



## 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:	<b>Richard Stelz</b> <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:

<b>Krisendienst Oberbayern</b>	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)	<b>0800 6553000</b> <a href="http://www.krisendienst-psychiatrie.de">www.krisendienst-psychiatrie.de</a>
<b>„Nummer gegen Kummer“</b>	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung für Jugendliche	<b>116111</b> <a href="http://www.nummergegenkummer.de">www.nummergegenkummer.de</a>
<b>„Telefonseelsorge“</b>	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung für Erwachsene	<b>0800 1110111</b> <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>
<b>Rettungsdienst</b>	24 Stunden täglich	<b>112</b>
<b>Ärztlicher Bereitschaftsdienst</b>	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.:

<b>Sozialpsychiatrischer Dienst Garmisch-Partenkirchen / Mittenwald</b>	<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 nach Terminvereinbarung
<b>Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/- Psychotherapie</b>	<a href="http://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/">www.kvb.de/service/arztverzeichnis/</a> zur Ärztesuche
<b>Die Arche – Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen</b>	die-arche.de <b>089/334041</b>
<b>„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (u.a. Online-Foren)</b>	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> <b>0800 3344533</b>
<b>Bundeskongress für Erziehungsberatung (Onlineberatung)</b>	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
<b>Zuständige Schulpsychologin: Laura Dirks</b>	<b>0881/9239-24</b> Mittwochs von 8:45 bis 9:30 Uhr <a href="mailto:rohrbacher@fos-bos-weilheim.de">rohrbacher@fos-bos-weilheim.de</a>