

Depressionen/Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische  
Hilfsangebote Landkreis Lindau

---

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

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens	<a href="mailto:sekretariat@mittelschule-lindau.de">sekretariat@mittelschule-lindau.de</a>
die Verbindungslehrkraft	Julia Felder <a href="mailto:sekretariat@mittelschule-lindau.de">sekretariat@mittelschule-lindau.de</a>
die Beratungslehrkraft	Angela Mayer <a href="mailto:angela.mayer@schulamt-oalike.de">angela.mayer@schulamt-oalike.de</a>
die Schulpsychologin / den Schulpsychologen	Linda Fehl <a href="mailto:linda.fehl@schulamt-oalike.de">linda.fehl@schulamt-oalike.de</a>
den Jugendsozialarbeiter:	Lisa Fehrer <a href="mailto:lisa.fehrer@awo-schwaben.de">lisa.fehrer@awo-schwaben.de</a> Peter Sedlak <a href="mailto:peter.sedalk@awo-schwaben.de">peter.sedalk@awo-schwaben.de</a>

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 <a href="http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html">www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html</a>
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	<a href="http://www.fideo.de">www.fideo.de</a>
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	<a href="http://www.frnd.de">www.frnd.de</a>
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskongress für Erziehungsberatung:	bke-Onlineberatung	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen	<a href="http://www.nakos.de">www.nakos.de</a>
U25 Freiburg	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	<a href="http://www.u25-freiburg.de">www.u25-freiburg.de</a> <a href="http://www.u25.de">www.u25.de</a>
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder 0800 -1110222 <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000 – 110550
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821 - 509160
KJF Kinder – und Jugendhilfe Lindau KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Lindau Außenstelle Lindenberg	08382/4190  08381/34 43
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren Günzburg	0821 -48030 08341 -720 08221 -9600
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Kempten  ZfP Südwürttemberg Abteilung für Psychiatrie und Psychotherapie des Kindes- und Jugendalters Weissenau  Psychiatrische Institutsambulanzen für Kinder und Jugendliche (PIA) PIA Weissenau  Klinikum Friedrichshafen Mutter-Kind-Zentrum Pädiatrische Psychosomatik	0831 -523390  0751 7601-2789  0751 7601-2304  07541/96 14 51
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Ravensburg St. Elisabeth-Stiftung, Casa Elisa  Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Klinikum Memmingen	0751/977 1238 700  08331/70 25 00
Krisendienst Psychiatrie	0180 - 6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Bundeskongress für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	<a href="http://www.bke-elternberatung.de">www.bke-elternberatung.de</a>
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung)	Gelbe Seiten <a href="http://www.kvb.de">www.kvb.de</a>
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter <a href="http://www.bptk.de">www.bptk.de</a> (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410)