



SMOKEFREE
oregon

Cuando te **decidas a dejar de fumar**,
llama al 1-877-2NO-FUME (1-877-266-3863)
o visita a www.quitnow.net/oregon/

A close-up photograph of a woman with dark curly hair and a young child with curly hair, both smiling warmly. The woman is behind the child, and they are both looking towards the camera. The photo is framed by an orange border.

SMOKEFREE
oregon

Cuando te **decidas a dejar de fumar**,
llama al 1-877-2NO-FUME (1-877-266-3863)
o visita a www.quitnow.net/oregon/

A photograph of a middle-aged man with dark hair, smiling broadly. He is wearing a red button-down shirt. The background is a wooden fence and some green foliage. The photo is framed by an orange border.

SMOKEFREE
oregon

Cuando te **decidas a dejar de fumar**,
llama al 1-877-2NO-FUME (1-877-266-3863)
o visita a www.quitnow.net/oregon/

“Cuando **decidí dejar de fumar,**
la línea ‘Abandona ahora’ me ayudó
a crear mi propio plan y mantenerme firme.”

La línea “Abandona ahora” de Oregon es gratuita
y puedes crear tu propio plan. Hazlo por
computadora o por teléfono.

Puedes dejar de fumar. Te podemos ayudar.

Llama al 1-877-2NO-FUME (1-877-266-3863)
o visita a www.quitnow.net/oregon/