

A PARTIR DE SEPTIEMBRE DE 2021

KICK IT CALIFORNIA

LOGO

PÁGINA WEB

TELÉFONOS

KICK/IT
California

KICKITCA.ORG

ESPAÑOL

1-800-600-8191

INGLÉS

1-800-300-8086

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



KickItCa.org

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 (laborables). Envíe "Dejar de Fumar" o "No Vapear" al 66819 o "Quit Smoking" o "Quit Vaping" to 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

**no
butts**

**no
vape**



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



Amazon Alexa (Solo disponible en inglés)

Diga "Alexa, abre Stop Smoking Coach" o "abre Stop Vaping Coach"

Algunos clientes podrían cumplir los requisitos para recibir parches de nicotina gratis. Hable con un asesor para comprobarlo.



HEMOS AYUDADO A MÁS DE UN 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.

NEW FOR SEPTEMBER 2021

KICK IT CALIFORNIA

LOGO

WEBSITE

KICK/IT
California

KICKITCA.ORG

PHONE NUMBERS

ENGLISH

1-800-300-8086

SPANISH

1-800-600-8191



KickItCa.org

Free, customized one-on-one coaching, grounded in science and proven to help you quit.



Speak with a Quit Coach

Monday-Friday 7 am to 9 pm
Saturday 9 am to 5 pm

1-800-300-8086 (English)

1-800-600-8191 (Spanish)



Chat with a Quit Coach

kickitca.org/chat



Amazon Alexa

Say "Alexa, open Stop Smoking Coach" or "open Stop Vaping Coach"



Automated Text Program

We'll text you helpful tips at critical points during your quit journey, and answer any questions you have within one business day.

Text "Quit Smoking" or "Quit Vaping" to 66819

Texto "Dejar de Fumar" o "No Vapear" al 66819



Mobile Apps

Download from the App Store & Play Store

**no
butts**

**no
vape**

WE'VE HELPED MORE THAN
1 MILLION CALIFORNIANS!

QUIT SMOKING, VAPING & SMOKELESS TOBACCO

Kick It California (formerly California Smokers' Helpline) provides free, non-judgmental quit support in six languages. Coaching is based on clinical research conducted by UC San Diego Moores Cancer Center, and funded by the California Department of Public Health & First 5 California.



Some clients may be eligible to receive free nicotine patches. Chat with a Quit Coach to see if you qualify.

PHONE NUMBERS

ENGLISH
1-800-300-8086

SPANISH
1-800-600-8191

KICKITCA.ORG