



Reder du inte ut det själv?

Vi hjälper dig att reda ut tankarna.
Digital psykisk hälsa Kalmar län – din digitala mottagning för
psykologisk behandling, stöd och råd.

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