

# TOBAKKSFRI - SNUS- OG RØYKESLUTTKURS - HØST 2022



**Sted:** Færder friskliv og mestring, Smidsrød helsehus, Øreveien 13, Nøtterøy

**Tidspunkt:** fredag kl 10:00-11:30. uke 42, 21. oktober - uke 44 + uke 46, 18. november.

Kurset er utviklet av Helsedirektoratet og består av strukturert veiledning og noe undervisning samt deltagerens egne erfaringer. Kurset vil bidra til økt motivasjon og lyst til å bli røykfri! Kurset ledes av sertifisert sluttveileder.

**Aktuelle linker:** [www.tobakk.no](http://www.tobakk.no) | [www.slutta.no](http://www.slutta.no)

**Påmelding/informasjon:**

Gro Thorbjørnsen / Tonje E. Krapf-Sterner

Tlf.: 95 33 31 32 / 91 87 68 23

E-post: [friskliv@faerder.kommune.no](mailto:friskliv@faerder.kommune.no)