



# Ohm-Gymnasium Erlangen

Naturwissenschaftlich-technologisches und Sprachliches Gymnasium

Sprachenfolgen: Englisch - Französisch (- Spanisch) | Englisch - Latein (- Spanisch) | Französisch - Englisch (- Spanisch)  
Am Röthelheim 6 • D-91052 Erlangen • Tel.: 09131/68786-0 • Fax: 09131/68786-13 • Mail: sekretariat@ohm-gymnasium.de

Stand September 2020

## BERATUNGS- UND HILFSANGEBOTE FÜR KINDER, JUGENDLICHE UND ELTERN

- IN KRISEN UND NOTSITUATIONEN
- BEI DEPRESSION, ÄNGSTEN, SUIZIDALITÄT, SELBSTVERLETZUNG
- BEI GEWALTERFAHRUNG, MISSBRAUCHSERFAHRUNG

INNERHALB DER SCHULE – FÜR SCHÜLER\*INNEN UND ELTERN

### WOHIN BEI PROBLEMEN?

Speziell für die 5. Klassen: Tutoren

#### Kontakt:

- Elternportal
- persönlich am Lehrerzimmer
- per Zettel ins Fach

Fachlehrer – berät zu Fachproblemen / schulischem Förderangebot

Klassenleiter – berät zu grundsätzlichem Leistungsstand, (Lern)Verhalten und zu Fragen der Klassengemeinschaft

Verbindungslehrer – berät bei persönlichen Problemen, Problemen in der Klasse oder mit Lehrkräften  
Herr Bestle, Herr Seiler

Stufenbetreuer – berät bei persönlichen Problemen, Problemen in der Klasse / im Kurs oder mit Lehrkräften  
Frau Hacker (Unterstufe), Frau Geissel-Karl (Mittelstufe), Herr Bulitta, Herr Schmid (Oberstufe)

#### Kontakt:

- Elternportal, e-Mail
- persönlich am Lehrerzimmer
- per Zettel ins Fach
- telefonisch

Beratungslehrer – berät bei Schwierigkeiten im Lernverhalten, Schullaufbahnberatung  
Frau Reinhart, E02a, Tel. 09131 / 68786-29  
u.reinhart@ohm-gymnasium.de

Schulpsychologe – berät bei persönlichen Problemen (z. B. Depression, Ängste, Lern- und Leistungsstörungen), Problemen in der Klasse (z. B. Mobbing)  
Frau Röck und Team, E02c, Tel. 09131 / 68786-22 (AB)  
d.roeck@ohm-gymnasium.de

Suchtpräventionsbeauftragte

Frau Sickenberg – monatliche offene Sprechstunde

Schulleitung: Frau Dr. Jückstock-Kießling – in besonderen Fällen, Tel. 68786-0

## AUSSERHALB DER SCHULE – FÜR KINDER UND JUGENDLICHE (UND ELTERN)

<b>Vertrauliche, kostenfreie, anonyme Telefon- und Online-Angebote</b>	
„Nummer gegen Kummer“ anonym und kostenfrei auch Onlineberatung	Tel. 116111 <a href="http://www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html">www.nummergegenkummer.de/kinder-und-jugendtelefon.html</a>
<b>Telefonseelsorge - 24 Stunden</b> auch Mail- und Chatberatung	Tel. 0800 -1110111 oder 0800 -1110222 <a href="http://www.telefonseelsorge.de">www.telefonseelsorge.de</a>
<b>Bundeskongress für Erziehungsberatung:</b> Onlineberatung	<a href="http://www.bke-jugendberatung.de">www.bke-jugendberatung.de</a>
<b>Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK)</b> Aufklärung über psychische Krankheiten, speziell für Jugendliche	<a href="http://www.gefuehle-fetzen.net/themen/unendlich-traurig/?c=traurig">www.gefuehle-fetzen.net/themen/unendlich-traurig/?c=traurig</a>
<b>Krisendienst Mittelfranken – telefonische Hilfe im seelischen Notlagen</b> telefonische Hilfe im seelischen Notlagen vor allem abends/nachts	Tel. 0911 / 42 48 55 – 0 <a href="http://www.krisendienst-mittelfranken.de">www.krisendienst-mittelfranken.de</a>

<b>Themenschwerpunkt: Depression, Suizidgedanken, Ängste, Selbstverletzung</b>	
<b>U25 Nürnberg</b> Jugendliche helfen Jugendlichen: anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken	<a href="http://www.u25-nuernberg.de/">www.u25-nuernberg.de/</a>
<b>Stiftung Deutsche Depressionshilfe</b> u.a. Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten i.d. jeweiligen Region	Tel. 0800 – 3344533 <a href="http://www.deutsche-depressionshilfe.de">www.deutsche-depressionshilfe.de</a>
<b>Nürnberger Bündnis gegen Depression e.V.</b> an Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie angegliedert	Tel. 0911 - 3983766 <a href="mailto:buendnis-depression@klinikum-nuernberg.de">buendnis-depression@klinikum-nuernberg.de</a>

<b>Themenschwerpunkt: Gewalterfahrung, sexueller Missbrauch</b>	
<b>Das gilt immer: Wenn du in Gefahr bist: sofort die 110 anrufen!</b>	
<b>Unabhängiger Beauftragter der Bundesregierung für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs</b> Umfassende Informationen, Telefonberatung, Mailberatung	Hilfetelefon/Mailberatung Sexueller Missbrauch Tel. 0800 22 55 530 <a href="mailto:beratung@save-me-online.de">beratung@save-me-online.de</a>  <a href="https://beauftragter-missbrauch.de">https://beauftragter-missbrauch.de</a> <a href="http://www.kein-kind-alleine-lassen.de">www.kein-kind-alleine-lassen.de</a> <a href="https://nina-info.de/save-me-online//">https://nina-info.de/save-me-online//</a>
<b>Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales</b> Informationen und Hilfsangebote bei Gewalterfahrung	<a href="https://bayern-gegen-gewalt.de">https://bayern-gegen-gewalt.de</a>

