

PRESENTAMOS

KICK IT CALIFORNIA



NUESTROS ASESORES HAN AYUDADO A MÁS DE
1 MILLÓN DE PERSONAS

Kick It California, previamente conocida como la Línea de Ayuda para Fumadores de California, ofrece asesoramiento personalizado, gratuito y con eficacia científicamente demostrada para ayudarle a dejar el tabaco y la nicotina en seis idiomas. Nuestro programa está basado en investigaciones clínicas llevadas a cabo por el UC San Diego Moores Cancer Center, y está financiado por el Departamento de Salud Pública de California y por First 5 California.

Servicios **GRATIS** para romper con el hábito

DEJAR DE FUMAR

■ DEJAR DE VAPEAR

■ DEJAR EL TABACO SI HUMO



KickItCA.org/es

Asesoramiento personalizado, gratuito y con eficacia científicamente demostrada para ayudarle a dejar el tabaco y la nicotina.



Programa de mensajes de texto

Reciba mensajes de texto personalizados que pueden ayudarle en momentos críticos, y nuestros asesores responderán a sus preguntas en 24 horas (hábiles).

Envíe "Dejar de Fumar" o "No Vapear" al 66819 o "Quit Smoking" o "Quit Vaping" al 66819



Hable con un asesor especializado en ayudar a dejar el tabaco

Lunes a viernes, de 7 am a 9 pm
Sábados, de 9 am a 5 pm
1-800-600-8191 (Spanish)
1-800-300-8086 (English)



Aplicaciones móviles

(solo disponible en inglés)
Descárguelas en la App Store y Google Play



Chatee con un asesor (solo disponible en inglés)
kickitca.org/chat



Amazon Alexa (solo disponible en inglés)

Diga "Alexa, activa el Stop Smoking Coach" o "activa el Stop Vaping Coach"