



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:

| | |
|------------------|---|
| Vertrauenslehrer | Richard Stelz E-Mail: richard.stelz@instrumentenbauschule.eu Sprechzeiten nach Bedarf |
|------------------|---|

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) | Tel.: 0180-6553000 (max. 60 Cent pro Anruf) www.krisendienst-psychiatrie.de |
| „Nummer gegen Kummer“ | anonym und kostenfrei auch Onlineberatung | Tel.: 116111 www.nummergegenkummer.de |
| „Telefonseelsorge“ | 24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung | Tel.: 0800-1110111 www.telefonseelsorge.de |
| Rettungsdienst | 24 Stunden täglich | Tel.: 112 |
| Ärztlicher Bereitschaftsdienst | Bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen | Tel.: 116117 https://www.kvb.de |

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

| | |
|---|---|
| Sozialpsychiatrischer Dienst Garmisch-Partenkirchen / Mittenwald | Tel.: 08821-76514 E-Mail: sozialpsychiatrie.garmisch@herzogsaeigmuehle.de Sprechstunden: Mo-Fr 08:30-12:30 Uhr; und Montagnachmittag 14:00-19:00 Uhr Außensprechstunde Mittenwald Sprechstunden: Dienstagnachmittag nach Anmeldung unter obiger Telefonnummer |
| Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie Psychologen, Psychotherapeuten | www.kvb.de/service/arztverzeichnis/ zur Ärztesuche Therapeutensuche unter www.bptk.de Tel.: 0921-787765 40410 |
| „Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (u.a. Online-Foren) | www.deutsche-depressionshilfe.de Tel.: 0800-3344533 |
| Bundeskonferenz für Erziehungsberatung (Onlineberatung) | www.bke-jugendberatung.de |
| Staatliche Schulberatungsstelle / Schulpsychologe: Heinz Geiger | Tel.: 089-5589924-10 oder -11 E-Mail: info@sbwest.de |