

SMOKEFREE
oregon



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

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



“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/oregon/
o llame al 1-877-2NO-FUME (1-877-266-3863)