

Beratung und Hilfe in Notlagen

Akute Hilfe

- **Polizei** **110**
- **Feuerwehr** **112**
- **Notarzt/Rettungsdienst** (24 Std. täglich) **112**
- **Giftnotruf** **089 19 240**
- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst**, bundesweite Nummer **116 117**
Onlineverzeichnis der Bereitschaftspraxen: www.kvb.de
- **Kinder-/Jugendtelefon**, www.nummergegenkummer.de, www.trau-dich.de
Mo. - Sam. 14 - 20 Uhr, Anruf kostenlos & anonym **116 111**
- **Krisendienst/Psychiatrie** 0800 6553000
24 Std. täglich, Soforthilfe in der Nähe (je nach Bedarf telefonisch, (max. 60 Cent/Anruf)
vermittelnd, mobil vor Ort), www.krisendienste.bayern
- **Sozialpsychiatrischer Dienst**, Freising (Caritas) 08161 5387950
E-Mail: spdi-freising@caritasmuenchen.de
- **Kinderärzte und Fachärzte
für Kinder- und Jugendpsychiatrie/-Psychotherapie**
Ärztbesuche unter www.kvb.de/service/arztverzeichnis
- **Psychologische Psychotherapeuten** 0921 787765 40410
Therapeutensuche unter www.bptk.de oder

Jugendamt und Polizei

- **Amt für Jugend und Familie**
Freising Tel: 08161-600-253
- **Beauftragte für Frauen und Kinder bei der Polizei**
Kriminalhauptkommissarin Frau Marita Fuchs, Tel. 0841 93431077
E-Mail: pp-obn.pp.e3.bpfk@polizei.bayern.de

Innerschulische Ansprechpartner für Schülerinnen und Eltern in Notlagen

- Jede Lehrkraft des Vertrauens
- Verbindungslehrerinnen: Frau K. Humbs (k.humbs@rs-fs.de) und Frau Hammer (k.hammer@rs-fs.de)
- Schulpsychologin:
Frau Christiane Buchmann (c.buchmann@rs-fs.de), Tel. 08024 47731290
Telefonsprechstunde: Dienstag von 08:30 bis 09 Uhr und Donnerstag von 11 bis 13 Uhr
- JaS = Jugendsozialarbeit an Schulen
Frau Ulrike Klöss, Tel. 0173 2640272, E-Mail: u.kloess@rs-fs.de
- Schulsozialpädagoge:
Herr Michael Baade, Tel. 08161 600824-34
Telefonsprechstunde: Montag und Mittwochs von 13:45 - 14:45 Uhr
Terminvereinbarungen auch möglich unter: schulsozialarbeit@rs-fs.de

Bei Fragen zur Erziehungsberatung

- Schulberatung Oberbayern-Ost, Tel: 089 982955110
<https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung.oberbayern-ost.html>
- Erziehungsberatungsstelle Freising 08161 5387930
- Erziehungsberatungsstelle Moosburg 08761 726860
- Bundeskonferenz für Erziehungsberatung
= Onlineberatung: www.bke-jugendberatung.de

Seelsorge-Angebote

- Katholische Telefon-Seelsorge Tel: 0800 1110111
- Evangelische Telefon-Seelsorge, Tel: 0800 1110222
- Nummer gegen Kummer e.V. – bundesweit *anonym, vertraulich, kostenlos*
Kinder- und Jugendtelefon: Tel. 116111 von Montag bis Samstag 14 - 20 Uhr
Elterntelefon: 0800 1110550 Montag bis Freitag 09-17 Uhr und Dienstag und Donnerstag 09 - 19 Uhr
Online-Beratung: www.nummergegenkummer.de
- Trau Dich ... *davon zu erzählen, wenn Dir jemand zu nahe kommt*
www.trau-dich.de

Beratungsstellen und Kliniken zum Thema „Esstörungen“

- **Schwabinger Krankenhaus**
Kölner Platz 1, 80804 München, Tel. 089 30680
- **Klinik Roseneck**
Am Roseneck 6, 83209 Prien am Chiemsee, Tel. 08051 680
- **Klinikum Dritter Orden, München-Nymphenburg**
TCE-Therapie-Centrum für Esstörungen
Lachnerstraße 41, 80639 München, Tel. 089 3580473
- Eine Übersicht über Beratungsstellen finden Sie unter www.bzga-essstoerungen.de

