



GEORG V. PASTERWIZ SCHULE HOHENAU
SCHULE DER VIELFALT
BASISWISSEN – INDIVIDUALISIERUNG - NATIONALPARKSCHULE
MUSIKSCHWERPUNKT - PROJEKTE MIT POLEN UND TSCHECHIEN
OFFENER GANZTAG IN DER GRUNDSCHULE

Depressionen/ Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

Kinder/ Jugendliche und Eltern können sich in Notlagen an der Schule vertrauensvoll wenden an:

- die Beratungslehrkraft der Schule:
Sabine Zitzl, Schule am Haidel, Schulstr. 8, 94146 Hinterschmiding,
Tel. 08551 1082
- die örtliche Schulpsychologin/ den örtlichen Schulpsychologen
Schulpsychologischer Dienst an der Grund- und Mittelschule „Am Goldenen Steig“, Froschau 10, 94133 Röhrnbach:
Angelika Sedlmayr, staatl. Schulpsychologin Tel. 0151 26639083
Christian Zistler, staatl. Schulpsychologe Tel. 0170 8770632

Internetseiten und Telefonnummern:

- „Nummer gegen Kummer“: 116111 (anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung)
- „FIDEO“ (Fighting depression online): www.fideo.de (u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen)
- „Stiftung Deutsche Depressionshilfe“: www.deutsche-depressionshilfe.de (u.a. Infotelefon 0800/3344533, Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region)
- „NAKOS“ (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen): Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen
- U25 Freiburg: www.u25-freiburg.de (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)
- Telefonseelsorge: 0800/ 1110111 oder 0800/1110222

Besonders für Eltern:

- die Staatliche Schulberatungsstelle Niederbayern Tel: 0871/ 430 310
- die nächste Erziehungsberatungsstelle (Landshut, Dingolfing, Deggendorf, Regen, Passau, Freyung, Eggenfelden)
- Kliniken in Niederbayern:
Bezirkskrankenhaus (BKH): Landshut, Passau, Deggendorf

Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ): Landshut, Passau, Deggendorf

- Krisendienst Psychiatrie: 0180/6553000
- Ärztlicher Bereitschaftsdienst: bundesweite Tel.: 116117
- Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung
- Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie
- Psychologische Psychotherapeuten (Therapeutensuche online unter www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410)