

Liebe Studierende!

Falls Ihr Hilfen bei psychischen Problemen oder Erkrankungen benötigt, helfen Euch hoffentlich die nachstehend genannten Möglichkeiten weiter.

Weitere Angebote findet Ihr auch auf der Homepage der Ahornberger Schulen:

<https://www.berufliche-schulen-ahornberg.de/schulberatung-2/>

Natürlich werden Euch Euere Schulleitung und Lehrkräfte gerne unterstützen!

Schulpsychologin Ann-Mirjam Böhm

- Individuelle Terminvereinbarung per E-Mail an boe@berufliche-schulen-ahornberg.de
- Die Sprechstunden werden durch Aushang im Schulgebäude bekannt gegeben.
- Schulpsychologen unterstützen bei Hinweisen auf bzw. beim Verdacht von psychischen Erkrankungen, z. B. Depressionen, Ängsten, Essstörungen, psychosomatische Auffälligkeiten (z. B. stressbedingte Kopf- und Bauchschmerzen, Schlafstörungen etc.). Sie beraten über außerschulische Hilfsangebote und helfen hier bei der Kontaktaufnahme.

Ansprechpartner in Akutfällen bei Depression

Telefonseelsorge

<https://www.telefonseelsorge.de>

Kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr:

Tel.: 0800-1110111 oder 0800-1110222

Deutsche Depressionshilfe

Kostenlose, anonyme Beratung Mi. und Fr. 08.30 Uhr bis 12.30 Uhr sowie Mo, Di, Do 13 Uhr bis 17 Uhr

Tel.: 0800-3344533

Die Deutsche Depressionshilfe bietet online einen Selbsttest, eine Übersicht zu regionalen Angeboten und vieles mehr auf

www.deutsche-depressionshilfe.de

NummerGegenKummer, Kinder- und Jugendtelefon

<https://www.nummergegenkummer.de/>

Kostenlose Beratung von Mo bis Sa 14 Uhr bis 20 Uhr, Tel.: 116111

Elterntelefon; Mo bis Fr 9 Uhr – 11 Uhr sowie Di und Do 17 Uhr bis 19 Uhr unter 0800-1110550

Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Krankenkassen

Tel.: 116117

Fighting Depression Online (FIDEO)

www.fideo.de

Bündnis gegen Depression

www.buendnis-depression.de

Youth-life-line

www.youth-life-line.de