

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote in Notlagen (u. a. bei Depressionen/Angststörungen)

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

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des persönlichen Vertrauens	
die Beratungslehrkraft	Julia Heisler Max-Fellermeier-Grund- und Mittelschule Simbacher Straße 10-12, 84524 Neuötting Tel. 08671/886626 Julia.heisler@max-fellermeier-schule.de
die Schulpsychologin	Elisabeth Huber Grundschule Burgkirchen Altgendorfer Straße 32 84508 Burgkirchen an der Alz Tel. 08679/913680 oder 08679/9688-17 Beratung-huber.elisabeth@gmx.de
die Jugendsozialarbeit an der Schule	Maria Schoeber Schulstraße 14, 84533 Markt Tel. 08678/606 oder 08678/7300

Akute Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche ab 14 Jahren:

Krisendienst Psychiatrie	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)	0180 6553000 (max. 60 Cent pro Anruf) www.krisendienst-psychiatrie.de
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	0800 1110111 www.telefonseelsorge.de
Rettungsdienst	24 Stunden täglich	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen	116117 https://www.kvb.de

Weitere Adressen, Internetseiten und Telefonnummern sind u. a.:

Im Landkreis: Bezirkskrankenhaus und Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Erziehungsberatungsstelle Sozialpsychiatrischer Dienst	Zentrum für Kinder und Jugendliche e.V. Altötting (08671 / 509 900) Erziehungsberatungsstelle Altötting 08671 / 6585
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie	www.kvb.de/service/arztverzeichnis/ zur Ärztensuche, Infotelefon 089/089 54546-40420 (Mo-Fr: 12.00-15.00 Uhr)

Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche unter www.bptk.de Oder 0921 787765 40410
„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (Online-Foren, regionale Hilfsangebote)	www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskongress für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	www.bke-jugendberatung.de
Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost	www.schulberatung.bayern.de 089 982955110