



## 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 <a href="mailto:richard.stelz@instrumentenbauschule.eu">richard.stelz@instrumentenbauschule.eu</a> 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)	<b>0180 6553000</b> (max. 60 Cent pro Anruf) <a href="http://www.krisendienst-psychiatrie.de">www.krisendienst-psychiatrie.de</a>
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	<b>116111</b> <a href="http://www.nummergegenkummer.de">www.nummergegenkummer.de</a>
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	<b>0800 1110111</b> <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>
Rettungsdienst	24 Stunden täglich	<b>112</b>
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen	<b>116117</b> <a href="https://www.kvb.de">https://www.kvb.de</a>

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

Sozialpsychiatrischer Dienst Garmisch- Partenkirchen / Mittenwald	<b>0 88 21 7 65 14</b> <a href="mailto:sozialpsychiatrie.garmisch@herzogsaegmuehle.de">sozialpsychiatrie.garmisch@herzogsaegmuehle.de</a> Sprechstunden: Montag bis Freitag 08:30 - 12:30 Uhr; Montagnachmittag 14:00 - 19:00 Uhr Außensprechstunde Mittenwald Sprechstunden: Dienstag nachmittag nach Anmeldung unter obiger Telefonnummer
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/- Psychotherapie	<a href="http://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/">www.kvb.de/service/arztverzeichnis/</a> zur Ärzt suche
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche unter <a href="http://www.bptk.de">www.bptk.de</a> <b>0921 787765 40410</b>
„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (u.a. Online-Foren)	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> <b>0800 - 3344533</b>
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
Zuständige Schulpsychologin: Laura Dirks	<b>0881/9239-24</b> Mittwochs von 9:15 bis 10:15 Uhr <a href="mailto:dirks@fos-bos-weilheim.de">dirks@fos-bos-weilheim.de</a>