



Om hausten for to år sidan vart det halde røykjesluttkurs i Uskedalen med seks deltakarar. Denne hausten får røykjarane i bygda - og andre bygder i Kvinnherad -ein ny sjanse til å stumpa røykjen. Det startar røykjesluttkurs her 23. september og kurset vert halde ein gong i veka i seks veker.

Det er Nasjonalforeningen for folkehelsen gjennom helselaga som står bak desse kursa som i Kvinnherad også har vore halde i Rosendal og på Husnes.

Leiar Selma Eik i helselaget vårt peikar på at det er lettare å slutta når ein tek del i ei gruppe.

Kursopplegget også denne gongen er utvikla av Sosial- og helsedirektoratet og målet er at alle skal få tilbod om eit slikt kurs i nærmiljøet sitt.

Nasjonalforeningen har fått støtte til kurset av Fylkesmannen.

Det har vore bra respons på røykjesluttkursa i Kvinnherad.

Det blir peika på at ingen medisinske tiltak har like stor innverknad på leveutsiktene som røykjeslutt.

Over halvparten av dei som røykjar seier at dei ønskjer å slutta. No får dei sjansen.

Av Ola Matti Mathisen