

## Aufklärung über Depression und Angststörungen: Übersicht über schulinterne und außerschulische Hilfsangebote

### 1. Schulinterne Hilfsangebote:

- **Verbindungslehrerin**  
Jeanne Auer
- **Mädchenbeauftragte**  
Janna Geith, Lissy Gschwendtner
- **Schulpsychologin**  
Katharina Kiemer
- **Schulleitung**  
Charlotte Boré, Beate Reitlinger

### 2. Außerschulische Hilfsangebote:

#### 2.1. Online und Telefonangebote

- **BKE Jugendberatung**  
<https://jugend.bke-beratung.de/views/home/index.html>
- **Caritas Online Beratung**  
<https://www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung/onlineberatung>
- **Jugendnotmail**  
<https://www.jugendnotmail.de/>
- **Psychotherapeuten Suchdienst**  
[https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/id/pa\\_psychotherapeuten-suche.html](https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/id/pa_psychotherapeuten-suche.html)
- **Kinder- und Jugendtelefon**  
Tel. **0800 / 11 10 333**  
Mo - Sa 14:00 - 20:00 Uhr  
[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)
- **Psychiatrischer Krisendienst**  
0180 / 655 3000
- **Krisendienst Psychiatrie München**  
089 / 7295960
  
- **Deutsche Depressionshilfe**  
<https://www.deutsche-depressionshilfe.de>
- **Münchner Bündnis gegen Depression**  
<https://www.muenchen-depression.de/>
- **TK-DepressionsCoaching**  
[https://www.tk.de/service/app/2030036/oauth/welldooDepressionsCoach.app?oauth=tr ue&response\\_type=code&client\\_id=VILUA-DPC&scope=ecoach&state>manual](https://www.tk.de/service/app/2030036/oauth/welldooDepressionsCoach.app?oauth=tr ue&response_type=code&client_id=VILUA-DPC&scope=ecoach&state>manual)
- **Fighting depression online**, Online Forum für Jugendliche ab 14 Jahren  
<https://www.fideo.de/>
- **Info-Telefon Depression**  
0800 / 33 44 533  
Mo, Di, Do: 13:00 – 17:00 Uhr  
Mi, Fr: 08:30 – 12:30 Uhr



- **Deutsche Angst-Hilfe e.V.**  
<https://www.angstselbsthilfe.de/dash/beratung-online/>
- **Münchener Angstselbsthilfe e.V.**  
<https://www.angstselbsthilfe-muenchen.de/>

## 2.2. Beratungsstellen

- **Kinder- und Jugendpsychiatrische Beratungsstelle des Referates für Gesundheit und Umwelt**  
Schwanthalerstraße 69  
Telefon: 089 / 23366933
- **Sozial-pädiatrischer Dienst München-Giesing**  
Pilgersheimer Straße 38  
Tel.: 089 / 652021
- **KontaktTee Begegnungsstätte und Beratung**  
Balanstraße 13  
Telefon: 089 / 448 78 88
- **FrauenTherapieZentrum, Psychosoziale Beratung**  
Güllstraße 3  
Telefon: 089 / 747370-0  
(Mo–Fr 10–13 Uhr, Mo–Do 14:30–17:00 Uhr)
- **Münchner Insel**  
Marienplatz Untergeschoss  
Telefon: 089 / 220041
- **Die Arche – Suizidprävention und Hilfe in Lebenskrisen**  
Saarstraße 5  
Telefon: 089 / 334041  
(Mo–Fr 9–13 Uhr und 14.30–17 Uhr)

## 2.3. Kliniken und ambulante Einrichtungen

- **Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie**  
Nußbaumstraße 5a  
Telefon: 089 440055931
- **Heckscher-Klinikum für Kinder- und Jugendpsychiatrie**  
Deisenhofener Straße 28  
Telefon: 089 9999-0
- **Klinik für Kinder- und Jugendpsychosomatik Schwabing**  
Kölner Platz 1  
Telefon: 089 3068-0 oder 3068-5700
- **Atriumhaus Psychiatrisches Krisen- und Behandlungszentrum**  
Bavariastr. 11  
Telefon: 089 / 7678-0