

Übersicht Hilfsangebote

bei Depressionen und Angststörungen

Informationen zu innerschulischen und ausserschulischen Hilfsangeboten in der Region, bei psychischen Erkrankungen, insbesondere bei Depression und Angststörungen erhalten Sie unter anderem bei:

- jedem Lehrer/Lehrerin Ihres Vertrauens an der Fachschule für das Bauhandwerk
- beim örtlichen Schulpsychologen für berufliche Schulen:

Mario Benedetti

Tel. 0871 4031-19

E-mail: mario.benedetti@sbnadb.de

Sprechzeiten: Montag bis Freitag

- unter folgender Telefonnummer:

116 111 "Nummer gegen Kummer e.V"

(anonym und kostenfrei, auch Onlineberatung)

- www.fideo.de, "Fideo" (Fighting depression online)

(u. a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depression)

- www.deutsche-depressionshilfe.de

(Infotelefon 0800 3344533)

- "NAKOS" (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)

- www.u25-freiburg.de

(anonyme Mailberatung)

- Telefonseelsorge:

0800 1110111

0800 1110222