

## Übersicht über inner- und außerschulische Hilfsangebote bei Depressionen und Angststörungen

- Jeder Lehrer, jede Lehrerin des Vertrauens
- Beratungslehrkraft Herr OStR Johann Prinz Kotterner Str. 41, 87435 Kempten, Rundbau, Raum C.120 Tel.: 0831/25385-410 (Sekretariat), johann.prinz@fosbos-kempten.de
- Schulpsychologe Herr StR Nicola Christiani Kotterner Str. 41, 87435 Kempten, Rundbau, Raum C.120 Tel.: 0831/25385-410 (Sekretariat) oder 0151/28311100 (mobil) schulpsychologie@fosbos-kempten.de
- Lerncoaching: Frau StDin Angelika Wirth (angelika.wirth@fosbos-kempten.de) Frau OStRin Alexa Dreyer (alexa.dreyer@fosbos-kempten.de) Kotterner Str. 41, 87435 Kempten Tel.: 0831/25385-410 (Sekretariat), Termine über das Sekretariat oder E-Mail
- Staatl. Schulberatungsstelle Frau StDin Isabell O'Connor Beethovenstr. 4, 86150 Augsburg, Tel. 0821/50916-0 (sbschw@as-netz.de oder i.oconnor@schulberatung-schwaben.de)
- Seit 01.03.2021 ist der <b>Krisendienst</b> für psychiatrische Notfälle jetzt einheitlich bayernweit unter <b>0800-6553000</b> erreichbar. Sie erreichen rund um die Uhr psychiatrisch geschulte Menschen und mobile Einsatzteams aus der Region, die auch im Notfall vor Ort kämen.
- Beratungsstellen für Erziehung, Familie und Jugend
- Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie
- Psychologische Psychotherapeuten
- Kliniken
- Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung ( <a href="https://www.bke-beratung.de">https://www.bke-beratung.de</a> )

### Beratungsstellen und ambulante Einrichtungen

Name	Adresse	Tel.	Sonstiges (Wartezeit, Zuzahlung, etc.)
KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Marktoberdorf und Füssen	Marktoberdorf, Meichelbeckstr. 7 Füssen, Feistlestr. 8	08342-98134 08362-38424	Mo-Fr Mo-Do
KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Kaufbeuren	Kaufbeuren, Baumgarten 18 Buchloe, Bahnhofstr. 24	08341-9024-0	

EB Kempten: Psych. Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche	87435 Kempten, Linggstr. 4/II	0831-52232-0	www.eb-kempten.de
Psych. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen	87435 Kempten Klostersteige 18	0831-23636	
Kath. Jugendfürsorge (Hilfe für Familien, Gruppenarbeit, für Alleinerziehende)	Kempten, Mozartstr. 16	0831-27289	
EB Mindelheim	87719 Mindelheim, Steinstr. 20	08261/3132	
EB Memmingen	Memmingen, Herrenstr. 15	08331-498950	
EB Sonthofen	Sonthofen, Bismarckstr. 5	08321-5055	
EB Lindau: Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern, Herr Bauer	88131 Lindau, Holdereggstr. 21	08382 – 4190	
EB Lindenberg: Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern, Herr Riedl	88161 Lindenberg, Brennterwinkel 4	08381 – 3443	
Ehe-, Familien- u. Lebensberatung (Diözese Augsburg), Herr Membart u. Mitarbeiterinnen	88131 Lindau, Hintere Metzgergasse 3 Außenstelle Lindenberg: Hirschstr. 13	08382 – 5568	
Psych. Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen	Sonthofen, Joh.-Althaus-Str.3	08321-805538	
Kinderschutzbund (KIV bei Gewalt in Familien, Missbrauch, etc.)	Immenstadt, Mittagstr.6	08323-4195	
Kinderschutzbund Kaufbeuren	87600 Kaufbeuren Heinzelmannstraße 2	08341- 62663	
Ehe- und Familienseelsorge Diözesanstelle Augsburg	86150 Augsburg, Kap-pelberg 1	0821-3152-283	Regionalstellen in KF, KE, MM; Angebote für Familien, Geschiedene, Trauernde, Alleinerziehende
Gerhardinger Haus	Kempten Memminger Str. 59	0831-54020-0	Jugendschutz, Zuflucht, Jugendschutzstelle
Talk Inn (Kontaktladen für drogenkonsumierende Menschen)	Kempten, Brennergasse 15	0831-28635	
Familienzentrum Kempten „Hand in Hand“	Kempten Landwehrstr. 1	0831-960880-22	

