

GRATUITOS RECURSOS PARA DEJAR DE FUMAR DISPONIBLES EN EL CONDADO DE KERN

 Virtual

 En Persona

 Taller o en grupo

 Apoyo individual

 En español

 Mensajes de texto

 Aplicación móvil

 Herramientas de autoayuda



Escanee el código QR para acceder los sitios web de todos estos recursos:
kcessation.my.canva.site

Consulte con su doctor sobre sus opciones de terapia de reemplazo de nicotina para ayudarle dejar de fumar.

		Recurso	Como acceder ayuda	Servicios ofrecidos
Con Membresía	 KAISER PERMANENTE.	Clases Libérese del Tabaco	(661) 664-3712	   
	 Anthem	EX Program y Apoyo Telefónico Personalizado (1:1)	Visite: go.TheExProgram.com/AnthemBlueCross Correo electrónico: HealthEd_CA_Medicaid@anthem.com	     
	 Kern Family Health Care.	Clases para dejar de fumar	1 (800) 391-2000	  
	 BAIHP Bakersfield American Indian Health Project Our Peoples Sharing Hope	Apoyo en salud mental y adicciones	(661) 327-4030	 
Disponible al público	 KERN COUNTY BEHAVIORAL HEALTH RECOVERY SERVICES	Servicios apoyo para el uso de sustancias	1 (866) 266-4898 (24 hrs)	 
	 American Lung Association.	Programa para dejar de fumar & Línea de apoyo	1 (800) 586-4872	   
	 Asian Smokers' Quitline	Asistencia telefónica en idiomas asiáticos	1 (800) 838-8917 (Chino) 1 (800) 556-5564 (Coreano) 1 (800) 778-8440 (Vietnamita)	  
	 KICK IT California	Hable o chatee con un asesor	1 (800) 300-8086	  
Programa de Texto y Aplicación	 KICK IT California	Programa de mensajes	Enviar Mensaje "Dejar de Fumar" al 66819 o "No Vapear" al 66819	   
	 smokefreeTXT	Programa de mensajes de texto Smokefree	Enviar Mensaje "Esp" al 47848	  
	 truth initiative INSPIRING LIVES FREE FROM SMOKING, VAPING & NICOTINE	Programa de mensajes de texto Ex	Visite: join.exprogram.com	 
	 i	Kick It: Quit Smoking Vaping	Escanee el código QR para bajar aplicación	 
	 qs	quitSTART	Escanee el código QR para bajar aplicación	  