

# Depression und Ängste?!?

Das kann jeden treffen. Die Gründe sind vielfältig, aber es gibt Hilfe.  
Je früher, desto besser.

Wo findest du Ansprechpartner?

## A) an unserer Schule



jede Lehrerin / jeden Lehrer deines Vertrauens			
	Schulpsychologin	B. Audebert	Barbara.Audebert@maristenkolleg.de
	Schulsozialarbeiterin	M.Moser	Monika.Moser@maristenkolleg.de
	Schulpastoral	Dr. H.Stelzer	Hubertus.Stelzer@maristenkolleg.de
Gymnasium	Schulleitung	G. Wesseli, B. Luther M.Weiß-Paschke	<a href="mailto:Gottfried.Wesseli@maristenkolleg.de">Gottfried.Wesseli@maristenkolleg.de</a> <a href="mailto:Brigitte.Luther@maristenkolleg.de">Brigitte.Luther@maristenkolleg.de</a> <a href="mailto:rt175@t-online.de">rt175@t-online.de</a>
	Stufenkoordinatoren Oberstufe Mittelstufe Unterstufe	G.Wegst R. Göppel C.Cavallaro S. Konrad	<a href="mailto:Gerhard.Wegst@maristenkolleg.de">Gerhard.Wegst@maristenkolleg.de</a> <a href="mailto:Rainer.Goeppel@maristenkolleg.de">Rainer.Goeppel@maristenkolleg.de</a> <a href="mailto:Claudia.Cavallaro@maristenkolleg.de">Claudia.Cavallaro@maristenkolleg.de</a> <a href="mailto:Sandra.Konrad@maristenkolleg.de">Sandra.Konrad@maristenkolleg.de</a>
Realschule	Schulleitung	M.Schmölz N.Hofmann	<a href="mailto:Maria.Schmoelz@maristenkolleg.de">Maria.Schmoelz@maristenkolleg.de</a> <a href="mailto:Nicole.Hofmann@maristenkolleg.de">Nicole.Hofmann@maristenkolleg.de</a>
	Vertrauenslehrer	C. Dobrinkat R. Klaus	<a href="mailto:Christian.Dobrinkat@maristenkolleg.de">Christian.Dobrinkat@maristenkolleg.de</a> <a href="mailto:Raoul.Klaus@maristenkolleg.de">Raoul.Klaus@maristenkolleg.de</a>

## B) Internetseiten und Telefonnummern, v.a. für Jugendliche:

„Nummer gegen Kummer“	anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	116111 <a href="http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html">www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html</a>
Krisendienst für psychiatrische Notfälle	24 Stunden fachlich gut geschult Können auch vor Ort kommen	<b>0800-6553000</b>
Telefonseelsorge	<b>24 Stunden an 365 Tagen</b> auch Mail- und Chatberatung	0800 -1110111 oder <b>0800 -1110222</b> <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>
„FIDEO“ (Fighting depression online)	u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen	<a href="http://www.fideo.de">www.fideo.de</a>
Stiftung Deutsche Depressionshilfe	u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	<a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a> Infotelefon 0800 - 3344533
U25 Freiburg	Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	<a href="http://www.u25-freiburg.de">www.u25-freiburg.de</a> <a href="http://www.u25.de">www.u25.de</a>

.... zuständig sind auch die Ärzte (Haus-/Kinderarzt), und die Kinder-und Jugendpsychotherapeuten