

# Depressionen und Angststörungen

**Erste Ansprechpartnerin und Kontaktperson an unserer Schule hinsichtlich Depressionen und Angststörungen ist unsere Schulpsychologin OStRin Andrea Federhofer.**

Um eine frühe Diagnose und die entsprechende Therapie zu ermöglichen, übermittelt sie vor Ort wichtige und aktuelle **Hinweise zu Beratungsstellen, Ärzten, Therapeuten und Kliniken im jeweiligen Schulumfeld.**

- Link zur dienstlichen Erreichbarkeit unserer Schulpsychologin Andrea Federhofer: <http://www.ikg-landsberg.de/beratung-und-hilfe/schulpsychologin>
- Hilfestellungen und Ansprechpartner zu psychologischen Fragen im Kindes- und Jugendalter können Sie auch über die Homepage der **Staatlichen Schulberatungsstellen** finden: <https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung.html>

## 1. Kontakt in Krisenfällen

- Notarzt unter der Telefonnummer 112
- Behandelnder Arzt

## 2. Beratungsstellen vor Ort in Landsberg am Lech

### Heckscher Klinikum

kbo-Heckscher-Klinikum gGmbH; Abteilung Landsberg am Lech

Bgm.-Dr.-Hartmann-Str. 52

86899 Landsberg am Lech

Sekretariat / Mo - Fr 08:30 - 16:30 Uhr

Tel: 08191 / 333-2888

Tax: 08191 / 333-2880

<https://kbo-heckscher-klinikum.de/index.php?id=214>

### SOS-Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern

Familien- und Beratungszentrum Landsberg

Spöttinger Straße 4

86899 Landsberg am Lech

Tel.: 08191 / 9 11 89 – 0

<https://www.sos-kinderdorf.de/kinderdorf-ammersee-lech/angebote/familien-und-beratungszentrum-landsberg/erziehungs--und-familienberatung/beratung-fuer-kinder-und-jugendliche>

### Psychologische Psychotherapeuten

Örtliche Therapeuten können unter folgenden Links ermittelt werden:

- Psychotherapeutensuche der Bayerischen Landeskammer der Psychologischen Psychotherapeuten und der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten (PTK): [https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/id/pa\\_psychotherapeuten-suche.html](https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/id/pa_psychotherapeuten-suche.html)
- Psychotherapeutensuche der Bundes Psychotherapeuten Kammer (BPTK): <https://www.bptk.de//service/therapeutensuche/>
- Koordinationsstelle Psychotherapie der Kassenärztlichen Vereinigung Bayerns (KVB): <https://www.kvb.de/service/patienten/koordinationsstelle-psychotherapie/>
- Psychotherapiesuche des Psychotherapie-Informationsdienstes der Deutschen Psychologen Akademie: <https://www.psychotherapiesuche.de/pid/search>

