

## Innerschulische und außerschulische Hilfsangebote (in der Region) bei Depressionen

### Innerschulische Angebote

- Zuständige Schulpsychologin:  
Frau Christiane Wolf (alto-schulberatung(at)gmx.de)
- Zuständige Beratungslehrkraft:  
Herr Christian Weindl (weindl(at)msindersdorf.de)
- Jugendsozialarbeit an Schulen:  
Frau Yvette Dumont (y.dumont(at)kinderschutz.de)  
Frau Daniela Schindlbeck (d.schindlbeck(at)kinderschutz.de)
- Vertrauenslehrkraft der MS Markt Indersdorf:  
Frau Katharina Grumbt (nega(at)msindersdorf.de)  
Herr Andreas Lauko (lauko(at)msindersdorf.de)
- Staatl. Schulberatungsstelle Obb.West:  
Infanteriestr. 7, 80797 München, Tel.: 089/5589924-10 oder 11, Email:  
info(at)sbwest.de

### Außerschulische Angebote

- Amt für Jugend und Familie: jugendamt(at)lra-dah.bayern.de
- Caritas-Zentrum Dachau – Erziehungsberatung, Jugend- und Elternberatung:  
Tel.: 08131/51840, Email: Eb-dah(at)caritasmuenchen.de
- Infoseite des Berufsverbandes der Kinder- und Jugendärzte:  
www.kinderaerzte-im-netz.de
- Infoseite der Bundespsychotherapeutenkammer: www.bptk.de
- Kinder- und jugendpsychiatrische Behandlungsangebote (Kliniken und Praxen): www.bkjpp.de
- Heckscher Klinikum, Kinder- und Jugendpsychiatrie München – in dringenden NOTFÄLLEN: psychiatr. Ambulanz von 9:00-12:00, 089/4400-53307; außerhalb der angegebenen Zeit 089/4400-55511 oder -12
- Beratungsangebote für Jugendliche und Eltern, auch in türkischer Sprache, www.bke-beratung.de
- Informationen, Kontakte und Adressen des Kinderschutzbundes, www.dksb.de
- **Krisendienst Psychiatrie:** 0180/6553000 von 9:00 – 24:00 für ganz Obb.
- **Telefonseelsorge:** kath.: **08001110222**; ev.: **08001110111**; musl.: **030443509821**, <https://mutes.de/home.html>
- **Kinder- und Jugendtelefon e.V.: Nummer -gegen –Kummer**  
**0800/1110333 bundesweit und kostenfrei, immer montags bis freitags**  
**zwischen 15 und 19 Uhr; Elterntelefon 0800/1110550**

### Internet-Angebote

Beratungsstelle für Kinder und Jugendliche in Krisen: [www.neuhland.de](http://www.neuhland.de)

Beratung per Email und Chat für Jugendliche und junge Erwachsene bis 21 in akuten Krisen und bei Suizidgefährdung: [www.youth-life-line.de](http://www.youth-life-line.de)

>kinder>sorgenkinder>depression: [www.elternimnetz.de](http://www.elternimnetz.de)

Jugend Notmail: [www.jugendnotmail.de/](http://www.jugendnotmail.de/)

Fighting Depression Online (FIDEO): [www.fideo.de](http://www.fideo.de)