



Depressionen/Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote Landkreis Oberallgäu und Stadt Kempten

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

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens	
die Verbindungslehrkräfte	Herr Michael Klein / Frau Katharina Schatz
die Beratungslehrkraft	Herr Hans Weindel
die Schulpsychologin / den Schulpsychologen	Frau Jana Kesel
den Jugendsozialarbeiter (falls vorhanden)	Frau Barbara Brigaldino

Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

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



	Krisen und Suizidgedanken	
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder 0800 -1110222 www.telefonseelsorge.de

Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000/110550
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	0821/509160
Erziehungsberatungsstelle der Katholischen Jugendfürsorge (KJF) - Sonthofen - Kempten - Lindau	08321/5055 0831/522320 08382/41 90
Bezirkskrankenhaus (BKH) - Kempten - Augsburg - Kaufbeuren - Günzburg	0831/540260 0821/48030 08341/720 08221/9600
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) - Augsburg - Kempten	0821- 24120 0831 -523390
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Memmingen	08331/702500
Krisendienst Psychiatrie Oberbayern Krisendienst Psychiatrie Schwaben (im Aufbau)	0180/6553000 vorerst 0831/540260 (Ambulanz BKH Kempten)
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung)	Gelbe Seiten www.kvb.de
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410)

Konrad-Adenauer-Grundschule Lenzfried
Wettmannsberger Weg 2
87437 Kempten
Tel.: 0831 / 57423 - 0
E- Mail: Verwaltung@gs-lenzfried.de

