

Wer hilft mir weiter

bei **Problemen und Konflikten** in oder außerhalb der Schule?

BERATUNG – AUSKUNFT – HILFE



**für Schülerinnen und Schüler
am Werner-von-Siemens-Gymnasium**

Kinder/Jugendliche und Eltern können sich vertrauensvoll wenden an:

bei Beschwerden oder Konflikten:

- * die Klassenleiterinnen und Klassenleiter
- * die Fachlehrerinnen und Fachlehrer
- * unsere Verbindungslehrerin Frau Färber-Stier und unseren Verbindungslehrer Herrn Schuderer
- * das Direktorat

bei organisatorischen oder pädagogischen Problemen:

- * unsere Unterstufenbetreuerin Frau Kopp und unseren Mittelstufenbetreuer Herrn Miltschitzky
- * das Direktorat

bei allen schulischen und persönlichen Fragen:

- * unsere Religions- oder Ethiklehrerinnen und -lehrer
- * eine Lehrerin oder einen Lehrer des Vertrauens
- * unsere Beratungslehrerin Frau Heller-Boerschmann (Zimmer 202 bzw. 0941 507 4079 bzw. heller.christina@schulen.regensburg.de)
- * unsere Schulpsychologin Frau Weranek (Zimmer 202 bzw. 0941 507 4079 bzw. weranek.christine@schulen.regensburg.de)
- * unsere Suchtbeauftragte Frau Niedermaier

Hilfsangebote bei schwerwiegenden Problemen bieten auch:

- **Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz**
Weinweg 2,
Tel.: 0941 22 0 36
<https://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/oberpfalz.html>
buero@sbopf.de
- **Erziehungsberatungsstellen:**
 - o Erziehungsberatungsstelle der Stadt Regensburg:
Landshuter Str. 19,
Tel.: 0941 507-2762
<https://www.regensburg.de/leben/familien/rat-und-hilfe/beratungsangebote/erziehungsberatung/erziehungsberatung@regensburg.de>
 - o Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der katholischen Jugendfürsorge:
Ostengasse 31
Tel.: 0941 799820
<http://www.kjf-regensburg.de/info@beratungsstelle-regensburg.de>
 - o Psychologische Beratungsstelle Diakonisches Werk:
Prüfeninger Str. 53,
Tel.: 0941 24096
<https://www.diakonie-regensburg.de/beratungen-hilfe/soziale-dienste-und-beratungen/psychologische-beratungsstelle/erziehungsberatung@dw-regensburg.de>

- **Kliniken in der Oberpfalz:**
 - o Kinder- und Jugendpsychiatrie am Bezirksklinikum (BKH) Regensburg:
Universitätsstraße 84 (Haus 25)
Tel.: 0941 941 4004
www.medbo.de
linik-r@medbo.de
 - o Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ): Kinderzentrum St. Martin
Wieshuberstr. 4
Tel.: 0941 46502 0
<https://www.kinderzentrum-regensburg.de/start>
info@kinderzentrum-regensburg.de
- **ärztlicher Bereitschaftsdienst:** bundesweite Tel.: 116117
- **niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie**
(Ärzt suche unter www.kvb.de)
- **Psychologische Psychotherapeuten** (Therapeutensuche online unter www.kvb.de oder www.bptk.de
(Bundespsychotherapeutenkammer) bzw. telefonisch über die Koordinationsstelle Psychotherapie unter
0921/787765-40410)

Weitere hilfreiche Telefonnummern und Internetadressen:

- **Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer):**
116111 bzw. www.nummergegenkummer.de (anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung)
- **Telefonseelsorge:**
0800/1110111 oder 0800/1110222
- **Kopfhoch.de-Beratungsstelle:** telefonisch und online (Beratung für junge Menschen aus der
gesamten Oberpfalz);
Tel.: 0800/5458668 (6-22 Uhr) www.kopfhoch.de (Onlineberatung: 24 h)
- **Bundskonferenz für Erziehungsberatung:** bke-Onlineberatung
www.bke.de (Elternberatung sowie Jugendberatung)
- **„FIDEO“ (Fighting depression online):**
www.fideo.de (u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen)
- **„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“:**
www.deutsche-depressionshilfe.de (u.a. Infotelefon 0800/3344533, Online-Foren, Suche nach
Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)
- **Krisendienst Horizont:**
Tel.: 0941/58181 www.krisendienst-horizont.de (Hilfe bei Suizidgefahr)
- **U 25 Freiburg:**
www.u25-freiburg.de (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)
- **Kinderschutzbund**
Galgenbergstr. 20
Tel.: 0941 5999966
<https://www.kinderschutzbund-regensburg.de/>