

Nachfolgend finden Sie – ohne Anspruch auf Vollständigkeit – eine Übersicht von außerschulischen Hilfsangeboten für Jugendliche und Eltern:

„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	www.deutsche-depressionshilfe.de Infotelefon 0800 - 3344533
Bundeskonferenz 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

Weitere Hilfsadressen, besonders für Eltern:

Elterntelefon der Nummer gegen Kummer	08000 – 110550
Schulpsychologin im Landkreis Donau-Ries	BRin Andrea Grygiel Tel. 0151 23749975 andrea.grygiel@o2online.de
Staatliche Schulberatungsstelle Schwaben	Beethovenstraße 4, 86150 Augsburg Tel. 0821 – 509160; sbschw@as-netz.de
Erziehungsberatungsstelle, beispielsweise bei Caritas, Diakonie oder Katholische Jugendfürsorge (KJF)	Psychologische Beratungsstelle Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung Äbtissin-Gunderada-Str. 3, 86609 Donauwörth Tel. 0906-746600, Fax 0906-746601 info@eb-donauwoerth.de www.ejv-kjf.de oder www.ejv-nordschwaben.de Psychologische Beratungsstelle Erziehungs-, Jugend- und Familienberatung

	Bürggasse 11, 86720 Nördlingen Tel. 09081-86720 info@eb-donauwoerth.de oder www.kjf-augsburg.de
Bezirkskrankenhaus (BKH) Augsburg Günzburg	0821 -48030 08221 -9600
Josefinum (Kinder- und Jugendpsychiatrie) Augsburg Außenstelle Nördlingen	0821- 24120 Stoffelsberg 4, 86720 Nördlingen, Tel. 09081 -2901390 kjp-noerdlingen@josefinum.de , www.josefinum.de
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)	SPZ der Hessing Stiftung Mühlstraße 55, 86199 Augsburg Tel.: 0821/909-2500; Fax: 0821/909-2501 foerderzentrum@hessing-stiftung.de
Krisendienst Psychiatrie	0180 - 6553000
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit: 116117
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	www.bke-elternberatung.de
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugend- psychiatrie (s. kassenärztliche Vereinigung)	Suche unter www.kvb.de
Psychologische Psychotherapeuten	Therapeutensuche online unter www.bptk.de (Bundespsychotherapeutenkammer) oder telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter 0921/787765-40410)