

Hilfsangebote zum Thema Depressionen und Angststörungen

Mir ist an meiner Freund*in aufgefallen, dass sie/er sich vor uns zurückzieht, wenig mit uns unternimmt, häufig traurig ist und das Gefühl hat, nichts wert zu sein. Ich mache mir Sorgen! Möglicherweise nehme ich derartige Veränderungen auch an mir selbst wahr oder beobachte diese bei meinem Kind.

Derartiges Verhalten kann (muss nicht) ein Hinweis darauf sein, dass ein Mensch an einer Depression leidet. Es ist aber auf jeden Fall ein Hinweis darauf, genau hinzusehen, nachzufragen oder sich Hilfe zu holen, weil eine Person sich in einer Krisensituation befindet.

Möglicherweise ist es der erste Schritt, eine Lehrer*in des Vertrauens anzusprechen, die bzw. der weitere Kontakte zum Beratungsteam der Schule vermitteln kann.

Mit der folgenden Auflistung von inner- und außerschulischen Ansprechpartnern möchten wir als Gymnasium Höchststadt Schüler*innen und Eltern Anlaufstellen an die Hand geben, an die sich direkt oder indirekt Betroffene wenden können.

Mögliche Ansprechpartner sind: (Angaben ohne Gewähr auf Vollständigkeit)

Beratungsteam der Schule:	Beratungslehrkraft Christine Ortwein Tel: 09193/639737 E-Mail: beratung@gymnasium-hoehstadt.de Staatliche Schulpsychologin Sonja Müller Tel: 09193/639738 E-Mail: sonja.mueller@gymnasium-hoehstadt.de
Regionale Schulberatung:	Staatliche Schulberatungsstelle in Mittelfranken Glockenhofstraße 51 90478 Nürnberg Tel: 0911 58676 10 Fax: 0911 58676 30 E-Mail: verwaltung@schulberatung-mittelfranken.de
Außerschulische Beratungsstellen:	Städt. Jugend- und Familienberatung Karl-Zucker-Str. 10, 91052 Erlangen Telefon: 09131-862295 Fax: 09131/862761 https://www.erlangen.de/Desktopdefault.aspx/tabid-1132/19_read-924/ (Website mit Kontaktformular) Erziehungsberatungsstelle Herzogenaurach Anna-Herrmann-Str. 3 91074 Herzogenaurach Tel: 09132/8088 Fax: 09132/8089 E-Mail: eb@caritas-erlangen.de https://caritas-erlangen.de/index.php/de/beratung-und-hilfe/erziehungs-jugend-und-familienberatung-im-lkr-erlangen-hoehstadt

	<p>Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle Forchheim Birkenfelderstraße 15 91301 Forchheim Tel: 09191/70 72 40 Fax: 09191/ 0 72 10 40 E-Mail: erziehungsberatung@caritas-forchheim.de https://caritas-forchheim.de/dienste-angebote/kinder--jugend-und-familie/erziehungs-jugend-und-familienberatung/</p>
Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie:	<p>Suchmaschine der Kassenärztlichen Vereinigung Bayern https://www.kvb.de/service/patienten/psychotherapeutische-versorgung/ Tipp: Expertensuche benutzen</p>
Psychologische Psychotherapeuten:	<p>Suchmaschine der Kassenärztlichen Vereinigung Bayern https://www.kvb.de/service/patienten/psychotherapeutische-versorgung/ Tipp: Expertensuche benutzen</p> <p>Suchmaschine der Bayerischen Psychotherapeutenkammer https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/formular?openForm&formular=depsychotherapeutensuche</p>
Kliniken:	<p><u>Klinikum Nürnberg Nord</u></p> <p>Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1 90419 Nürnberg Tel: 0911 398-2800 Fax: 0911 398-3261</p> <p>Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1 90419 Nürnberg Tel: 0911-398-2829 Fax: 0911-398-3965</p> <p><u>Universitätsklinikum Erlangen</u></p> <p>Kinder- und Jugendabteilung für Psychische Gesundheit Universitätsklinikum Erlangen Schwabachanlage 6 und 10 91054 Erlangen Tel: 09131-85-39122 Fax: 09131-85-39126 E-Mail: kjp-kontakt@uk-erlangen.de</p> <p>Ambulanz Tel: 09131-85-39123 Fax: 09131-85-39126</p> <p>Psychiatrische und Psychotherapeutische Klinik Universitätsklinikum Erlangen Schwabachanlage 6 91054 Erlangen</p>

	<p>Ambulanz (Terminvereinbarungen) Tel: 09131/85-34597</p> <p>Notfälle Patienten können sich in Notfällen außerhalb der Dienstzeiten melden unter Telefon: Tel: 09131/85-34338 (Notfallambulanz) Tel: 09131/85-33001 (Pforte)</p> <p><u>Klinikum am Europakanal</u></p> <p><i>Klinik für Psychiatrie, Sucht, Psychotherapie und Psychosomatik</i> <i>Klinikum am Europakanal</i> Am Europakanal 71 91056 Erlangen Telefon: 09131 753-2723 (Institutsambulanz)</p> <p><i>Institutsambulanz der DGTV</i> Nägelsbachstraße 49c 91052 Erlangen Universitätsstraße 31 91054 Erlangen Alte Ziegelei 2b 91080 Spardorf Tel: 09131/9236277 Fax: 09131/9236276</p>
<p>Telefonische Beratungsdienste:</p>	<p><i>Krisendienst Mittelfranken</i> Hilfe für Menschen in seelischen Notlagen Tel: 0911 / 42 48 55 – 0 russisch: 0911 / 42 48 55 – 20 türkisch: 0911 / 42 48 55 – 60</p> <p><i>Telefonseelsorge</i> https://www.telefonseelsorge.de Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr: Tel: 0800-1110111 oder 0800-1110222</p> <p><i>NummerGegenKummer</i>, Kinder- und Jugendtelefon https://www.nummergegenkummer.de/ Kostenlose Beratung Tel: 116111 Elterntelefon: 0800/1110550</p> <p><i>Deutsche Depressionshilfe</i> Kostenlose, anonyme Beratung Tel: 0800/3344533</p>
<p>Online-Beratungsdienste:</p>	<p><i>Bundeskongferenz für Erziehungsberatung e.V.</i> Der Fachverband für Erziehungs-, Familien- und Jugendberatung https://www.bke-beratung.de/</p>

<p>Homepages mit umfangreichem Informationsmaterial sowie Telefon- und Onlineberatung:</p>	<p>Stiftung Deutsche Depressionshilfe https://www.deutsche-depressionshilfe.de/start Tel: 0800/3344533</p> <p>Fighting Depression Online (FIDEO) www.fideo.de</p> <p>Bündnis gegen Depression www.buendnis-depression.de</p> <p>Youth-life-line www.youth-life-line.de https://onlineberatung.aygonet.de/youth-life-line/index.php</p> <p>NAKOS https://www.nakos.de/ Selbsthilfegruppen</p> <p>Selbsthilfekontaktstellen KISS https://kiss-mfr.de/</p>
<p>Gesundheitsämter/ Sozialer Beratungsdienst:</p>	<p>Sozialer Beratungsdienst des Gesundheitsamtes der Stadt Erlangen im Landratsamt Erlangen-Höchstadt Nägelsbachstraße 1 91052 Erlangen Tel: 09131/803 2326 Tel: 09131/803 2325</p> <p>Gesundheitsamt der Stadt Forchheim Am Streckerplatz 3 91301 Forchheim Tel. 09191/86-3504 Fax 09191/86-3508</p>