

Hilfe – Mir geht es nicht gut!

Alles um mich herum ist grau und öde. Ich habe zu nichts mehr Lust. Immer bin ich traurig und ganz hoffnungslos. Ich kann nicht mehr gut einschlafen. Ich bin innerlich oft unruhig. Mein Leben macht mir gar keinen Spaß mehr.

Kennst Du das?

Jeder ist mal schlecht drauf! Aber, was tun, wenn das gar nicht mehr aufhört?

Was tun, wenn Du da selbst nicht rauskommst? Igle Dich nicht ein! Hole Dir Hilfe!

Greta Balsler StRin i. FöS Vertrauenslehrerin	Dr.-Dittrich-Schule Roseggerstr. 18 91257 Pegnitz Tel: 09241/809854-0
Andrea Mösch Jugendsozialarbeit Dr.-Dittrich-Schule	an der Dr.-Dittrich-Schule Roseggerstr. 18 91257 Pegnitz Tel: 09241/809854-3
Susanne Martin BeRin (FöS) Schulpsychologischer Dienst für Förderschulen	Adolph-Kolping-Berufsschule Bamberg Hartmannstr. 7 96050 Bamberg Tel: 0951/7004019 Fax 0951/9182424
Staatliche Schulberatungsstelle für Oberfranken Hof	Theaterstraße 8, 95028 Hof/Saale Tel: 09281 1400360 Mail: mail@sb-ofr.de
Psychologische Beratungsstelle Leitung Christoph Sobek	Kolpingstr. 1 / 3. OG 95444 Bayreuth Tel: 0921 / 78 51 77 10 Fax 0921 / 78 51 77 51 Mail: psychologische-beratung@diakonie-bayreuth.de
Telefonseelsorge	Tel: 0800/1110111
Jugendamt Landkreis Bayreuth	Markgrafenallee 5 95448 Bayreuth Tel: 0921/728-0
Jugendamt Landkreis Amberg-Sulzbach	Schloßgraben 3 92224 Amberg Tel: 09621/39-0
Klinik für Kinder- und Jugendlichenpsychiatrie Bayreuth	Nordring 2 95445 Bayreuth Tel: 0921/283-0
Klinik für Kinder- und Jugendlichenpsychiatrie Amberg	Marienstraße 12 92224 Amberg Tel: 09621/91666-8310
Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie	Siehe örtliche Telefonbucheinträge oder im Internet
Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten	Siehe örtliche Telefonbucheinträge oder im Internet
Online-Beratungsabgebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung	https://www.bke-beratung.de/~run/