**Kinderärzte, Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychotherapie**

<https://dienste.kvb.de/arztsuche/app/einfacheSuche.htm>

### 3. Überregionale Beratungs- und Informationsangebote

<b>bke-Jugend-Beratung, Online-Angebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e. V.</b> www.bke-beratung.de Jugend- und Elternberatung, anonym, kostenfrei und datensicher
<b>Telefonseelsorge, bundeseinheitliche Nummer</b> Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr: Tel.: 0800/111 0 111 oder 0800 – 111 0 222 www.telefonseelsorge.de
<b>Nummer gegen Kummer (für Kinder und Jugendliche)</b> Tel.: 166111 (Montag bis Samstag 14 bis 20 Uhr) www.nummergegenkummer.de
<b>Die Arche: Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen e.V.</b> Saarstraße 5, 80797 München Tel.: 089/334041, E-Mail: info@die-arche.de www.die-arche.de
<b>Infotelefon Depression der Stiftung Dt. Depressionshilfe</b> Tel.: 0800/33 44 533 <a href="https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/wo-finde-ich-hilfe/info-telefon">https://www.deutsche-depressionshilfe.de/depression-infos-und-hilfe/wo-finde-ich-hilfe/info-telefon</a>
<b>Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Krankenkassen</b> Tel.: 116117 <a href="https://www.116117.de/de/index.php">https://www.116117.de/de/index.php</a>
<b>Krisendienst Psychiatrie</b> – Wir sind für Sie da (nur für Bürgerinnen und Bürger Oberbayerns) www.krisendienst-psychiatrie.de, 0180 / 655 3000 <b>Weitere Notfallnummern:</b> <a href="http://www.depressionen-depression.net/notfaelle/notfallnummern.htm">http://www.depressionen-depression.net/notfaelle/notfallnummern.htm</a>
<b>Selbsthilfe bei Depressionen - Deutsche Depressionsliga e.V.</b> Beratung und Information <a href="https://www.depressionsliga.de/unser-angebot/hilfe-und-informationen-finden.html">https://www.depressionsliga.de/unser-angebot/hilfe-und-informationen-finden.html</a>
<b>Münchener Bündnis gegen Depression e.V.</b> Luisenstr. 43, 80333 München Tel.: 089/54045120, E-Mail: info@muenchen-depression.de <a href="https://www.muenchen-depression.de/">https://www.muenchen-depression.de/</a>
<b>Fideo</b> - richtet sich speziell an Kinder und Jugendliche, aber auch an Lehrer von psychisch erkrankten Kindern www.fideo.de
<b>Hilfe bei Depression: moodgym   AOK – Die Gesundheitskasse</b> <a href="https://www.aok.de/pk/bayern/inhalt/moodgym-online-selbsthilfe-bei-depressionen-4/">https://www.aok.de/pk/bayern/inhalt/moodgym-online-selbsthilfe-bei-depressionen-4/</a>
<b>Hilfe bei Depressionen   Kostenfreie Telefon-Beratung</b> <a href="https://www.patientenberatung.de/de/gesundheit/gesundheitsinformation/depression">https://www.patientenberatung.de/de/gesundheit/gesundheitsinformation/depression</a>
<b>Depression kann jeden treffen</b> <a href="https://ifightdepression.com/de/">https://ifightdepression.com/de/</a>
<b>Neurologen und Psychiater im Netz</b> <a href="https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/kinder-jugend-psychiatrie/erkrankungen/depression/was-ist-eine-depression/">https://www.neurologen-und-psychiater-im-netz.org/kinder-jugend-psychiatrie/erkrankungen/depression/was-ist-eine-depression/</a>
<b>Depression – Eltern im Netz</b> <a href="https://www.elternimnetz.de/kinder/besondere-beduerfnisse/depression.php">https://www.elternimnetz.de/kinder/besondere-beduerfnisse/depression.php</a>
<b>Münchener Insel – Krisen- und Lebensberatung</b> Marienplatz Untergeschoss, 80331 München Tel.: 089/220041, Kinder- und Jugendtelefon 08001110333 <a href="https://www.muenchner-insel.de">https://www.muenchner-insel.de</a>

## 4. Selbsthilfegruppen für Betroffene und Angehörige

**Geschäftsstelle Deutsche Angst-Hilfe e.V.**

Bayerstr. 77a, Rückgebäude, 80335 München

Tel.: 089/515553 -15 (AB)

Allgemeine Fragen: E-Mail: [dash@angstselbsthilfe.de](mailto:dash@angstselbsthilfe.de)

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

**SHZ Selbsthilfezentrum München**

Beratungs- und Vermittlungsstelle:

Tel.: 089/532956 -11, E-Mail: [info@shz-muenchen.de](mailto:info@shz-muenchen.de)

<https://www.shz-muenchen.de/>

**Aktionsgemeinschaft der Angehörigen psychisch Kranker, ihrer Freunde und Förderer München e. V.**

Landsberger Str. 135, 80339 München

Tel. 089/5024673, E-Mail: [info@apk-muenchen.de](mailto:info@apk-muenchen.de)

<https://www.apk-muenchen.de/kontakt.html>

**Junge Selbsthilfegruppen**

<http://www.schon-mal-an-selbsthilfegruppen-gedacht.de/>