



## Grundschule Brennborg

Johannisstraße 8, 93179 Brennborg

Telefon: 09484-263 • Fax: 09484-1366

E-Mail: vs-brennborg@t-online.de • Internet: vs-brennborg.de



## Depressionen und Angststörungen: Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote

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

- jede **Lehrerin/jeden Lehrer des Vertrauens**
- die **Beratungslehrkraft** der Schule:  
Christine Dragon-Hornburg, StRin (GS)  
Telefonsprechstunde: n.V.  
Tel.: 09484/263 (Grundschule Brennborg)  
Fax.: 09484/1366  
e-mail: dragon-hornburg\_beratung@t-online.de
- die zuständige **Schulpsychologin**:  
Annette Roncevic, Lin  
Telefonsprechstunde: Montag, 14.00 – 14.45 Uhr  
Tel.: 09403/9529756 (Grundschule Tegernheim)  
Fax.: 09403507  
e-mail: schulpsychologie@vs-tegernheim.de

### Hilfsangebote bieten auch:

- die **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz**:  
Tel.: 0941/22036 bzw. email: [buero@sbopf.de](mailto:buero@sbopf.de)
- die **Erziehungsberatungsstelle** in der jeweiligen Region (Amberg, Cham, Neumarkt i.d. Opf., Regensburg, Schwandorf, Tirschenreuth, Weiden)
- 
- Kliniken in der Oberpfalz:  
**Kinder- und Jugendpsychiatrie am Bezirksklinikum (BKH)**: Amberg, Cham, Regensburg, Weiden)  
**Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)**: Kinderzentrum St. Martin, Regensburg, SPZ Weiden
- **ärztlicher Bereitschaftsdienst**: bundesweite Tel.: 116117
- **niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie** (Ärztetelefon unter [www.kvb.de](http://www.kvb.de))
- **Psychologische Psychotherapeuten** (Therapeutensuche online unter [www.kvb.de](http://www.kvb.de) oder [www.bptk.de](http://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 bzw. [www.nummergegenkummer.de](http://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](http://www.kopfhoch.de) (Onlineberatung: 24 h)
- **Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:** bke-Onlineberatung [www.bke.de](http://www.bke.de) (Elternberatung sowie Jugendberatung)
- **„FIDEO“ (Fighting depression online):** [www.fideo.de](http://www.fideo.de) (u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen)
- **„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“:** [www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de) (u.a. Infotelefon 0800/3344533, Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)
- **Krisendienst Horizont:** Tel.: 90941/58181, [www.krisendienst-horizont.de](http://www.krisendienst-horizont.de) (Hilfe bei Suizidgefahr)
- **U 25 Freiburg:** [www.u25-freiburg.de](http://www.u25-freiburg.de) (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidge-danken)