Kliniken und Beratungsstelle zum Thema „Depression und Angststörung“

- **kbo - Heckscher Klinik** Deisenhofener Straße 28, 81539 München, Tel. 089 99990
- **Bezirkskrankenhaus Landshut mit kinder- und jugendpsychiatrischer Abteilung**
Prof.-Buchner-Straße 22, 84034 Landshut, Tel.: 0871 60080
- **Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie**
Nußbaumstraße 5, 80336 München, Tel. 089 440057460
- **München Klinik Schwabing - Klinik für Kinder- und Jugendpsychosomatik**
Kölner Platz 1, Haus 8 / 1. OG, 80804 München, Tel. 089 30680
- **Die Arche - Suizidprävention und Hilfen in Lebenskrisen e.V.**
Saarstraße 5, 80797 München, Tel. 089 334041

Auswahl von Anlaufstellen bei Depression im Internet

- www.fideo.de
- www.youth-life-line.de
- www.deutsche-depressionshilfe.de -> Infotelefon: 0800 3344533
- www.lmu-klinikum.de/kinder-und-jugendpsychiatrie

Krisen-Ambulanz

- **Atriumhaus** Bavariastr. 11, München, 089 76780
- **Trauma-Ambulanz der psychotherapeutischen Hochschulambulanz**, Leopoldstr. 44,
München Tel. 089 218072565
- **Krisendienst Psychiatrie Oberbayern**, Plinganserstr. 33, 81369 München
Tel. 0800 655 3000, info@krisendienst-psychiatrie.de

Suchtberatung

- **Prop e.V. Freising Verein für Prävention, Jugendhilfe und Suchttherapie**

Heiliggeistgasse 9, Freising, Infotelefon 0800 0007767 Mo-Do 09-16 Uhr, Fr 09-12 Uhr
Tel. Freising: 08161 549890, E-Mail: freising@prop-ev.de

- **Gesundheitsamt Freising**
Johannisstr. 8, Freising, Tel: 08161 60084300 , E-Mail: gesundheitsamt@kreis-fs.de
- **Suchtberatung des Caritasverband Landshut e.V.**
www.caritas-landshut.de, Gestütstr. 4a, 84028 Landshut, Tel. 0871 8051159
E-Mail: verwaltung@suchtberatung-landshut.de
- **Condrobs – Hilfe für Suchtgefährdete und Suchtkranke**
www.condrobs.de , Tel: 0800 3410100 kostenlos und anonym Montag-Freitag 10-17 Uhr

Trennungs- und Scheidungsberatung

- **Landratsamt Freising**
Fachdienst für Trennungs- und Scheidungsberatung, Tel. 08161 600-253
Montag, Freitag: 08:30 – 09:30 Uhr Mittwoch 08:30 – 09 Uhr

Anlaufstellen bei häuslicher Gewalt

- **Diakonie Freisinger Fachberatungsstelle bei häuslicher und sexualisierter Gewalt/Frauennotruf** Tel: 08161 494740, hilda@diakonie-freising.de
- **Frauenhaus Freising** Tel: 08161 91212, E-Mail: frauenhaus@diakonie-freising.de
- **Kinderschutzbund Freising** Tel: 08161 92955,
E-Mail: kinderschutzbund-freising@freenet.de
- **Der weiße Ring**, Außenstelle Moosburg, Tel: 08761 2885
E-Mail: freising@mail.weisser-ring.de

Sexueller Missbrauch

- **IMMA** Jahnstr. 38, München, *www.imma.de*, Tel. 089 23889110
E-Mail: info@imma.de
- **Für Mädchen: Wildwasser**, Nymphenburgstraße 147, München
www.wildwasser-muenchen.de, Tel: 089 60039331
E-Mail: info@wildwasser-muenchen.de
- **Für Jungen: Kibs** München, Landwehstraße 34, Tel: 089 2317169120

Digitale Gewalt

- **Hass im Netz** Beratung bei Online-Hass <https://www.hass-im-netz.info/index.html>
- **HateAid** Beratung bei Online-Hass <https://hateaid.org/>
- **klicksafe** Aufklärung und Beratungsangebote <https://www.klicksafe.de/hate-speech/initiativen-gegen-hate-speech>