

# Schulische und außerschulische Hilfsangebote und Beratungseinrichtungen in Notlagen, u. a. zur Diagnose und Therapie bei Depressionen und Angststörungen

I. Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern können sich in der Schule vertrauensvoll an folgende Ansprechpartner und Ansprechpartnerinnen wenden:

---

- jede **Lehrerin oder jeder Lehrer des persönlichen Vertrauens**
- die **Verbindungslehrkräfte**
- die **Beratungslehrkraft**
- die/der **Schulpsychologe/in**  
Kontaktmöglichkeiten und nähere Informationen finden Sie auf unserer Homepage:  
<http://lena-christ-realschule.net/schulberatung>
- die **Jugendsozialarbeiterin an der Schule:**  
Telefon: 08121 2235 79  
<http://lena-christ-realschule.net/schulsozialarbeit/>  
<https://kreisjugendamt.lra-ebe.de/praeventive-jugendhilfe/>

Alle Namen und ggf. Sprechstundentermine erfahren Sie über unser Sekretariat.  
Telefon: 08121 2235-6

II. Außerschulische Hilfe erhältst du/erhalten Sie im akuten Fall hier:

---

## **„Krisendienst Oberbayern“**

0180 6553000 (max. 60 Cent pro Anruf)

24 Std täglich erreichbar

[www.krisendienst-psychiatrie.de](http://www.krisendienst-psychiatrie.de)

(Soforthilfe in der Nähe, je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd auch mobil vor Ort)

## **„Nummer gegen Kummer“**

Telefon: 116 111

(anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung)

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

## **„Telefonseelsorge“**

Telefon: 0800 1110111 oder 0800 1110222

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

**Rettungsdienst:** 112

## **Ärztlicher Bereitschaftsdienst:**

Telefon (bundesweit): 116 117

[www.kvb.de](http://www.kvb.de) (Vermittlung von Hausbesuchen und Verzeichnis der Bereitschaftspraxen)

### **Krisendienst Psychiatrie München**

Bavariastraße 11

80336 München

Telefon: 0180 6553000

E-Mail: [info@krisendienst-psychiatrie.de](mailto:info@krisendienst-psychiatrie.de)

Angebote: telefonische Beratung, mobile Einsätze, ambulante Krisentermine, stationäre Behandlung

### **Bei Depression und Suizidgefährdung**

Die Arche

Saarstraße 5

80797 München

Telefon: 089 334041

E-Mail: [info@die-arche.de](mailto:info@die-arche.de)

(Termine nach telefonischer Vereinbarung)

### **Kinder- und Jugendtelefon**

Telefon: 0800 1110333

Mo.-Sa.: 14:00-20:00 Uhr

### **Info-Telefon Depression**

Bietet krankheits- und behandlungsbezogene Informationen sowie Hinweise zu Anlaufstellen im Versorgungssystem

Telefon: 0800 3344533 (kostenfrei)

Sprechzeiten:

Mo., Di., Do.: 13:0-17:00 Uhr

Mi., Fr.: 8:30-12:30 Uhr

## **III. Angebote in den Landkreisen**

---

### **Landratsamt Ebersberg**

Abteilung Jugend, Familie und Demografie

Eichthalstraße 5

85560 Ebersberg

Telefon: 08092 823-256

Telefax: 08092 823-220

E-Mail: [jugendamt@lra-ebe.de](mailto:jugendamt@lra-ebe.de)

### **Landratsamt Erding**

Jugend und Familie

Alois-Schießl-Platz 8

85435 Erding

Telefon: 08122 58 1214

Telefax: 08122 58 1399

**Landratsamt Ebersberg**

Familienbeauftragte  
Eichthalstraße 5  
85560 Ebersberg  
Telefon: 08092 823 0  
Telefax: 08092 823 210  
E-Mail: [poststelle@lra-ebe.de](mailto:poststelle@lra-ebe.de)

**Staatliche Beratungsstelle für Oberbayern-Ost**

Beetzstr. 4  
81679 München  
Telefon: 089 982955110  
Fax: 089 982955133  
[www.schulberatung.bayern.de/schulberatung/oberbayern\\_ost](http://www.schulberatung.bayern.de/schulberatung/oberbayern_ost)  
E-Mail: [info@sboost.de](mailto:info@sboost.de)

