Übersicht Hilfsangebote

Innerschulisches Hilfsangebot:

Schulpsychologin	Frau Miriam Augustin (StRefin)	miriam.augustin@uk-erlangen.de sowie ByCs-Messenger
Schulsozialpädagogin	Frau Andrea Lohmeier	09131 85-46128 andrea.lohmeier@uk-erlangen.de
Verbindungslehr-kräfte im Schuljahr 2026/2027	Frau Anna Kraus (BFS Pflege) Herr Jörg Nüßlin (BFS MT-R)	09131-85- 36839 anna.kraus@uk-erlangen.de 09131-85-46159 joerg.nuesslin@uk-erlangen.de

Außerschulische Hilfsangebote:

In akuten Krisen:	
Krisendienst Mittelfranken	Der Krisendienst Mittelfranken bietet Menschen in psychischen Krisen schnelle und fachkundige Hilfe. Jede Person, die sich in einer seelischen Notlage oder psychischen Krise befindet, kann sich an den Krisendienst Mittelfranken wenden und erhält eine professionelle Soforthilfe. Auch Angehörige und Freunde von Menschen in Krisen können sich beraten lassen. Die Beratung wird in über 120 Sprachen angeboten. Sie erreichen den Krisendienst Mittelfranken kostenlos unter Tel.: 0800/655 3000 Internet: https://www.krisendienste.bayern/mittelfranken/
Weitere Angebote:	
Kassenärztliche Vereinigung – Koordinationsstelle Psychotherapie	Unterstützt bei der Suche nach einem Psychotherapieplatz und vermittelt Kontakte zu Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten. Tel.: 0921 88099-40410 Mo–Do 08:00–17:00 Uhr, Fr 08:00–13:00 Uhr Internet: https://www.kvb.de/patienten/psychotherapeutische-versorgung
Ärztlicher Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung	Ärztlicher Bereitschaftsdienst, der rund um die Uhr erreichbar ist. Tel.: 116117
Sozialpsychiatrischer Dienst **Caritas Erlangen**	Der sozialpsychiatrische Dienst der Caritas Erlangen bietet kostenlose und vertrauliche Beratung und Unterstützung von Personen mit psychischen Erkrankungen und psychosozialen Krisen. Das Angebot ist unabhängig von jeglichen Konfessionen, Weltanschauungen und sozialer Stellung. Das Angebot richtet sich sowohl an die Betroffenen als auch an deren Familien und Bezugspersonen. Tel.: 09131/88 56 0 Internet: https://caritas-erlangen.de/hilfe/psychische-erkrankung/spdi/
Nummer gegen Kummer, Kinder- & Jugendtelefon	Kostenlose und anonyme Online-Beratung und telefonische Beratung: Mo–Sa: 14:00–20:00 Uhr (Kinder- & Jugendtelefon), Tel.: 116111 Mo, Mi, Fr: 09:00–17:00 Uhr; Di + Do: 09:00–19:00 (Elterntelefon), Tel.: 0800/1110550 Internet: https://www.nummergegenkummer.de/

