

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote Zum Thema Depression und Angststörung

- Jeder Lehrer, jede Lehrerin des Vertrauens der Grundschule an der Bräugasse
- **Beratungslehrkraft:**
Evi Buchbinder, Lin
Sprechstunde: nach Vereinbarung
Telefon: 09184 1692
evi.buchbinder@arcor.de
- **Schulpsychologin:**
Veronika Götz, Lin
Sprechstunde: Freitag, 8.50-9.35 Uhr
Telefon: 01525 2709499
schulpsychologie-goetz@gmx.de
- **Staatliche Schulberatungsstelle**
Katrin Wulff, BRin
Sprechstunde: Montag, 13.00-14.00 Uhr, Freitag, 8.00- 9.00 Uhr
Telefon: 09181 475218
- **Beratungsstellen** (Erziehung, Familie, Jugend)
 - Nadja Pfändner, JAS an der Grundschule Bräugasse
Sprechstunde: nach Vereinbarung
Telefon: 0151 26117172
nadja-pfaendner@die-gfi.de
 - Koki – Netzwerk frühe Kindheit
Nürnberger Str. 1, 92318 Neumarkt in der Oberpfalz
Telefon: 09181 470111
 - Jugendamt Neumarkt
André Schilay
Telefon: 09181 470-162
 - Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche der Caritas
Ringstr. 59
92318 Neumarkt
Telefon: 09181/2974-0
erziehungsberatung@caritas-neumarkt.de
- **Kinderärzte und Fachärzte** für Kinder- und Jugendpsychiatrie in Neumarkt
(Ärztensuche unter www.kvb.de)
- **Online-Beratungsangebot** für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:
bke-Onlineberatung (<https://www.bke-beratung.de/~run/>)

Hilfsangebote bieten auch:

- die **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz**:
Tel.: 0941/22036 bzw.
buero@sbopf.de
 - **Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie** der
Universität Regensburg am Bezirksklinikum Regensburg (Zentrum Regensburg) Universitätsstraße
84 (Haus 25)
93053 Regensburg
Telefon: 0941/941-4004
linik-kjp-r@medbo.de
 - **Kinder- und jugendpsychiatrische Ambulanz und Privatambulanz**
Telefon: 0941/941-4004
- Notfallambulanz aller KJPs für alle Bezirke der Oberpfalz
Telefon: 0941-9410 (nur außerhalb der regulären Dienstzeiten)
- **Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)**: Weiden
 - **ärztlicher Bereitschaftsdienst**: bundesweite Tel.: 116117
 - **Psychologische Psychotherapeuten**
(Therapeutensuche online unter www.kvb.de oder www.bptk.de
(Bundespsychotherapeutenkammer) bzw. telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie
unter 0921/787765-40410)

Weitere hilfreiche Telefonnummern und Internetadressen:

- **Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer)**:
116111 (Mo - Sa 14 - 20 Uhr) bzw.
www.nummergegenkummer.de (anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung),
- **Telefonseelsorge**: 0800/1110111 oder 0800/1110222
- **Kopfhoch.de-Beratungsstelle**: telefonisch und online (Beratung
für junge Menschen aus der gesamten Oberpfalz); Tel.: 0800/5458668 (6-22 Uhr),
www.kopfhoch.de (Onlineberatung: 24 h)
- **„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 in der jeweiligen Region)
- **Krisendienst Horizont**: Beratung durch Jugendliche zwischen 16 und 21 Jahren
Tel.: 90941/58181, www.krisendienst-horizont.de (Hilfe bei Suizidgefahr)
- **U 25 Freiburg**: www.u25-freiburg.de (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)