

GROUP QUIT

- **GRATIS** – Participación en los programas sin costo alguno
- **GRATIS** – Parches de reemplazo de nicotina, chicles o caramelos medicados*
- Sesiones de grupo a cargo de especialistas capacitados
- Los programas abarcan todas las formas del tabaco
- ¡Más del DOBLE de posibilidades de éxito!

**Si médicamente adecuados y para personas de 18 años y mayores.*



GROUP QUIT

Es la opción en persona de los servicios Déjalo a Tu Manera de Tobacco Free Florida.



Toll-free 877.848.6696
www.tobaccofreeflorida.com/quityourway



QUIT YOUR WAY



Dejar el tabaco no es fácil.
Encontrar ayuda debería serlo.



QUIT YOUR WAY

Dejar el tabaco no es fácil. Encontrar ayuda debería serlo.



GROUP QUIT

OPCIONES DE PROGRAMAS

OPTION 1

Sesión de 2 horas donde los participantes aprenden cómo crear un plan exitoso para dejar de fumar.

OPTION 2

Los grupos de apoyo se reúnen una vez por semana por 4 semanas y cubren una variedad de temas, incluyendo cómo superar los síntomas de la abstinencia, manejar la adicción y evitar la recaída.

Patrocinado por:

REEMPLAZO DE NICOTINA:

Los parches de reemplazo de nicotina, los caramelos o chicles medicados GRATIS ayudan a los consumidores de tabaco a superar los síntomas de la abstinencia.

**Si médicamente adecuados y en personas de 18 años y mayores.*

COACHING DE GRUPO:

Es un componente eficaz y fundamental de todo intento por dejar de fumar, y puede duplicar las probabilidades de éxito de dejar el tabaco.

