



Übersicht über innerschulische u. außerschulische Hilfsangebote bei Depressionen und Angststörungen

Im akuten Krisenfall:

- **Krisendienst Psychiatrie** Tel. 0180 6553000 (täglich von 0-24 Uhr)
- **Heckscher-Klinikum für Kinder- und Jugendpsychiatrie**, Deisenhofener Str. 28, Tel. 089-9999-0
- **Klinik für Kinder- und Jugendpsychosomatik Schwabing**, Kölner Platz 1, Tel. 089-3068-0 oder 3068-5700 (schließt im März 2020!)
- **Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie** Nußbaumstraße 5a, Tel. 089-440055931

Innerhalb der Schule:

- Fachlehrkraft
- Klasseitung
- Schulpsychologin (Sprechstunden Montag 11.40 Uhr, Mittwoch 11.40 – 13.15 Uhr, Freitag 10.35 Uhr, jeweils in Raum U5)
- Direktorat

Alle sind zu den Dienstzeiten telefonisch zu erreichen über die zentrale Telefonnummer: 089-69365980 oder gemäß Sprechstundenplan.

Außerhalb der Schule:

Auskunft, Rat und Hilfe erteilen u.a. auch folgende Stellen:

- **„Die Nummer gegen Kummer“** für Kinder und Jugendliche, Tel. 116 111 (kostenfrei, Montag - Samstag 14-20 Uhr).
- **Telefonseelsorge** (kostenfrei, Tag und Nacht), Tel. 0800-1110111 (ev.), 0800-1110222 (kath.).
- **Die Arche - Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen**, Saarstr. 5, 80797 München, Tel. 089-334041, www.die-arche.de Mo-Fr 9-17.
- **Kinder- und Jugendpsychiatrische Beratungsstelle des Referates für Gesundheit und Umwelt**, Schwanthalerstraße 69, Tel. 089-233-66932.
- **Staatliche Schulberatungsstelle München**, Infanteriestr. 7, 80797 München, Tel. 089-5589980-60, www.schulberatung.bayern.de.
- **Münchner Bündnis gegen Depression**, www.muenchen-depression.de.
 - o weitere Adressen auch für Erwachsene und Eltern
 - o Beratung von Betroffenen durch Betroffene (auch für Eltern und Freunde), Dr. Karolina De Valerio, Freitag 11-12 Uhr, Tel.: 089-54045120 von Münchner Bündnis gegen Depression
- **Deutsche Stiftung Depressionshilfe** Info Telefon: 0800-3344 533, Mo, Di, Do 13-17 Uhr, Mi, Fr 08.30-12.30 Uhr