**Ansprechpartner bei Depressionen**

Wenden Sie sich an Ihren Kinder- und Jugendarzt/ Facharzt für Jugendpsychiatrie oder an einen der folgenden Beratungspartner:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Ansprechpartner vor Ort** | **Kontakt** |
| **Verbindungslehrkräfte** | Frau Weber  Herr Heinig | 08532 920108  [andrea.weber@rs-griesbach.de](mailto:andrea.weber@rs-griesbach.de)  [michael.heinig@rs-griesbach.de](mailto:michael.heinig@rs-griesbach.de) |
| **Beratungslehrkräfte** | Frau Sentef  Herr Ellbrück | 08532 920108  [evamaria.sentef@rs-griesbach.de](mailto:evamaria.sentef@rs-griesbach.de)  [steffen.ellbrueck@rs-griesbach.de](mailto:sabine.mayerhofer@rs-griesbach.de) |
| **Schulpsychologin** | Frau Lorenz | **0851 – 379322-45**  schulpsychologie@dreifluesse-realschule.de |
| **staatliche Schulberatungsstelle**  **Landshut** | Leitung:  Frau Kolmeder  Schulpsychologen (RS):  Herr Fiedler  Frau Glück | 0871 430310  [hildegard.kolmeder@sbndb.de](mailto:hildegard.kolmeder@sbndb.de)  0871 43031 – 216  [uli.fiedler@sbndb.de](mailto:uli.fiedler@sbndb.de)  0871 43031 - 214  [katrin.glueck@sbndb.de](mailto:katrin.glueck@sbndb.de) |
| **Erziehungsberatungsstelle**  **(caritas Passau)** |  | 0851 501260  [erziehungsberatung@caritas-passau.de](mailto:erziehungsberatung@caritas-passau.de) |
| **Sozialpädiatrisches Zentrum**  **Kinderklinik Dritter Orden**  **Passau** | *Überweisung vom Kinderarzt notwendig!* | 0851/72 05-164  [spz@kinderklinik-passau.de](mailto:spz@kinderklinik-passau.de) |

**Ansprechpartner in Akutfällen:**

**Telefonseelsorge**

Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr:

***Telefon:* 0800 1110111 oder 0800 1110222**

**Deutsche Depressionshilfe**

Kostenlose, anonyme Beratung:

Mi. und Fr. 08.30 Uhr bis 12.30 Uhr

Mo, Di, Do 13 Uhr bis 17 Uhr

***Telefon:* 0800 3344533**

Die Deutsche Depressionshilfe bietet online einen Selbsttest, eine Übersicht zu regionalen Angeboten und vieles mehr auf [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de)

**Nummer gegen Kummer**

Kinder- und Jugendtelefon:Kostenlose Beratung von Mo bis Sa 14 Uhr bis 20 Uhr

**Telefon: 116111**

Elterntelefon: Mo bis Fr 9 Uhr – 11 Uhr, Di und Do zusätzlich 17 Uhr bis 19 Uhr

***Telefon:* 0800 1110550**

<https://www.nummergegenkummer.de/>

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Krankenkassen:**

***Telefon:* 116117**

**Weitere Möglichkeiten, sich online zu informieren und Hilfe zu holen:**

- **Fighting Depression Online (FIDEO):** [www.fideo.de](http://www.fideo.de)

- [www.ich-bin-alles.de](http://www.ich-bin-alles.de)

- **Bündnis gegen Depression:** [www.buendnis-depression.de](http://www.buendnis-depression.de)

- **Youth-life-line:** [www.youth-life-line.de](http://www.youth-life-line.de)

* [www.irrsinnig-menschlich.de](http://www.irrsinnig-menschlich.de)
* **Onlineberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:**

[www.bke-beratung.de/](http://www.bke-beratung.de/)