

Übersicht über innerschulische und außerschulische Hilfsangebote 2025/ 2026

der Mädchenrealschule St. Josef in Schwandorf der Schulstiftung der Diözese Regensburg

Verbindungslehrkräfte/Lehrkräfte des Vertrauens der Mädchenrealschule St. Josef, Schwandorf	StRin (RS) i.K. Michaela Bücherl Tel.: 09431-9980040 E-Mail: bue@mrsstjosef.de StRin (RS) i.K. Lena Körber Tel.: 09431-9980040 E-Mail: kbr@mrsstjosef.de
Beratungslehrkraft der Mädchenrealschule St. Josef, Schwandorf	StRin RS i.K. Katja Spitzner Tel.: 09431- 9980040 E-Mail: schulberatung@mrsstjosef.de oder spi@mrsstjosef.de
Schulpsychologin der Mädchenrealschule St. Josef, Schwandorf	BeRin i.K. Maragrete Rauch Tel.: 0162 5679352 E-Mail: rau@mrsstjosef.de
Staatliche Schulberatungsstelle	Staatliche Schulberatungsstelle für die Oberpfalz Weinweg 2 93049 Regensburg Tel.: 0941- 5985330 E-Mail: buero@sbopf.de

Beratungsstellen (Erziehung, Familie, Jugend)	Kath. Jugendfürsorge Regensburg Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Höflingerstraße 11 92421 Schwandorf Telefon: 09431 / 99 70-10 Telefax: 09431 / 99 70-120 info@beratungsstelle-schwandorf.de Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Höflingerstraße 11 92421 Schwandorf Tel.: 9431- 997010 info@beratungsstelle-schwandorf.de www.beratungsstelle-schwandorf.de Beratungsstelle für Ehe- Familien- und Lebensfragen Schwandorf Höflingerstraße 11 92421 Schwandorf Tel.: 9431- 99700-0 Email.: eheberatung-schwandorf@bistum-regensburg.de www.eheberatung-regensburg.de Jugendamt Schwandorf Wackersdorfer Straße 80 92421 Schwandorf Tel.: 09431-471380 Fax.: 09431-471382
--	---

Kinderärzte z.B.	Praxis Kathrin Mothes Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin Meiserstr.1 92421 Schwandorf Tel.: 09431-990836 Praxis Dr. med. Andrea Högl und Gregor Zuj Fachärzte für Kinder- und Jugendmedizin Meiserstr.1 92421 Schwandorf Tel.: 09431-3260 E-Mail: info@kinderaerzte-schwandorf.de
Fachärzte für Kinder – und Jugendpsychiatrie z.B.	Praxis Manfred Wurstner & Dr. Christina Islinger Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie <u>Hauptpraxis Regensburg</u> Landshuter Straße 9 93047 Regensburg Tel.: 0941-6408280 <u>Filiale Schwandorf</u> Marktplatz 28 Tel.: 09431-7541500 info@kinder-jugendpsychiater.de
Psychologische Psychotherapeuten z.B.	Anita Gradl Postgartenstraße 5 92421 Schwandorf 09431 990565 Dipl.-Psych. Karina Heißler Marktplatz 32 92421 Schwandorf 09431 998632 Dipl.- Psych. Univ. Horst Schnappauf Poststraße 14 92421 Schwandorf 09431 43941 Dipl.- Psych. Tobias Meißner Psychologischer Psychotherapeut Kirchenstraße 1 93133 Burglengenfeld Tel.: 0176 83040259
Kliniken z.B.	Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie der Universität Regensburg am Bezirksklinikum Regensburg Universitätsstraße 84 (Haus 25) 93053 Regensburg Eingang: Vitusstr. 3 (auch hier Parkplätze) Tel.: 0941-9414004

	medbo Bezirksklinikum Regensburg Universitätstraße 84 93053 Regensburg (24 Stunden geöffnet!) medbo KJPP Ambulanz und Tagesklinik Amberg Kinder- und Jugendpsychiatrie Amberg Tagesklinik, Institutsambulanz Marienstraße 12 92224 Amberg Tel.: 09621-916668310 medbo KJPP Ambulanz und Tagesklinik Cham Kinder- und Jugendpsychiatrie Cham Tagesklinik, Institutsambulanz August-Holz-Straße 1 (SANA-Kreiskrankenhaus) 93413 Cham Eingang: Tiergartenstraße Tel.: 09971-766559500 medbo KJPP Weiden Sebastianstraße 27 92637 Weiden i. d. Opf. 0961 391677010
Sozialpädiatrisches Zentrum z.B.	Regensburger Kinderzentrum St. Martin Wieshuberstraße 4 93059 Regensburg 0941 465020
Online-Beratungsangebot für Jugendliche der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung	bke-Onlineberatung https://www.bke-beratung.de/~run/

Weitere hilfreiche Telefonnummern und Internetadressen:

Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer)

Tel.: 116111 bzw.

www.nummergegenkummer.de (anonym und kostenfrei; auch Onlineberatung)

Telefonseelsorge

Tel.: 0800/1110111 oder 0800/1110222

Telefon- und Onlineberatung (Beratung für junge Menschen aus der gesamten Oberpfalz) Tel.: 0800/5458668 (6-22 Uhr)

www.kopfhoch.de (Onlineberatung: 24 h)

Bundeskonferenz für Erziehungsberatung

bke-Onlineberatung www.bke.de (Elternberatung sowie Jugendberatung)

„FIDEO“ (Fighting depression online)

www.fideo.de (u.a. Forum zum Austausch, Selbsttest, Wissen über Depressionen)

„Stiftung Deutsche Depressionshilfe“

www.deutsche-depressionshilfe.de (u.a. Infotelefon 0800/3344533, Online-Foren, Suche nach Hilfsangeboten in der jeweiligen Region)

Krisendienst Horizont (Hilfe bei Suizidgefahr) Tel.: 90941/58181
www.krisendienst-horizont.de

U 25 Freiburg (anonyme Mailberatung bei Krisen und Suizidgedanken)
www.u25-freiburg.de

Hilfeportal (d. Bundesregierung) Sexueller Missbrauch (kostenfrei und anonym)
Tel.: 0800/ 2255530

Berta – Beratung und telefonische Anlaufstelle (bei sexualisierter und ritueller Gewalt) (kostenfrei und anonym)
Tel.: 0800/ 3050750

Stand: September 2025