



**Psykkporten.fi**

Pålitlig hjälp *genast*



Psykkporten.fi har över 50 egenvårdsprogram

# Saknar du tips och råd som förälder?

Verktyg för problemsituationer i barnfamiljer  
24/7 gratis och utan inloggning

Förlossnings-  
rädsla



Välmående under  
graviditeten och  
spädbarnstiden



Sömnlöshet  
hos vuxna



Problem med  
ätandet  
(0-5 år)



Barn med  
sömnsvårigheter



Barn med  
utmanande  
beteende



Samspel mellan  
barn och förälder  
(0-5 år)