Telefonseelsorge	Hier ist eine kostenlose, anonyme Beratung rund um die Uhr möglich. Tel.: 0800-1110111 oder 0800-1110222 Internet: https://www.telefonseelsorge.de/
Deutsche Depressionshilfe	Die Deutsche Depressionshilfe bietet online einen Selbsttest, eine Übersicht zu regionalen Angeboten und vieles mehr. Internet: www.deutsche-depressionshilfe.de Eine kostenlose, anonyme Beratung ist telefonisch möglich: Mo, Di, Do: 13:00 – 17:00 Uhr Mi, Fr: 08:30 – 12:30 Uhr Tel.: 0800/3344533
Psychiatrische Institutsambulanz Erlangen (am Europakanal)	Die psychiatrische Institutsambulanz bietet Behandlungsplätze für Menschen in psychischen Krisen und mit psychischen Erkrankungen aller Art. Die Termine können telefonisch oder persönlich in der Anmeldung der Institutsambulanz vereinbart werden. Tel.: 09131/753-2723 Telefonsprechstunde: Mo – Fr: 12:00 – 13:00 Uhr 09131/753-2896 Internet: https://www.bezirkskliniken-mfr.de/standorte-und-kliniken/erlangen/psychiatrische-institutsambulanz-erlangen/
Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie (DGVT Erlangen)	Hier findet man psychotherapeutische Ambulanzen an mehreren Standorten in der Umgebung Erlangen-Nürnberg. Eine Online-Anmeldung zu einem Erstgespräch ist möglich unter: Internet: https://ambulanz-erlangen.de/
Psychiatrische und psychotherapeutische Angebote am Uniklinikum Erlangen	Psychiatrische und Psychotherapeutische Klinik-Ambulanz Tel.: 09131/85-34597 (Ambulanz) E-Mail: pia@uk-erlangen.de Psychosomatische Ambulanz Universitätsklinikum Erlangen Tel.: 09131/85-34899, 08:00–13:00 Uhr E-Mail: psychosomatik@uk-erlangen.de
Psychotherapeuten Suche	Psychotherapeutischer Suchdienst: https://www.ptk-bayern.de/ptk/web.nsf/formular?openForm&formular=depsychotherapeutensuche Therapeutensuche von Pro Psychotherapie e.V.: https://www.therapie.de/psyche/info/
Dreycedern e.V.	Das „Erlangener Bündnis gegen Depression“ verfolgt das Ziel, die Situation depressiver Menschen in der Region zu verbessern und die Bevölkerung verstärkt für das Thema Depression zu sensibilisieren. Die Maßnahmen sind angelehnt an das Konzept des „Deutschen Bündnisses gegen Depression“. Internet: https://dreycedern.de/ Tel.: 09131/90768-00 E-Mail: info@dreycedern.de Telefonsprechstunde: Mo, Di, Do: 09:30–11:30 Uhr, Mi: 14:00–16:00 Uhr

Drogen- und Suchtberatungsstelle der Stadt Erlangen	Die Drogen- und Suchtberatungsstelle der Stadt Erlangen bietet neben der individuellen Terminvereinbarung auch eine offene Sprechstunde ohne vorherige Anmeldung. Aktuell ist diese zweimal wöchentlich: Montag: 15:00 – 16:00 Uhr und Dienstag: 11:00 – 12:00 Uhr Für eine individuelle Terminvereinbarung erreichen Sie die Suchtberatungsstelle telefonisch unter: Tel.: 09131/86-2295 E-Mail: drogenberatung@stadt.erlangen.de
Staatliche Schulberatungsstelle Mittelfranken	An der Staatlichen Schulberatungsstelle arbeiten erfahrene Beratungslehrkräfte, Schulpsychologinnen und Schulpsychologen aus allen Schularten. Sie unterstützen insbesondere bei Fragestellungen, die über eine einzelne Schule hinausgehen. Weitere Angebote: Krisenintervention, Präventionsprogramm „Mit Mut gegen Mobbing“, Extremismusprävention „Demokratie und Toleranz“, Inklusionsberatung. **Zentrale Schulpsychologin für berufliche Schulen** Elisabeth Hartmuth: E-Mail: hartmuth@schulberatung-mittelfranken.de Tel.: 0911/58676-21 **Zentrale Beratungslehrerin für berufliche Schulen** Ulla Enzingmüller: E-Mail: enzingmueller@schulberatung-mittelfranken.de Tel.: 0911/58676-22
Offene Tür Erlangen	Das Seelsorge- und Beratungszentrum der Erzdiözese Bamberg bietet Beratungen in schwierigen Lebenssituationen oder einer seelischen Notlage an. Tel.: 09131/25046 Kontakt: https://offene-tuer-erlangen.de/kontakt/kontaktformular
Weitere Links	NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen): https://www.nakos.de/ Fighting Depression Online (FIDEO): www.fideo.de Bündnis gegen Depression: www.buendnis-depression.de Youth-life-line (Beratung in Lebenskrisen und bei Suizidgedanken): https://www.youth-life-line.de/