



DEJE EL TABACO A SU MANERA

Dejar el tabaco no es fácil. Encontrar ayuda debe serlo. El programa de Florida Libre de Tabaco (Tobacco Free Florida) ofrece herramientas y servicios gratuitos para ayudarlo a empezar.

presenta

Una clase virtual GRATUITA de
"Herramientas para dejar el tabaco"
(Tools to Quit)

¡Se requiere registración previa! Se le enviará por correo electrónico un enlace virtual para que participe por video o audio en una conferencia vía ZOOM.

INFORMACIÓN DE LA CLASE:

La clase de "Herramientas para dejar el tabaco" le proporcionará información acerca de los efectos del uso de tabaco, los beneficios de dejarlo y lo ayudará a desarrollar su **PROPIO PLAN PARA DEJARLO**. Los grupos de cesación cubren todos los tipos de tabaco.

¡A raíz de la pandemia de COVID-19, dejar el tabaco es más importante que nunca!
Permítanos ayudarlo a conseguir el apoyo que necesita desde la comodidad de su propio hogar.



BENEFICIOS:

Parches de nicotina, goma de mascar/chicle o tabletas de nicotina (lozenges).

(Si es medicamento apropiado para personas de al menos 18 años)

Manual de trabajo y materiales para el participante.

¡Mas que **DUPLICA** sus probabilidades de éxito!

Para registrarse llame al:



Para más información visítenos en:

www.tobaccofreeflorida.com/quityourway

Patrocinado por:

**Florida
HEALTH**