



Ansprech- und Beratungsstellen bei psychischen Erkrankungen, insb. Depressionen und Angststörungen

Liebe Studierende, lieber Studierender,

manchmal stellt das Leben uns vor Herausforderungen, die uns an unsere Grenzen bringen. Traurigkeit, Angst oder das Gefühl der Überforderung können so stark werden, dass wir allein damit nicht mehr zurechtkommen. Es sind immer Menschen da, die uns helfen. Bitte wenden Sie sich frühzeitig an uns oder an die unten genannten Stellen.

Dr. Claudia Spindler
Leiterin der Fachakademie

Beratung an der Fachakademie:

Martina Valentinetti, Vertrauenslehrkraft
Alle Lehrkräfte Ihres Vertrauens

Schulpsychologische Beratung:

Tina Theobald

Maria-Ward-Schule Kempten

Tel: 0821 4558 14041

Mail: tina.theobald@mw-kempten.de

Sprechzeiten: Montag, 13.00 – 15.30 Uhr

Freitag, 09.25 – 10.50 Uhr

Telefonsprechzeiten: Montag, 11.05 – 11.50 Uhr sowie 12.35 – 12.50 Uhr

Staatliche Schulberatungsstelle:

StDin Isabell O'Connor

Beethovenstr. 4

86150 Augsburg

Tel: 0821 50916-0

Mail: sbschw@as-netz.de

Sprechzeiten: Klärung bei telefonischer Voranmeldung

Weitere Informationen finden Sie unter:

<https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/schwaben.html>

Beratungsstellen, ambulante Einrichtungen:

Name	Adresse	Telefonnummer
KJF Kinder- und Jugendhilfe Kempten-Oberallgäu (Caritas)	Linggstraße 4 87435 Kempten	0 831 52232-0
KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Unterallgäu	Herrenstraße 15 87700 Memmingen	08331 498950
KJF Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Kaufbeuren-Ostallgäu	Baumgarten 18 87600 Kaufbeuren	08341 90240
EFL: Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien und Lebensfragen der Diözese Augsburg	Mozartstraße 15 87435 Kempten	0831 23636
Ehe- und Familienseelsorge	Frühlingstraße 27 87439 Kempten	0831 6972833-12
Kinderschutzbund Kreisverband Kempten	Memminger Str. 63 87439 Kempten	0831 14322
Diakonie Kempten Allgäu	St.-Mang-Platz 12 87435 Kempten	0831 54059-0

Telefon- und/oder Onlineberatung:

Name	Onlineberatungsadresse	Telefonnummer
Nummer gegen Kummer (anonym und kostenfrei)	www.nummergegenkummer.de	116 111
Deutsche Depressions-Hilfe (u.a. Online-Foren / Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)	www.deutsche-depressionshilfe.de	0800 3344533
Bke-Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (Onlineberatung)	www.bke-beratung.de/~run/	
„FIDEO“ (Fighting depression online, u. a. Forum zum Austausch, Selbsttest und Wissen über Depressionen)	www.fideo.de	
FRD (Freunde fürs Leben e.V, u. a. Hilfsangebote-Finder vor Ort, am Telefon und Online)	www.frnd.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)	www.telefonseelsorge.de	0800 1110111 oder 0800 1110222

Weitere Beratungsadressen, besonders für Erziehungsberechtigte:

Name	Adresse	Telefonnummer
Elterntelefon der „Nummer gegen Kummer“		08000 110550
Bezirkskrankenhaus (BKH) Kaufbeuren Günzburg		08341 720 08221 9600
Josefinum Kempten (Kinder- und Jugendpsychiatrie)		0831 523390
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)		08331 702500
Krisendienst Psychiatrie		0180 6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst		116117
bke-Onlineberatung (Bundeskonferenz für Erziehungsberechtigten)	www.bke-elternberatung.de	
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie (siehe kassenärztliche Vereinigung)	www.kvb.de	Gelbe Seiten
Psychologische Psychotherapeuten Bundespsychotherapeutenkammer Koordinationsstelle Psychotherapie	www.bptk.de	0921 787765-40410

Bei der Erstellung der Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote in der Region wurde bewusst auf die Aufzählung von **Kinderärzten, Fachärzten für Kinder- und Jugendpsychiatrie sowie Psychologische Psychotherapeuten** verzichtet, um nicht in den freien Wettbewerb der Anbieter einzugreifen. Sollten Sie diesbezüglich Hilfe benötigen, wenden Sie sich bitte an die Schulpsychologin **Frau Tina Theobald**.