

PRESENTAMOS

# KICK IT CALIFORNIA



NUESTROS ASESORES HAN AYUDADO A MÁS DE  
**1 MILLÓN DE PERSONAS**

Kick It California, previamente conocida como la Línea de Ayuda para Fumadores de California, ofrece asesoramiento personalizado, gratuito y con eficacia científicamente demostrada para ayudarle a dejar el tabaco y la nicotina en seis idiomas. Nuestro programa está basado en investigaciones clínicas llevadas a cabo por el UC San Diego Moores Cancer Center, y está financiado por el Departamento de Salud Pública de California y por First 5 California.

## Servicios **GRATIS** para romper con el hábito

DEJAR DE FUMAR ■ DEJAR DE VAPEAR ■ DEJAR EL TABACO SI HUMO



### KickItCA.org/es

Asesoramiento personalizado, gratuito y con eficacia científicamente demostrada para ayudarle a dejar el tabaco y la nicotina.



### Programa de mensajes de texto

Reciba mensajes de texto personalizados que pueden ayudarle en momentos críticos, y nuestros asesores responderán a sus preguntas en 24 horas (hábiles).

Envíe "Dejar de Fumar" o "No Vapear" al 66819 o "Quit Smoking" o "Quit Vaping" al 66819



### Hable con un asesor especializado en ayudar a dejar el tabaco

Lunes a viernes, de 7 am a 9 pm  
Sábados, de 9 am a 5 pm  
1-800-600-8191 (Spanish)  
1-800-300-8086 (English)



### Aplicaciones móviles

(solo disponible en inglés)  
Descárguelas en la App Store y Google Play



Chatee con un asesor (solo disponible en inglés)  
kickitca.org/chat



### Amazon Alexa (solo disponible en inglés)

Diga "Alexa, activa el Stop Smoking Coach" o "activa el Stop Vaping Coach"