

HILFE! - in Krisen

Hilfsangebote in seelischen Krisen und Notlagen

Schülerinnen und Schüler

können sich in der Schule vertrauensvoll wenden an :

jede Lehrerin & jeden Lehrer des persönlichen Vertrauens	
die Vertrauenslehrer	M. Krings
für Vollzeit	J. Rösch
die Vertrauenslehrer	M. Kleinherne
für Teilzeit	P. Glöckl
die Schulleitung	G. Spreng
	B. Schäfer

Hier finden Sie Hilfe in akuten Krisensituationen :

(24 Stunden rund um die Uhr - Soforthilfe in der Nähe)

"Wenn's brennt" : KRISENDIENST Psychiatrie	Tel.: 0800 / 655 3000 www.krisendienste.bayern
Telefonseelsorge per Telefon, Chat oder Mail	Tel.: 0800 / 111 0 111 Tel.: 0800 / 111 0 222 www.telefonseelsorge.de/
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	Tel.: 116 117
Rettungsdienst	Tel.: 112

Hier können Sie sich informieren und beraten lassen :

**Beratungsstelle für
psychische Gesundheit**

www.caritas.de/beratung

Tel.: **0841 / 309 100** (Sprechzeiten)

**Caritas-Kreisstelle Ingolstadt
Sozialpsychiatrischer Dienst**

Jesuitenstraße 1
85049 Ingolstadt

Suchtambulanz

www.caritas.de/suchtambulanz

Tel.: **0841 / 309 300** (Sekretariat)

Caritas-Kreisstelle Ingolstadt

Jesuitenstraße 1
85049 Ingolstadt

Caritas ONLINE-Beratung

www.caritas.de/onlineberatung

**Gesundheitsamt
der Stadt Ingolstadt**

Tel.: **0841 / 305 14 61**

Esplanade 29 (beim ZOB)
85049 Ingolstadt

> [Gesundheitsamt &
seine Dienstleistungen](#)

> [Notrufnummern](#)

> [Selbsthilfe – Infos](#)

> [Selbsthilfegruppen
in Ingolstadt](#)

> [Beratungsstellen &
Hilfsorganisationen](#)

**Wirbelwind
Ingolstadt e.V.**

Tel.: **0841 / 17 353**

www.wirbelwind-ingolstadt.de

Beratungsstelle für
Opfer sexualisierter Gewalt

Am Stein 5
85049 Ingolstadt

Weißer Ring

Tel.: **0841 / 370 49 39**

Beratungsstelle für
Opfer sexualisierter Gewalt

www.weisser-ring.de/

Tel.: **116 006** (bundesweit)

**Staatliche
Schulberatung in Bayern**

www.km.bayern.de/.../schulberatung

**Staatliche
Schulberatungsstelle
für Oberbayern West**

Tel.: 089 / 55 89 924 - 11

Tel.: 089 / 55 89 924 - 10

Infanteriestraße 7
80797 München

www.km.bayern.de/.../oberbayern-west

**Psychologische
Psychotherapeuten**

Therapeutensuche unter :

www.bptk.de

Tel.: 089 / 51 55 550

**Stiftung
Deutsche Depressionshilfe**

Tel.: 0800 / 33 44 533

www.deutsche-depressionshilfe.de

Stand : 08. Dez. 2019