Telefon: 09081/86720

Mail: [info@eb-noerdlingen.de](mailto:info@eb-noerdlingen.de)

**Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie**

(s. kassenärztliche Vereinigung)

Gelbe Seiten: [www.kvb.de](http://www.kvb.de)

**Psychologische Psychotherapeuten**

Onlinesuche über die Bundespsychotherapeutenkammer unter [www.bptk.de](http://www.bptk.de) oder

Telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410

**Krisendienst Psychiatrie**

Telefon: 0180 – 6553000

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst**

Telefon (bundesweit): 116117

**Elterntelefon der Nummer gegen Kummer**

Telefon: 08000 – 110550

**Onlineberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (BKE)**

[www.bke-elternberatung.de](http://www.bke-elternberatung.de)

**Internetseiten und Telefonnummern,** *v.a. für Jugendliche*

**Nummer gegen Kummer**

Anonymes, kostenfreies Beratungsangebot – telefonisch oder online

Telefon: 116111

Website: [www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html](http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html)

**FIDEO**

***(Fighting depression online)***

u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depression

Website [www.fideo.de](http://www.fideo.de)

**FRD**

***(Freunde fürs Leben e.V.)***

Unterstützung bei der Suche nach einem passenden Hilfsangebot (vor Ort, am Telefon oder online)

Website: [www.frnd.de](http://www.frnd.de)

**Stiftung Deutsche Depressionshilfe**

u.a. Online-Foren, Unterstützung bei der Suche nach einem passenden Hilfsangebot in deiner Region

Infotelefon: 0800 – 3344533

Website: [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)

**Bundeskonferenz für Erziehungsberatung**

Onlineberatungsangebot

Website: [www.bke-jugendberatung.de](http://www.bke-jugendberatung.de)

**NAKOS**

***(Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)***

Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen

Website: [www.nakos.de](http://www.nakos.de)

**U25 Freiburg**

Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken

Website: [www.u25-freiburg.de](http://www.u25-freiburg.de)

[www.u25.de](http://www.u25.de)

**Telefonseelsorge**

24h, 7 Tage die Woche, an 365 Tagen im Jahr Beratung per Telefon, Mail oder Chat

Telefon: 0800 – 1110111 oder 0800 – 1110222

Website: [www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)

**Ansprechpartner in Fällen von Gewalt- und Sexualdelikten**

Neben der Schulleitung, jeder Lehrkraft deines Vertrauens, den Verbindungslehrern, der Beratungslehrerin und der Schulpsychologin können folgende außerschulische Einrichtungen wichtige Ansprechpartner sein:

**Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben**

Adresse: Beethovenstr. 4, 86150 Augsburg

Telefon: 0821/509160

Mail: [sbschw@as-netz.de](mailto:sbschw@as-netz.de)

**Polizeidienststelle Nördlingen**

Polizeiinspektion Nördlingen

Adresse: Reimlinger Straße 7, 86720 Nördlingen

**Jugendamt**

*Kreisjugendamt*

*Landratsamt Donau-Ries*

Adresse: Pflegstraße 2, 86609 Donauwörth

Telefon: 0906/ 74 – 199 (Jugendamtsleitung)

**Gesundheitsamt**

*Fachbereich Gesundheitsamt – Humanmedizin*

*Landratsamt Donau-Ries*

Adresse: Pflegstraße 2, 86609 Donauwörth

Telefon: 0906/ 74 – 407

*oder*

**Gesundheitsamt des Landratsamtes Donau-Ries**

*Dienststelle Nördlingen*

Adresse: Hafenmarkt 2, 86720 Nördlingen

Telefon: 09081/ 2944-33

**Deutscher Kinderschutzbund**

Adresse: Kaiserwiese 1, 86720 Nördlingen

Ansprechpartnerin: Waltraud Englisch

Ahornstraße 36

86738 Deiningen

Telefon: 09081/ 2769383

**bke-Onlineberatung**

Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung

Website: [www.bke-beratung.de/User/](http://www.bke-beratung.de/User/)

**Weisser Ring**

Beratungsangebot für Opfer von Kriminalität und Gewalt (telefonisch, vor Ort, online)

Telefonische Erstberatung: 116006 (anonym und kostenlos, täglich 7-22 Uhr)

Onlineberatung: <https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-opfer/onlineberatung>

Vor-Ort-Beratung: Weisser Ring Außenstelle Donau-Ries/Nördlingen

Ansprechpartner/ Leitung: Birka Roder

Telefon: 09081/ 4120

Mail: [roder.weisser-ring@t-online.de](mailto:roder.weisser-ring@t-online.de)

Website: [donau-ries-noerdlingen-bayern-sued.weisser-ring.de](http://donau-ries-noerdlingen-bayern-sued.weisser-ring.de)

**Ansprechpartner bei Suchtgefahren**

**Suchtprävention Landratsamt Donauwörth**

Ansprechpartner: Stefan Graßl (Dipl.-Sozialpädagoge (FH))  
Adresse: Heilig-Kreuz-Straße 6  
 86609 Donauwörth  
Telefon: 0906-74-534  
Email: [stefan.grassl@lra-donau-ries.de](mailto:stefan.grassl@lra-donau-ries.de)

<https://www.donau-ries.de/Soziales/JugendundFamilie/Suchtpraevention.aspx>

**Cafe Connection Donauwörth**

Adresse: Zehenthof 3

86609 Donauwörth

Telefon: 0906-1808

<https://www.cafeconnection-donauwoerth.de/>