Mädchenhaus Kempten Wildwasser e.V.	Kempten	0831-5859393	
Frauenhaus Kempten	Kempten	0831-18018	
Frauennotruf Kempten	Fachberatungsstelle  inkl. Podcast „Elternabend“:	0831-12100	<a href="https://frauennotruf-kempten-awo.de/">https://frauennotruf-kempten-awo.de/</a>  <a href="https://frauennotruf-kempten-awo.de/downloads-links/">https://frauennotruf-kempten-awo.de/downloads-links/</a>
Notruf für vergewaltigte und sexuell misshandelte Frauen und Kinder (Fr. Brauckmann (Fr. v. Sigriz)	Kempten Rathausplatz 23	0831-12100	
Kinderschutzbund Kempten	Kempten Westendstr. 21	0831-14322	kostenloses Kinder- und Jugendtelefon: 0800-1110333
Weißer Ring Außenstelle Kempten-Oberallgäu, Birgit Meßmang	87437 Kempten Maistr. 2 Fr. Irmgard Leicht:	0831-56599321  08304-492043	Hilfe für Kriminalitätsoffer
Autismus Zentrum Allgäu	87439 Kempten, Schwalbenweg 61	0831- 591100	Beratungs-, Einzel- und Gruppentherapie
Suchtberatungs- und Behandlungsstelle der Caritas	Kempten, Linggstr. 4	0831- 25019	Ambulante Therapie
Psychosoziale Beratungs- und Behandlungsstelle für Abhängige (Caritas), Herr Gehensel	Kaufbeuren	08341-938236	
Suchtberatung Lindau	Lindau	08382 - 9468	
Hochbegabtenförderung e.V., Frau Martina Maier-Lauingen, Kontaktgruppe Bayer. Schwaben	Ettringen	08249-1763	
Online- Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung	bke- Onlineberatung		www.bke-beratung.de/User

### Kliniken für Kinder- und Jugendpsychiatrie/ Psychotherapie/ Initiativen

Name	Adresse	Tel.	Sonstiges (Wartezeit, Zuzahlung, etc.)
Bezirkskrankenhaus Kempten	Kempten Rober-Weixler-Str. 46	0831/540 260	
Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Josefinum Ambulanz und Tagesklinik	Kempten, Haubensteinweg 40	0831/52339-0	

Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie am Krankenhaus Josefinum	Augsburg, Kapellenstr. 30	0821/2412-436	
kbo-Heckscher-Klinikum gGmbH, Fachklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie	81539 München Deisenhofener Straße 28	089/9999-0	
kbo-Heckscher-Klinikum gGmbH Abteilung Landsberg. Klinikum für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik	86899 Landsberg am Lech Bgm.-Dr.-Hartmann-Straße 52	08191/333-2888 <a href="mailto:info.hek-lal@kbo.de">info.hek-lal@kbo.de</a>	
Universitätsklinikum Ulm Klinik u. Poliklinik für Kinder- u. Jugendpsychiatrie u. Psychotherapie	Ulm, Steinhövelstr. 5	0731/5003344	

### Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	<b>116111</b> <a href="http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html">www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html</a>
„Talk to me“: Psychische Gesundheit und Umgang mit Krisen	Kostenfreier Onlinekurs über mehrere Wochen auf der Plattform <a href="http://www.edx.org">www.edx.org</a> (verschiedene Sprachen möglich)	<a href="http://www.edx.org/learn/mental-health/curtin-university-talk-to-me-psychische-gesundheit-und-umgang-mit-krisen-fur-junge-menschen">www.edx.org/learn/mental-health/curtin-university-talk-to-me-psychische-gesundheit-und-umgang-mit-krisen-fur-junge-menschen</a>
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum, Selbsttest, Wissen über Depressionen	<a href="http://www.fideo.de">www.fideo.de</a>
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, Telefon, Online)	<a href="http://www.frnd.de">www.frnd.de</a>
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i. d. jeweiligen Region	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung:	bke-Onlineberatung	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen	<a href="http://www.nakos.de">www.nakos.de</a>
U25 Freiburg	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	<a href="http://www.u25-freiburg.de">www.u25-freiburg.de</a> <a href="http://www.u25.de">www.u25.de</a>
Telefonseelsorge	<b>24 Stunden an 365 Tagen</b> auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder <b>0800 -1110222</b> <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>

**Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:**

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000 – 110550
Erziehungsberatungsstelle: - Caritas - Katholische Jugendfürsorge (KJF)	Caritasverband Kempten-Oberallgäu e.V. Sozialstation St. Vinzenz Landwehrstr. 1 87439 Kempten Tel.: 831 960880-0
Psychologische Beratungsstelle der Kath. Jugendfürsorge	Linggstr. 4 87435 Kempten 0831/522320
Diakonie Kempten Allgäu	St.-Mang-Platz 12 87435 Kempten (Allgäu) 0831/540590
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Kaufbeuren Günzburg	0821 -48030 08341 -720 08221 -9600
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg Kempten Nördlingen	0821/24120 0831/523390 09081/2901390
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)	Sozialpädiatrisches Zentrum Memmingen Bismarckstr. 23 87700 Memmingen
Krisendienst Psychiatrie	0180 - 6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	<a href="http://www.bke-elternberatung.de">www.bke-elternberatung.de</a>
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung)	Gelbe Seiten <a href="http://www.kvb.de">www.kvb.de</a>
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter <a href="http://www.bptk.de">www.bptk.de</a> (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410

Die Eintragung von Kontaktadressen Dritter (sog. externer Anbieter außerhalb der schulischen und staatlichen Beratungsangebote) wird in dieser Auflistung als reine Serviceleistung beziehungsweise als Hinweis angeboten und ist mit keiner Empfehlung von schulischer und staatlicher Seite verbunden. Es wird keine Garantie und Verantwortung dafür übernommen, dass alle Angaben zu jeder Zeit vollständig, richtig und in letzter Aktualität dargestellt sind. Die Berufliche Oberschule Kempten macht sich diese Inhalte nicht zu eigen und übernimmt keine Haftung. Für die Inhalte sind die Anbieter der jeweiligen Beratungsangebote ausschließlich selbst verantwortlich.

gez. Josef Mirl, OStD  
Schulleiter