




SMOKEFREE
oregon



“Mi entrenadora se mostró muy comprensiva. Ella antes había sido fumadora y sabía las dificultades a que me enfrentaba.”



“La línea ‘Abandona ahora’ fue de gran ayuda. Ahora puedo respirar mejor y tengo un montón de energía.”



“El hábito de fumar estaba controlando mi vida, por eso decidí que me ayudaran por medio de la computadora a dejar de fumar.”

El programa para adolescentes de **“La línea ‘Abandona ahora’ de Oregon” es gratuito** para los jóvenes de 13 años o mayor.

visite a www.quitnow.net/oregonsp/
o llame al 1-855-DEJELO-YA (1-855-335356-92)