

# Behöver du prata med någon om självskadebeteende eller ätstörningar?

Vi erbjuder stöd till dig som är **drabbad**, **närstående** eller **professionell**.

Du kan höra av dig till oss om du är i behov av stöd, har frågor eller funderingar. Om du vill kan du vara anonym.

Självskadechatten: **[www.shedo.se/chatt](http://www.shedo.se/chatt)**

Jourmail: **[www.shedo.se/jourmail](http://www.shedo.se/jourmail)**

Mentorskap: **[www.shedo.se/mentorskap](http://www.shedo.se/mentorskap)**



*Självskadechatten*



*Jourmail*



*Mentorskap*

