



Ansprechpartner für Depressionen und Angststörungen im Raum Memmingen

Schülerinnen und Schüler können sich in Notlagen an der Schule vertrauensvoll wenden an:		
jede Lehrerin/ jeden Lehrer des Vertrauens		
die Beratungslehrkraft Helmut Walcher	helmut.walcher@jbs-mm.de	08331-97 900
die Schulpsychologin Anne Palazzolo	schulpsychologie@bbz-mm.de	08331 96 49 30
die Jugendsozialarbeit an Schulen Oliver Selmikat	oliver.selmikat@jbs-mm.de	08331-97 90 8916 oder 0173-37 03 672

Jugendliche können sich in Notlagen vertrauensvoll wenden an:		
„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html 
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	www.fideo.de
FRD (Freunde fürs Leben e.V.)	u.a. Hilfsangebote-Finder (vor Ort, am Telefon, Online)	www.frnd.de
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	0800 – 3344533 www.deutsche-depressionshilfe.de
Bundeskongress für Erziehungsberatung:	bke-Onlineberatung	www.bke-jugendberatung.de 
NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	Hilfe bei der Suche nach Selbsthilfegruppen	www.nakos.de
U25 Freiburg	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	www.u25-freiburg.de www.u25.de
Telefonseelsorge	24 Stunden an 365 Tagen auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder 0800 -1110222 www.telefonseelsorge.de

Eltern können sich in Notlagen vertrauensvoll wenden an:	
Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000 – 110550
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben, Augsburg	0821 - 509160
KJF Psychologische Beratungsstelle für Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung 87700 Memmingen, Herrenstr. 15 87719 Mindelheim, Steinstr. 20	08331 498 950 08261 3757
Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Familien 87700 Memmingen, Kempter Straße 42b	08331/850-422 eb@memmingen.de
Bezirkskrankenhaus (BKH) > 18 Augsburg Kaufbeuren Günzburg Spezialstation für Psychosepatienten	0821 -48030 08341 -720 08221 -9600
Kinder- und Jugendpsychiatrie < 18 Josefinum Augsburg Josefinum Kempten	0821- 24120 0831 -523390
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) 87700 Memmingen, Bismarckstr. 23	08331 - 70 2500
Krisendienst Psychiatrie	0180 - 6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Bundeskonferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie	Gelbe Seiten oder kassenärztliche Vereinigung www.kvb.de
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410)