



Har du det vanskelig?

Snakk med oss gratis

Illustrasjonsfoto

**Vanskelige tanker
og vonde følelser?**

Chat-tjeneste for deg
fra 9 til 19 år:
[SnakkOmPsyken.no](https://www.snakkompsyken.no)

**Snakke med noen
om mobbing?**

Chat-tjeneste for deg
fra 9 til 19 år:
[SnakkOmMobbing.no](https://www.snakkommobbing.no)

**Vokst opp i hjem med
alkohol- eller andre
rusproblemer?**

Rådgiving og terapi på nett
for deg fra 13 til 35 år:
[blakors.no/kompasset](https://www.blakors.no/kompasset)