



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 wearing a light-colored top, and the child is wearing a pink top. The photo is framed by an orange border.

SMOKEFREE
oregon

Quando 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 bright 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/