



Folkhälsomyndigheten

Alla har en psykisk hälsa

Ta hand om din

dinpsykiskahalsa.se/ung

På dinpsykiskahalsa.se/ung hittar du fakta, råd och tips om vad du kan göra för att må bra, hur du kan hantera vanliga psykiska påfrestningar och hur du kan stötta andra.