**Caritas Ebersberg**

Bahnhofstr. 1  
85567 Grafing  
Telefon: 08092 2324130  
Fax: 08092 2324168  
E-Mail: [eb-ebersberg@caritasmuenchen.de](mailto:eb-ebersberg@caritasmuenchen.de)  
Internet: <http://www.caritas-ebersberg.de>  
Telefon: 08092 2324130

**Caritas Ebersberg Außenstelle Markt Schwaben**

Färbergasse 32  
85570 Markt Schwaben  
Telefon: 08121 2207-0  
E-Mail: [cz-ebe@caritasmuenschen.de](mailto:cz-ebe@caritasmuenschen.de)

**Caritas Erding**

Kirchgasse 7  
85435 Erding  
Telefon: 08122 955 94 0  
Fax: 08122 955 94 55  
E-Mail: [caritas-erding@caritasmuenchen.de](mailto:caritas-erding@caritasmuenchen.de)  
Internet: <http://www.caritas-erding.de>

**Diakonie Bayern**

[www.diakonie-bayern.de](http://www.diakonie-bayern.de)  
[www.diakonie-rosenheim.de](http://www.diakonie-rosenheim.de)

#### IV. Beratung & Informationen online

---

##### **Bundeskongress für Erziehungsberatung e. V.**

<https://www.bke-beratung.de/~run/>

##### **FIDEO-online-Angebot**

für Jugendliche ab 14 Jahren

Unter dem Dach der Stiftung Deutsche Depressionshilfe informiert FIDEO über die Erkrankung und bietet die Möglichkeit des Austauschs mit Gleichaltrigen:

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

Infotelefon: 0800 3344533

##### **Angst-Hilfe e.V.**

Bayerstraße 77a

80335 München

Telefon: 089 515553-0

Onlineberatung: s. Homepage: [www.panik-attacken.de](http://www.panik-attacken.de)

##### **„Bitte stör mich“**

Aktiv gegen Depression

Herausgeber: Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege

[www.bitte-stoer-mich.de](http://www.bitte-stoer-mich.de)

#### V. Ärzte, Therapeuten

---

**Ärzte** (siehe Internet, Telefonbuch)

Kinderärzte

Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie

##### **Arztsuche**

der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns (KVB):

[www.kvb.de/service/arztsuche](http://www.kvb.de/service/arztsuche)

Infotelefon: 089 54546 40420

(Mo.-Fr.: 12:00-15:00 Uhr)

<https://www.kvb.de/service/patienten/koordinationsstelle-psychotherapie/>

**Psychologische Psychotherapeuten** (siehe Internet, Telefonbuch)

##### **Therapeutensuche**

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

Telefon: 0921 787765 40410

## V. Kliniken

---

### **Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie**

Nußbaumstraße 5a

80336 München

Telefon (stationäre Aufnahme): 089 4400 55911

Telefon (Ambulanz): Tel.: 089 4400 55931

E-Mail: [kjp-klinik@med.uni-muenchen.de](mailto:kjp-klinik@med.uni-muenchen.de)

Ambulanz: [kjp-ambulanz@med.uni-muenchen.de](mailto:kjp-ambulanz@med.uni-muenchen.de)

### **Heckscher Klinik für Kinder und Jugendliche**

Deisenhofener Str. 28

81539 München

Telefon: 089 9999-0

Patientenaufnahme: 089 9999-1154-55

### **München Klinik Harlaching**

Psychosomatische Medizin und Psychotherapie

Sanatoriumsplatz 2

81545 München

Telefon: 089 6210-2896

<https://www.klinikum-muenchen.de/>

### **Klinik für Kinder- und Jugendpsychosomatik**

Kölner Platz 1, Haus 8/1. OG

80804 München

Telefon: 089 30680

## VI. Medien zum Thema

---

### **Broschüre „Paul ganz unten“**

Prävention depressiver Störungen

Aufklärungsbroschüre für Jugendliche

gefördert durch das Bayerische Staatsministerium für Gesundheit und Pflege

<https://www.kjp.med.uni-muenchen.de>

### **Film „Grau ist keine Farbe“**

Eine junge Münchner Filmcrew thematisiert in ihrem Film psychische Erkrankungen bei Jugendlichen und fordert auch Schule und Politik zum Handeln auf.

*Die angegebenen Daten sind ohne Gewähr.*