



Mielenterveystalo.fi

Luotettavaa apua heti



Mielenterveystalo.fi:llä on yli 50 omahoito-ohjelmaa

Mitä voin itse tehdä, kun on paha olla?

Työkaluja 24/7 ilmaiseksi ja kirjautumatta:

Ahdistukseen



Masennukseen



Viiltelyyn



Elämänkriisiin



Univaikeuksiin



Itsetunto- ja
identiteettipulmiin



Mielenterveystalo.fi/nuoret

