

# MOŻESZ POZBYĆ SIĘ NAŁOGU NIKOTYNOWEGO

POROZMAWIAJ

POPROŚ O WSPARCIE

ZAOPATRZ SIĘ W LEKI

## Pozwól, że Ci pomożemy

**Od ponad 20 lat** linia dla rzucających palenie Quitline w stanie Nowy Jork pomaga mieszkańcom stanu Nowy Jork rzucić tytoń.

Obecnie pomagamy nowojorczykom rzucić palenie i wapowanie, oferując indywidualną, dostosowaną do potrzeb pomoc **telefoniczną, internetową i za pośrednictwem SMS-ów**, a także **BEZPŁATNY zapas plastrów i nie tylko!**

Nigdy nie zwątpiliście we mnie -  
i w końcu udało mi się rzucić palenie!  
(ROZMÓWCA QUITLINE)

## Zaczynij

Myślisz o rzuceniu palenia, wapowania lub stosowania innych form tytoniu?

Zadzwoń pod numer **1-866-697-8487**

Odwiedź [nysmokefree.com/pl](http://nysmokefree.com/pl)

Pieniądze, które zaoszczędzisz dzięki rzuceniu palenia odłóż na te lekarstwa. Sprawdź New York State of Health, odwiedzając stronę [nystateof-health.ny.gov](http://nystateof-health.ny.gov). Opracowane przez Roswell Park Cessation Services dla linii rzucania palenia dla palaczy stanu Nowy Jork zlokalizowanej w Kompleksowym Centrum Onkologii w Buffalo w stanie Nowy Jork, 1-866-NY-QUITS (1-866-697-8487) [nysmokefree.com](http://nysmokefree.com). Osoby niesłyszące, niedosłyszące i z niepełnosprawnością mowy: Proszę dzwonić na NY Relay Service pod numer 7-1-1 (głos TTY), proszę podać operatorowi numer Quitline.