



Behöver du någon att prata med?

**Vi lyssnar på dig när du behöver.
Digital psykisk hälsa Kalmar län –din digitala mottagning.**

Vi finns här när du känner dig nedstämd, orolig, ångestfylld, stressad eller har sömnproblem. Vi finns också här när livet känns svårt och du behöver stöd i livssituationsproblem såsom relationer, kris, sorg eller ensamhet.

 [Läs mer på 1177.se/kalmar-lan](https://1177.se/kalmar-lan)

1177


Region Kalmar län