

## Hilfsangebote in Belastungssituationen, bei psychischen Erkrankungen und in akuten Notfallsituationen

### Innerschulische Ansprechpartner

	Raum	Telefonnummer	E-Mail-Adresse
Jede/r Lehrer*in, denen das Kind und Sie Vertrauen schenken, ist eine gute erste Anlaufstelle!			
Verbindungslehrer*innen Claudia Bruckmeier, Gerald Hönle, Bernhard Müller		Erreichbar über das Elternportal	
Jugendsozialarbeiter*innen Anja Kellig Andreas Lettenthaler Julian Rolvering	019	089/60 66 65 - 156	jugendsozialarbeit@gymnasium-ottobrunn.de
Beratungslehrer Peter Lentner	142v	089/60 66 65 - 145	peter.lentner@gymnasium-ottobrunn.de
Schulpsychologin Melanie Roßkopf	138v	089/60 66 65 - 143	melanie.rosskopf@gymnasium-ottobrunn.de

### Weitere Beratungsmöglichkeiten

	(Internet-)Adresse	Telefonnummer	E-Mail-Adresse
Staatliche Schulberatungsstelle München	Infanteriestr. 7 80797	089/55 899 89 - 60	info@sbmuc.de
AWO-Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Ottobrunn	Jägerweg 10 85521 Ottobrunn	089/60 19 364	eb.ottobrunn@kijuhi.awo-obb.de
Caritas Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Taufkirchen	Lindenring 56 82024 Taufkirchen	089 / 612 25 01	eb-taufkirchen@caritasmuenchen.de
Online Beratungsangebot für Jugendliche der Bundekonferenz für Erziehungsberatung		www.bke-beratung.de	
Ansprechpartner sind auch <b>Kinderärzte, Psychologische Psychotherapeuten</b> und <b>Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie</b> und <b>Kliniken</b>			
Örtliche Suche nach <b>Erziehungsberatungsstellen</b> z.B.: <a href="https://www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen/index.php">https://www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen/index.php</a>			
Suche nach <b>Psychotherapeuten</b> zum Beispiel über:			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• KVB (Kassenärztliche Vereinigung Bayerns): <a href="https://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/">https://www.kvb.de/service/arztverzeichnis/</a> bzw. <a href="https://www.kvb.de/service/patienten/psychotherapeutische-versorgung/">https://www.kvb.de/service/patienten/psychotherapeutische-versorgung/</a></li> <li>• Psychotherapeutenkammer Bayern (haben Adressdatenbank): <a href="http://www.ptk-bayern.de">www.ptk-bayern.de</a></li> </ul>			

### Telefonische Notfallkontakte

	Hinweise	Telefonnummer	Erreichbarkeit
Nummer gegen Kummer  www.nummergegenkummer.de	Für Kinder und Jugendliche, zum Teil auch jugendliche Helfer, anonym und kostenlos	0800 11 10 333 oder 116 111	Mo – Sa 14:00 – 20:00 Uhr
	Für Eltern anonym und kostenlos	0800 11 10 550	Mo – Fr 9:00 – 11:00 Uhr Di & Do 17:00 – 19:00 Uhr
Telefonseelsorge (evangelisch)	Jedes Alter, anonym und kostenlos	0800 11 10 111	rund um die Uhr
Telefonseelsorge (katholisch)	Jedes Alter, anonym und kostenlos	0800 11 10 222	rund um die Uhr
Deutsche Depressionshilfe	anonym und kostenlos, Krankheits-Aufklärung	0800 33 44 533	Mo, Di Do, 13:00 -17:00, Mi und Fr 8:30 – 12:30 Uhr