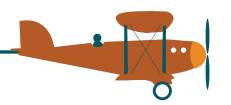


# СКАЖИТЕ ТАБАКУ НЕТ!

Благодаря программе Quitline десятки тысяч жителей штата Вашингтон избавились от употребления табака, курения и вейпинга.



## ПРОГРАММА QUITLINE ШТАТА ВАШИНГТОН



### Пробовали бросить — не вышло? Не сдавайтесь!

Опыт показывает: чем больше попыток, тем выше вероятность, что очередная попытка удастся. А если вы обратитесь в программу Quitline штата Вашингтон, ваши шансы удвоятся. Чтобы все получилось, мы бесплатно предлагаем консультации наставника (Quit Coach®), личный план отказа от никотина, медпрепараты, рассылку ободряющих текстовых сообщений и поддержку по телефону. Наша программа поможет вам раз и навсегда забыть про табак.

### Скажите табаку «нет»!

Интернет: [Quitline.com](https://quitline.com)  
Телефон: 1-800-QUIT-NOW  
(1-800-784-8669)

В Quitline  
предоставляются  
переводчики



## ПРОГРАММА QUITLINE ШТАТА ВАШИНГТОН

Чтобы заказать этот документ в другом формате, звоните по номеру 1-800-525-0127.  
Для глухих и лиц с нарушением слуха: звоните 711 (Washington Relay)  
или пишите по адресу [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).  
340-NonDOH July 2022 Russian