

10-Punkte-Programm zur Aufklärung über Depressionen und Angststörungen an Schulen

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

- Frau StD C. Seidenath, **Beratungslehrkraft**
- Frau OStRin S. Höhn, **Schulpsychologin**
- **Staatliche Schulberatungsstelle für Mittelfranken**
Glockenhofstraße 5a, 90478 Nürnberg
Tel.: 0911/589676-17
- **Krisendienst Mittelfranken**, Hessestraße 10, 90443 Nürnberg
Zentrale Rufnummer für Mittelfranken: 0911/424855-0
- **Bezirksklinikum Ansbach**
Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters
Feuchtwangerstraße 38, 91522 Ansbach
Tel.: 0981/4653-1870
- **Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie
Notfallambulanz**
Professor-Ernst-Nathan-Str. 1, 90419 Nürnberg
Tel.: 0911/398-2493
- **Kinderärzte und Fachärzte** für Kinder- und Jugendpsychiatrie
Psychologische Psychotherapeuten sind zu finden unter:
<https://www.kvb.de/service/patienten/psychotherapeutische-versorgung/>
- **Telefonseelsorge**
<https://www.telefonseelsorge.de>
Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr:
Tel.: 0800-1110111 oder 0800-1110222
- **Deutsche Depressionshilfe**
Kostenlose, anonyme Beratung Mi. und Fr. 08.30 Uhr bis 12.30 Uhr
sowie Mo, Di, Do 13 Uhr bis 17 Uhr
Tel.: 0800-3344533
Die Deutsche Depressionshilfe bietet online einen Selbsttest, eine Übersicht zu regionalen Angeboten und vieles mehr auf
www.deutsche-depressionshilfe.de
- **Nummer gegen Kummer, Kinder- und Jugendtelefon**
<https://www.nummergegenkummer.de/>
Kostenlose Beratung von Mo bis Sa 14 Uhr bis 20 Uhr, Tel.: 116111
Elterntelefon; Mo bis Fr 9 Uhr – 11 Uhr sowie Di und Do 17 Uhr bis 19 Uhr unter
0800-1110550
- **Jede Lehrkraft des Vertrauens**
- **Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:
bke-Onlineberatung (<https://www.bke-beratung.de/>)**
- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Krankenkassen**
Tel.: 116117