Grundschule Bräugasse – Bräugasse 1 – 92318 Neumarkt

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: Donnerstag, 13.45-14.45 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)
  - Sibylle Frank, JAS an der Grundschule Bräugasse
    Sprechstunde: nach Vereinbarung
    Telefon: 0151 26117172
    sibylle.frank@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
  (Ärztesuche 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
  klinik-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)