

**Hans-Leipelt-Schule**

Staatliche Fachoberschule und Berufsoberschule Donauwörth

Technik • Sozialwesen • Wirtschaft und Verwaltung • Internationale Wirtschaft



**Übersicht zu Angeboten bei Depressionen oder Ängste**

 **Folgende Personen oder Einrichtungen können Dir/Ihnen als Anlaufstation dienen:**

* Jede **Lehrkraft**, der Sie sich anvertrauen möchten
* Die **Beratungslehrerin** Frau Juliana Baumgartner (Raum 3.04, beratung@fosbos-donauwoerth.de)
* Der **Schulpsychologe** Johannes Fieger (Raum 3.04, schulpsychologe@fosbos-donauwoerth.de)
* Die **staatliche Schulberatungsstelle** Augsburg (Beethovenstraße 4, 86150 Augsburg;
E-Mail: schulberatung.schwaben@augsburg.de ; Tel.: **0821/509160;** [www.schulberatung.schwaben.de](http://www.schulberatung.schwaben.de) **)**
* **Ärzte (Hausarzt) oder Fachärzte für Kinder und Jugendpsychiatrie (**[www.kvb.de](http://www.kvb.de/))
* **Kliniken (Überblick auf:** <https://www.donkliniken.de>**) oder das Josefinum (Augsburg: 0821-24120; Nördlingen: 09081-2901390)**
* **Familien- und Erziehungs- und Jugendberatungsstellen**
	+ **Donauwörth: Zirgesheimer Straße 6, Tel.:** (09 06) 56 64
	+ Nördlingen: Maler-Beyschlag-Weg 1, Tel.: (0 90 81) 86 72 0
	+ Dillingen: Ulrichsplatz 3, Tel. (0 90 71) 77 03 90
* **psychologische Psychotherapeuten und Beratungsstellen
(Übersicht auf** <https://www.familie-im-donau-ries.de>**, über die** [Psychologische Beratungsstelle Donauwörth](https://www.familie-im-donau-ries.de/Psychologische-Beratungsstelle-Donauwoerth.o982.html) (Tel.: 0906 74660) oder auf [www.bptk.de](http://www.bptk.de/)**)**
* **Online-Beratung unter** <https://www.bke-beratung.de/>
* [www.u25.de](http://www.u25.de) **oder** [www.u25-nuernberg.de](http://www.u25-nuernberg.de)
* [www.nakos.de](http://www.nakos.de) oder : [www.fideo.de](http://www.fideo.de); [www.buendnis-depression.de](http://www.buendnis-depression.de); [www.youth-life-line.de](http://www.youth-life-line.de)
* [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de) **(Selbsttest, Übersicht zu regionalen Angeboten, …)**
* **Emailberatung** ( <https://www.nummergegenkummer.de> )

**Allgemeiner Ratgeber für Eltern und Jugendliche bzgl. Depression:**

* <https://www.aktiv-gegen-depressionen.de/>
* [www.ich-bin-alles.de](https://www.ich-bin-alles.de)

**In akuten Situationen finden Sie Hilfe unter folgenden Kontaktdaten:**

* Nummer gegen Kummer: 116 111 *(*[*www.nummergegenkummer.de*](http://www.nummergegenkummer.de)*)*

(kostenfreies, anonymes, telefonisches Beratungsangebot für Jugendliche; Mo-Sa 14-20 Uhr)

* Telefonseelsorge: 0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222 ([www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de))

(kostenlos, Rund um die Uhr, anonym)

* Deutsche Depressionshilfe: 0800-3344533 (kostenlose, anonyme Beratung)
* Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116117
* Krisendienst Psychiatrie: 0180-6553000
* Ehrenamtliches Krisentelefon Augsburg: 0821 349 7 349