



# Trenger du noen å snakke med?

## **Blå Kors Kompasset**

*Er du mellom 13 og 35 år og har vokst opp i en familie med alkohol- eller rusproblemer?  
Blå Kors Kompasset har terapeuter og psykologer som du kan prate med  
– helt gratis og uten henvisning fra lege.*

## **SnakkOmMobbing.no**

*SnakkOmMobbing.no er et tilbud til barn og unge i hele Norge.  
De fleste som bruker chat-tjenesten har til felles at de har det vanskelig,  
noen ganger uten å vite hvorfor.*

## **SnakkOmPsyken.no**

*Alle kan streve med vonde tanker og følelser innimellom.  
Da er det viktig å dele det med noen. De fleste som kontakter SnakkOmPsyken.no  
har til felles at de har det vanskelig, noen ganger uten å vite hvorfor.*

