



Modum kommune
Frisklivssentralen

SNUS- OG RØYKESLUTTKURS.

TRENGER DU HJELP TIL Å SLUTTE MED TOBAKK, ER DET MOTIVERENDE Å JOBBE MOT ET FELLES MÅL SAMMEN MED ANDRE.

På kurset jobber vi med bevisstgjøring av vaner, motivasjon, og ikke minst hvordan forbli snus- eller røykfri. Målet er å slutte i løpet av kurset.

KURSØKTER:

Onsdag 31. oktober

Onsdag 7. november

Onsdag 14. november

Onsdag 21. november

Onsdag 28. november

Onsdag 12. desember



Kurset holdes på Frisklivssentralen, Furumveien 70, Geithus fra **klokka 16.00-17.30.**

Påmelding innen torsdag 25. oktober

Kursavgift kr 300,- faktureres i etterkant av kursstart.

Dersom du ønsker å melde deg på kurs, eller du ønsker mer informasjon kontakt:

Kursleder: Heidi Myklemyr tlf. 47 37 12 79

Frisklivssentralens tlf. 95 77 15 20, tlf tid: man-, ons-, torsdag kl 1200 –1300

E-post: frisklivssentralen@modum.kommune.no

Velkommen til kurs !