

## Hilfen für Kinder und Jugendliche in Notlagen

### Inner- und außerschulische Ansprechpartner/innen

#### **Liebe Schüler/innen,**

*wir haben für euch eine Liste mit verschiedenen Ansprechpartner/innen bei Problemen erstellt. Die Berater/innen helfen euch bspw. bei familiären Problemen, Stress mit Freunden oder Mitschülern, Liebeskummer, Mobbing, Angst, Missbrauch, Selbstverletzung, Depressionen, Sucht etc..*

#### **Die Beratungen sind anonym, kostenfrei und vertraulich.**

➔ In Notlagen könnt ihr euch an folgende Stellen wenden:

- jede **Lehrerin/jeden Lehrer des Vertrauens**
- die **Verbindungslehrkräfte**
- die **Beratungslehrkraft** der Schule
- die zuständige **Schulpsychologin/den zuständigen Schulpsychologen**
- die **Jugendsozialarbeiterin/den Jugendsozialarbeiter** an der Schule
- das **Jugendamt**

(Kontaktdaten: siehe ganz unten)

#### **Hilfsangebote bieten auch folgende Stellen:**

- **Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer)**  
Tel. 0800 / 11 10 333: Mo – Sa 14:00 – 20:00 Uhr sowie Mo., Mi. und Do. von 10-12 Uhr oder über E-Mail / Chat.  
[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)
- **kopfhoch.de – Beratungsstelle**  
... online und telefonisch / ... für junge Menschen / ... aus der gesamten Oberpfalz  
Telefon: 0800 / 54 58 668 (telefonisch: 6-22 Uhr / online 24h)
- **Hoffnungsfunken**  
– Beratung durch Jugendliche zwischen 16 und 21 Jahren  
Telefon: 116111 ( deutschlandweit)
- **Telefonseelsorge**  
0800/1110111 oder 0800/1110222
- **„FIDEO“ (Fighting depression online)**  
[www.fideo.de](http://www.fideo.de) (u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen)
- **„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“**  
[www.deutsche-depressionshilfe.de](http://www.deutsche-depressionshilfe.de) (u.a. Infotelefon 0800/3344533, Online Foren, Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)

- **Krisendienst Horizont**  
Tel.: 90941/58181  
[www.krisendienst-horizont.de](http://www.krisendienst-horizont.de) (Hilfe bei Suizidgefahr)
- **Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung:**  
bke-Onlineberatung (Mail, Einzelchats, Gruppenchats, Themen-Foren)  
<https://www.bke-beratung.de/~run/>
- **Jugend-Notm-Online Beratung durch KJSH-Stiftung** (Einzelonlineberatung, Einzelchat, Themenchats, Foren)  
<https://www.jugendnotmail.de/>
- **niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie**  
(Ärztetelefon unter [www.kvb.de](http://www.kvb.de))
- **Hilfetelefon Sexueller Missbrauch für Kinder und Jugendliche**  
0800 22 55 530 (Mo., Mi., Fr. von 9 bis 14 Uhr sowie Di. und Do. von 15-19 Uhr)  
[save-me-online.de](http://save-me-online.de)  
[beratung@save-me-online.de](mailto:beratung@save-me-online.de)
- **U 25 Freiburg**  
[www.u25-freiburg.de](http://www.u25-freiburg.de)  
(anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)
- **Beratung von jungen Menschen mit Migrationshintergrund: jmd4you**  
<https://beratung.jugendmigrationsdienste.de/website>

---

### Hilfen in der Nähe von Waldsassen und Umgebung

- **Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der kath. Jugendfürsorge**  
Kirchplatz 4  
95643 Tirschenreuth  
Telefon: 09631/3363  
[info@eb-tirschenreuth.de](mailto:info@eb-tirschenreuth.de)
- **Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der KJF**  
Josef-Witt-Platz 1  
92637 Weiden  
Telefon: 0961/3917400  
[sekretariat@eb-weiden.de](mailto:sekretariat@eb-weiden.de)
- **Kinder- und Jugendpsychiatrie Weiden, Tagesklinik, Institutsambulanz**  
Sebastianstraße 27  
92637 Weiden  
Tel +49 (0) 961/39167-0  
[linik-kjp-wen@medbo.de](mailto:linik-kjp-wen@medbo.de)

- **Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Weiden**  
Söllnerstraße 16  
92637 Weiden in der Oberpfalz  
Tel 0961 3033331  
[spz@kliniken-nordoberpfalz.ag](mailto:spz@kliniken-nordoberpfalz.ag)
- **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz**  
Tel.: 0941/22036 bzw. [buero@sbof.de](mailto:buero@sbof.de)  
<https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/oberpfalz.html>
- **Staatliche Schulpsychologin Sabine Sollfrank**  
Staatliches Schulamt Tirschenreuth  
Mähringer Str. 9  
95643 Tirschenreuth  
Telefon: 09631/88346, jeweils am Mittwoch von 11:00 – 13:00 Uhr  
[sabine.sollfrank@Tirschenreuth.de](mailto:sabine.sollfrank@Tirschenreuth.de)
- **Jugendamt Tirschenreuth – Allgemeiner Sozialdienst**  
Bahnhofstraße 51, 95643 Tirschenreuth  
Fr. Bösl (Fachkraft für sexuellen Missbrauch)  
Telefon: 09631 88287  
[astrid.boesl@tirschenreuth.de](mailto:astrid.boesl@tirschenreuth.de)
- **Jugendamt Wunsiedel**  
Landratsamt Wunsiedel i. Fichtelgebirge  
Jean-Paul-Straße 9  
95632 Wunsiedel  
Tel.-Nr.: +49 (0) 9232 80-0  
[poststelle@landkreis-wunsiedel.de](mailto:poststelle@landkreis-wunsiedel.de)
- **Beratungslehrer Stephan Raps**  
Mittelschule Waldsassen  
Eichendorffstr 12  
95652 Waldsassen  
Telefon: 09632/92120  
[sekretariat@mittelschule-waldsassen.de](mailto:sekretariat@mittelschule-waldsassen.de)
- **Vertrauenslehrer Markus Schuller**  
Mittelschule Waldsassen  
Eichendorffstr 12  
95652 Waldsassen  
Telefon: 09632/92120  
[sekretariat@mittelschule-waldsassen.de](mailto:sekretariat@mittelschule-waldsassen.de)
- **Jugendsozialarbeiterin Jenny Schlicht**  
Mittelschule Waldsassen  
Eichendorffstr. 12  
95652 Waldsassen  
Telefon: 09632/921227  
Handy: 0175 2209306  
[jennifer.schlicht@die-gfi.de](mailto:jennifer.schlicht@die-gfi.de)