Innerschulische und außerschulische Hilfsangebote in der Region bei Depression und Angststörungen

innerschulisch:

- Schulpsychologin StRin Katharina Demmelbauer, erreichbar unter 08561 971 126 und schulpsychologie@gympan.de
- Beratungslehrkraft OStRin Karin Lehner, erreichbar über 08561 971 01
- Jugendsozialarbeiterin Karin Zitzelsberger, erreichbar unter jas.gympfarrkirchen@rottal-inn.de oder 08561 971 109
- jede Lehrkraft, der du vertraust

außerschulisch:

Einrichtung	**Adresse**	**Telefonnummer**	**E-Mail-Adresse**	**Website**
Staatliche Schulberatungsstelle Niederbayern	Seligenthaler Str. 36 84034 Landshut	0871 43031 0	info@sbndb.de	www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/niederbayern
Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Rottal-Inn	Landshuter Str. 34 84307 Eggenfelden	08721 125330	info@eb-eggenfelden.de	www.beratungsstelle-rottal-inn.de
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik in Landshut mit Außenstelle in Passau	Prof.-Buchner-Str. 22 84034 Landshut Wörthstraße 5 94032 Passau	0871 6008 0 0851 21360-730	Kjp.pia-landshut@bkh-landshut.de Kjp-passau@bkh-landshut.de	www.bkh-landshut.de
Sozialpsychiatrischer Dienst Rottal-Inn	Arno-Jacoby-Str. 7 84347 Pfarrkirchen	08561 238990	spdi@kvrottal-inn.brk	
Bezirksklinikum Mainkofen	Mainkofen 6 94469 Deggendorf	09931 87 0	info@mainkofen.de	www.mainkofen.de

- alle niedergelassenen Kinder- und Jugendpsychotherapeuten
- alle niedergelassenen Kinderärzte sowie Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie

online oder am Telefon:

- Nummer gegen Kummer erreichbar unter 116 111
- Telefonseelsorge erreichbar unter 0800 1110111
- Krisendienst Psychiatrie erreichbar unter 0180 6553000
- Chat-Beratung, erreichbar unter https://www.beratungsstelle-rottal-inn.de/krisenchat (montags 16.00 - 16.45 und mittwochs 14.00 - 14.45)
- www.u25-freiburg.de: Mailberatung durch Gleichaltrige
- www.youth-life-line.de: Youth-Life-Line ist eine Online-Beratung speziell für Jugendliche und junge Erwachsene bis 21 Jahre in akuten Krisen und bei Suizidgefährdung.
- www.ich-bin-alles.de Infoportal zur Depression und psychischen Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen

weiterführende Informationen:

- www.fideo.de
- https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start, hier gibt es auch eine Regionalgruppe Rottal-Inn