

# Hilfsangebote

## An der Realschule am Judenstein

Jede Lehrkraft des Vertrauens (z. B. Klassenleitung, Verbindungslehrkraft, ...)

**Beratungslehrkraft** Frau Monika Pöschl

Tel 0941/5071072 über Sekretariat E-Mail: [poeschl.monika@schulen.regensburg.de](mailto:poeschl.monika@schulen.regensburg.de)

**Schulpsychologin**

SemRin Maria Hrubesch

Albert-Schweitzer-Realschule

Isarstraße 24, 93057 Regensburg

Tel 0941/5071084

E-Mail: [MHrubesch@aol.com](mailto:MHrubesch@aol.com)

**Jugendsozialarbeit** Frau Heidi Baumann

Tel 0941/5071065

E-Mail: [Baumann.Heidi@regensburg.de](mailto:Baumann.Heidi@regensburg.de)

## Beratungsstellen in Regensburg

**Schulberatungsstelle Oberpfalz**

Weinweg 2, 93049 Regensburg

Tel 0941- 22036

E-Mail: [buero@sbopf.de](mailto:buero@sbopf.de)

[www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/oberpfalz.html](http://www.km.bayern.de/ministerium/institutionen/schulberatung/oberpfalz.html)

**Jugendschutzstelle der Stadt Regensburg Nottelefon**

Tel 0941 507 4760

## Weitere Hilfs- und Beratungsangebote in Regensburg

**Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der Universität Regensburg am Bezirksklinikum Regensburg (Zentrum Regensburg)**

Universitätsstraße 84 (Haus 25)

93053 Regensburg

Tel +49 (0) 941/941-4004

E-Mail: [klinik-kjp-r@medbo.de](mailto:klinik-kjp-r@medbo.de)

**Kinder- und jugendpsychiatrische Ambulanz und Privatambulanz**

Tel +49 (0) 941/941-4004

**Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle der Kath. Jugendfürsorge**

Ostengasse 31

93047 Regensburg

Tel 0941- 799820

**Erziehungsberatungsstelle der Stadt Regensburg**

Landshuter Straße 19

93047 Regensburg

Tel 0941- 507-2762

E-Mail: [erziehungsberatung@regensburg.de](mailto:erziehungsberatung@regensburg.de)

**Psychologische Beratungsstelle, Ehe- und Partnerschaftsberatung,  
Lebensberatung der Diakonie Regensburg**

Prüfeninger Straße 53  
93049 Regensburg  
Tel 0941- 2 97 71 – 11

E-Mail: [erziehungsberatung@dw-regensburg.de](mailto:erziehungsberatung@dw-regensburg.de)

**Krisendienst Horizont**

[www.krisendienst-horizont.de](http://www.krisendienst-horizont.de)

Hemauer Straße 8  
93047 Regensburg  
Krisentelefon 09 41/5 81 81

Weitere **Kinderärzte** und **Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie** sowie **psychologische Psychotherapeuten** (Eingabe in eine Suchmaschine z. B. Google, das Örtliche.de, ...)

## **kostenlose und anonyme Beratung für Jugendliche**

**Kinder- und Jugendtelefon** („Nummer gegen Kummer“)

Tel 0800 / 11 10 333 Mo - Sa 14:00 - 20:00 Uhr [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

**kopfhoch.de** - Beratungsstelle -... online und telefonisch / ... für junge Menschen / ... aus der gesamten Oberpfalz

Tel 0800 / 54 58 668 (telefonisch: 6-22 Uhr / online 24h)

**Hoffnungsfunken** - Beratung durch Jugendliche zwischen 16 und 21 Jahren

Tel 116111 (deutschlandweit)

**bke-Onlineberatung** – Beratungsangebot der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung

[www.bke-beratung.de](http://www.bke-beratung.de)

Bundeskonferenz für Erziehungsberatung

Herrnstr. 53, 90763 Fürth

Tel 09 11- 9 77 14 - 0

E-Mail: [bke@bke.de](mailto:bke@bke.de)

**Telefonseelsorge**

[www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)

Tel 0800-111 0 111

**Kummer-Telefon der Caritas**

[www.beratung-caritas.de/onlineberatung/de](http://www.beratung-caritas.de/onlineberatung/de)

Tel 0941/581 81

„**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)

**U 25 Freiburg**: [www.u25-freiburg.de](http://www.u25-freiburg.de) (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)