	<a href="http://www.jugendnotmail.de">www.jugendnotmail.de</a>
<b>Kinderschutzbund Bayern</b>	<a href="http://www.kinderschutzbund-bayern.de">www.kinderschutzbund-bayern.de</a>
<b>Weißer Ring e.V.</b> Verein zur Unterstützung von Kriminalitätsopfern und zur Verhütung von Straftaten Telefonberatung tgl von 7.00 – 22.00 Uhr  Mail-/Onlineberatung	<a href="http://www.weisser-ring.de">www.weisser-ring.de</a>  <b>Opfer-Telefon 116 006</b>  <a href="https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-opfer/onlineberatung">https://weisser-ring.de/hilfe-fuer-opfer/onlineberatung</a>
<b>Speziell für JUNGEN und MÄNNER:</b> <b>Kibs</b> Kontakt- Informations- und Beratungsstelle für männliche Opfer sexueller Gewalt	<a href="http://www.kibs.de">www.kibs.de</a>
<b>Speziell für MÄDCHEN und FRAUEN:</b> <b>Wildwasser e.V.</b> Beratungsstelle für sexuell missbrauchte Mädchen und Frauen	<a href="http://www.wildwasser-nuernberg.de">www.wildwasser-nuernberg.de</a>
<b>Power Child e.V.</b> Verein zum Schutz vor sexueller Gewalt an Kindern und Jugendlichen	<a href="http://www.power-child.de">www.power-child.de</a>
<b>AMYNA e.V.</b> Verein zur Abschaffung von sexuellem Missbrauch und sexueller Gewalt	<a href="http://www.amyna.org">www.amyna.org</a>
<b>Bündnis für Kinder</b>	<a href="http://www.buendnis-fuer-kinder.de">www.buendnis-fuer-kinder.de</a>

**Dein Kinderarzt oder Hausarzt  
ist grundsätzlich ein möglicher und geeigneter Ansprechpartner**

## AUSSERHALB DER SCHULE – FÜR ELTERN

Staatliche Schulberatungsstelle Mittelfranken	Tel. 0911 – 58676-10 Zentrale Schulpsychologin Marion Müller
<b>Anonyme Online-Angebote</b>	
Bundeskonzferenz für Erziehungsberatung: bke-Onlineberatung	<a href="http://www.bke-elternberatung.de">www.bke-elternberatung.de</a>
Elterntelefon der Nummer gegen Kummer anonym und kostenfrei, auch Onlineberatung	Tel. 08000 – 110550
<b>Städt. Angebote, Jugend-, Familien-, Erziehungsberatungsstellen:</b> Onlinesuche: <a href="http://www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen/index.php">www.stmas.bayern.de/erziehungsberatung/stellen/index.php</a>	
Jugend- und Familienberatung der Stadt Erlangen:	Karl-Zucker-Str.10, 91052 Erlangen Tel. 09131/86-2295 <a href="http://www.erlangen.de/familienberatung">www.erlangen.de/familienberatung</a>
Bereitschaftsdienst des Allgemeinen Sozialdienst (ASD) Erlangen	Tel. 09131/86-2516
Erziehungs-, Jugend- und Familienberatungsstelle für den Landkreis Erlangen-Höchstadt	Anna-Herrmann-Straße 3, 91074 Herzogenaurach Tel.: 09132 / 80 88
<b>Niedergelassene Ärzte und Psychologische Psychotherapeuten</b>	
Niedergelassene Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie	gelbe Seiten <a href="http://www.kvb.de">www.kvb.de</a> (kassenärztliche Vereinigung)
Psychologische Psychotherapeuten	Onlinesuche unter <a href="http://www.bptk.de">www.bptk.de</a> (Bundespsychotherapeutenkammer) telefonisch unter 0921/787765-40410 (Koordinationsstelle Psychotherapie)
<b>Angebote für Selbsthilfegruppen</b>	
NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen)	<a href="http://www.nakos.de">www.nakos.de</a>
Selbsthilfekontaktstellen Kiss Selbsthilfegruppen mit diversen Gruppenangeboten	<a href="https://kiss-mfr.de">https://kiss-mfr.de</a>
<b>Bezirkskrankenhäuser und Kliniken</b>	
Universitätsklinikum Erlangen	Kinder und Jugendabteilung für Psychische Gesundheit Schwabach Anlage 6 und 10, 91054 Erlangen Tel. 09131/ 85-39123 Mail: <a href="mailto:kjp-kontakt@uk-erlangen.de">kjp-kontakt@uk-erlangen.de</a>  Psychiatrische und Psychotherapeutische Klinik Schwabach Anlage 6, 91054 Erlangen Ambulanz tagsüber: Tel. 09131 853-4597 Außerhalb der Sprechzeiten: Tel. 09131/85-33001
Psychotherapeutischen Ambulanz des DGVT Ausbildungszentrums Erlangen-Nürnberg - dgvtA	Nägelsbachstraße. 49c, 91052 Erlangen 09131/9236277 (Erlangen) 09131/6168768 (Spardorf) 0911/13382460 (Nürnberg)
Klinik für Psychiatrie, Sucht, Psychosomatik und Psychotherapie im Klinikum am Europakanal Erlangen	Am Europakanal 71, 91056 Erlangen Institutsambulanz tagsüber: 09131 753-2723 Außerhalb der Sprechzeiten: 09131 753-0
Klinikum Nürnberg Nord	Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1, 90419 Nürnberg Tel: 0911 398-2800