

Antriebslos? Freudlos? Gefühllos? Energielos? Ängstlich? Traurig? Appetitlos? Schlafstörungen? ...

Beobachtest Du seit einiger Zeit etwas davon an Dir selbst?

Beobachten Sie seit einiger Zeit etwas davon an Ihrem Kind?

Um sich Klarheit und Orientierung zu verschaffen, kannst Du/können Sie sich an folgende Ansprechpartnerinnen und -partner innerhalb und außerhalb des Kurt-Huber-Gymnasiums wenden:

innerhalb der Schule:

- jede Lehrkraft Deines/Ihres Vertrauens (vorname.nachname@mykhg.de)
- Beratungsteam
 - Beratungslehrerin Diana Martinis (diana.martinis@mykhg.de)
 - Schulpsychologin Manuela Witte (manuela.witte@mykhg.de)
 - Jugendsozialarbeit: Gesche Fehn (gesche.fehn@mykhg.de) und Christian Eppelin (christian.eppelin@mykhg.de)
- StufenbetreuerInnen
 - Unterstufenbetreuerin Isabell Schlicht (isabell.schlicht@mykhg.de)
 - Mittelstufenbetreuer Thomas Langhof (thomas.langhof@mykhg.de)
 - Oberstufenbetreuer Uwe Gruber (uwe.gruber@mykhg.de) und Andreas Riedel (andreas.riedel@mykhg.de)
- VerbindungslehrerInnen
 - Florian Aigner florian.aigner@mykhg.de
 - Kathrin Mönch kathrin.mönch@mykhg.de
 - Alicja Ondraczek alicja.ondraczek@mykhg.de

außerhalb der Schule:

- Schulberatungsstelle für München Stadt und Land (089/5589989-60)
- AWO Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche in Planegg (089/4521409-0)
- Kinderärzte und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie
- Psychologische Psychotherapeuten
- Kliniken

Weitere außerschulische Beratungsstellen, Anlaufstellen, Kliniken, Ärzte und Kinderärzte, Selbsthilfegruppen sowie Telefonberatung findest Du/finden Sie in einer Informationsbroschüre unterstützt durch die Stadt München.

https://www.muenchen-depression.de/fileadmin/sn_config/MBGD_mediapool/Unsere_Flyer/heft_muc08_2018_16seiter_02.pdf

Darüber hinaus kann man auch das Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung in Anspruch nehmen.

bke-Onlineberatung (<https://www.bke-beratung.de/~run/>)