

Quit Partner™ es la forma gratuita de Minnesota para dejar la nicotina, incluyendo fumar, vapear y masticar. Podemos ayudarlo a dejar de fumar con un entrenamiento individual y otras herramientas útiles. Siempre que nos necesite, estamos aquí para ayudarlo las 24 horas del día, los 7 días de la semana.

1-800-Quit-Now / QuitPartnerMN.com

Intérpretes disponibles.

Herramientas útiles

Deje de fumar eligiendo que herramientas gratuitas le gustaría probar.



Medicamentos para dejar de fumar como parches, goma de mascar, o pastillas.*



Mensajes de texto con consejos y sugerencias.**



Correos electrónicos útiles para apoyarlo durante el proceso.**

Entrenamiento para dejar de fumar

Obtenga entrenamiento individual para dejar de fumar, por teléfono o en línea, de entrenadores capacitados para ayudar a personas como usted todos los días. Con solo registrarse, podrá usar estas herramientas útiles de forma gratuita:



Entrenamiento por teléfono o en línea



Parches, goma de mascar o pastillas*



Mensajes de texto**



Apoyo mediante correo electrónico**

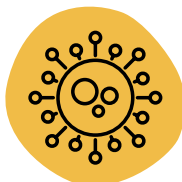


Paquete de bienvenida



2X DUPLIQUE SU PROBABILIDAD PARA DEJAR DE FUMAR

Conozca los riesgos con COVID-19



Si fuma o vapea y contrae COVID-19, podría enfermarse más y alargar el tiempo de recuperación. Cuando esté listo para dejar de fumar, estaremos listos para ayudarlo.