

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote in Notlagen (u. a. bei Depressionen/Angststörungen)

Schülerinnen und Schüler sowie deren Eltern können sich in der Schule vertrauensvoll wenden an:

jede Lehrerin/ jeden Lehrer des persönlichen Vertrauens	www.grundschule-miesbach.de
die Beratungslehrkraft	Sieglinde Jetzinger (Mittelschule Miesbach: 286030)
die Schulpsychologin	Nina Wintersberger 08024/3030413
die Jugendsozialarbeit an der Schule	Barbara Hofmann-Wolfsgruber 286034

Akute Hilfe auf Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche ab 14 Jahren:

Krisendienst Psychiatrie	24 Stunden täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, vermittelnd, mobil vor Ort)	0180 6553000 (max. 60 Cent pro Anruf) www.krisendienst-psychiatrie.de
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de
„Telefonseelsorge“	24 Stunden täglich kostenfrei, auch Mail- und Chatberatung	0800 1110111 www.telefonseelsorge.de
Rettungsdienst	24 Stunden täglich	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Bundesweite Nummer Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen	116117 https://www.kvb.de

Weitere Adressen, Internetseiten und Telefonnummern sind u. a.:

Im Landkreis: Bezirkskrankenhaus Agatharied	08026/393-0	
Erziehungsberatungsstelle Sozialpsychiatrischer Dienst	929131 28 06 30	
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie	www.kvb.de/service/arztverzeichnis/ zur Ärztesuche, Infotelefon (Mo-Fr: 12.00-15.00 Uhr)	
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche unter www.bptk.de Oder 0921 787765 40410	
„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“ (Online-Foren, regionale Hilfsangebote)	www.deutsche-depressionshilfe.de	Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung (Onlineberatung)	www.bke-jugendberatung.de	
Staatliche Schulberatungsstelle Oberbayern-Ost	www.schulberatung.bayern.de 089 982955110	