



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

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

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

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

Krisendienst Oberbayern	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)	0800 6553000 www.krisendienst-psychiatrie.de
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung für Jugendliche	116111 www.nummergegenkummer.de
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung für Erwachsene	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.:

Sozialpsychiatrischer Dienst Garmisch-Partenkirchen / Mittenwald	0 88 21 7 65 14 sozialpsychiatrie.garmisch@herzogsagmuehle.de Sprechstunden: Montag bis Freitag 08:30 - 12:30 Uhr; Montagnachmittag 14:00 - 19:00 Uhr Außensprechstunde Mittenwald nach Terminvereinbarung
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/- Psychotherapie	www.kvb.de/service/arztverzeichnis/ zur Ärztesuche
Die Arche – Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen	die-arche.de 089/334041
„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (u.a. Online-Foren)	www.deutsche-depressionshilfe.de 0800 3344533
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	www.bke-jugendberatung.de
Schulpsychologische Beratung: Anna Hauber	08861/24658634 Telefonsprechstunde i.d.R. mittwochs 10-12 Uhr. Persönliche Beratung vor Ort nach Vereinbarung. E-Mail: a.hauber@bs-landsberg.de