
ÜBERSICHT HILFSANGEBOTE innerschulisch und außerschulisch

Kinder/Jugendliche und Eltern können sich in Notlagen vertrauensvoll an folgende Stellen wenden:

Hilfsangebote am BSG:

- jede **Lehrerin/jeden Lehrer des Vertrauens**

- die **Verbindungslehrkräfte**:
 - Unterstufe (Jahrgangsstufe 5 bis 7): Matthias Baumann
 - Mittelstufe (Jahrgangsstufe 8 bis 10): Franz Adam
 - Oberstufe (Jahrgangsstufe 11 bis 13): Alexander Kolbeck

- die **Beratungslehrkraft** der Schule: Ulrich Effenhauser
(ulrich.effenhauser@bsg-koetzing.de)

- die **Schulpsychologin** der Schule: Petra Berzl
(petra.berzl@bsg-koetzing.de)

- die **Stufenbetreuer**:
 - Unterstufe (Jahrgangsstufe 5 bis 7): Gertrud Lauerer
 - Mittelstufe (Jahrgangsstufe 8 bis 10): Sandra Ederer
 - Oberstufe (Jahrgangsstufe 11 bis 13): Klaus Baumgartner, Alexander Kolbeck

Jede Lehrkraft ist über das Elternportal erreichbar, ebenso kann ein Rückruf der gewünschten Lehrkraft über das Sekretariat des BSG (Tel.: 09941/94660) auch ohne Nennung von Gründen erbeten werden.

Hilfsangebote außerhalb unserer Schule:

- **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz:**
Tel.: 0941/5985330 bzw. info@sbopf.de
<https://www.schulberatung.bayern.de/staatliche-schulberatungsstellen/oberpfalz>
- **Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern:**

Tel.: 09971/79974, www.beratungsstelle-cham.de, auch Onlineberatung möglich
- **Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ):** Kinderzentrum St. Martin, Regensburg:

Tel.: 0941-46502-0
- Kliniken in der Oberpfalz:
 - **medbo Cham, Kinder- und Jugendpsychiatrie, Tagesklinik, Institutsambulanz**

Tel.: 09971/76655-9500 (Zentrale, Anmeldung), linik-kjp-cha@medbo.de;

www.medbo.de/kliniken-heime/kinder-jugendpsychiatrie/cham/
 - **medbo Regensburg, Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der Universität Regensburg,**

Tel.: 0941/941-4004, linik-kjp-r@medbo.de,

www.medbo.de/kliniken-heime/kinder-jugendpsychiatrie/regensburg/
- Klinik in Niederbayern u. a.:
 - **Kinder- und Jugendpsychiatrie Zwiesel, Psychiatrische Institutsambulanz, an der Arberlandklinik Zwiesel,**

Tel.: 09922/50260-0, pia-zwiesel@bkh-landshut.de

www.bkh-landshut.de/1080
- **ärztlicher Bereitschaftsdienst:**

bundesweite Tel.: 116117

- **niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie:**

Ärztensuche unter www.kvb.de unter dem Menüpunkt „Service“

- **Psychologische Psychotherapeuten:**

Therapeutensuche online unter www.kvb.de oder www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) bzw.

telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter Tel.: 0921/787765-40410)

- **Chamer Bündnis gegen Depression:**

www.buendnis-depression.de/cham

Weitere hilfreiche Telefonnummern und Internetadressen:

- **Nummer gegen Kummer;** anonym und kostenlos in ganz Deutschland; auch Onlineberatung

www.nummergegenkummer.de

Kinder- und Jugendtelefon 116111, montags bis samstags von 14 Uhr bis 20 Uhr.

Elterntelefon 0800 111 0 550, montags bis freitags von 9 bis 17 Uhr, dienstags und donnerstags bis 19 Uhr.

- **Krisendienst Bayern** (kostenloses psychosoziales Beratungs- und Hilfeangebot für Menschen in seelischen Krisen, Mitbetroffene und Angehörige)

0800/6553000, rund um die Uhr, www.krisendienste.bayern

- **Telefonseelsorge:**

0800/1110111 oder 0800/1110222

www.telefonseelsorge.de

- **Jugendnotmail**

www.jugendnotmail.de (kostenlose Onlineberatung für Kinder und Jugendliche per E-mail, Chat oder Themenchat)

- **Kopfhoch.de-Beratungsstelle:** telefonisch und online (Beratung für junge Menschen aus der gesamten Oberpfalz):

Tel.: 0800/5458668 (6 bis 22 Uhr), www.kopfhoch.de (Onlineberatung: 24 h)

- **Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung:**

bke-Onlineberatung www.bke.de (Elternberatung sowie Jugendberatung)

- **„FIDEO“ (Fighting depression online):**

www.fideo.de (u. a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen)

- **„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“:**

www.deutsche-depressionshilfe.de

(u. a. Infotelefon 0800/3344533, Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)

- **Krisendienst Horizont:**

Tel.: 0941/58181

www.krisendienst-horizont.de (Hilfe bei Suizidgefahr)

- **U 25 Freiburg:**

www.u25-freiburg.de (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)

- **Freunde fürs Leben:**

<http://www.frnd.de> (Infos und Hilfsangebote bei Depression, auch für Angehörige)