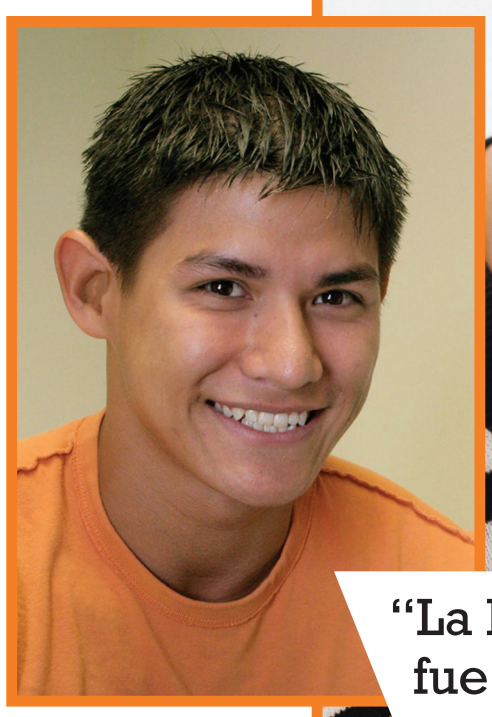
SMOKEFREE oregon



"**Mi entrenadora se mostró muy comprensiva.** Ella antes había sido fumadora y sabía las dificultades a que me enfrentaba."

"La línea **´Abandona ahora´** fue de gran ayuda. Ahora **puedo respirar mejor** y tengo **un montón de energía**."

"El hábito de fumar estaba controlando mi vida, por eso decidí que me ayudaran por medio de **la computadora a dejar de fumar**."

El programa para adolescentes de "**La línea 'Abandona ahora' de Oregon" es gratuito** para los jóvenes de 13 años o mayor.

visite a www.quitnow.net/oregonsp
o llame al 1-855-DEJELO-YA (1-855-335356-92)

Testimonios basados en comentarios reales de personas que usaron la línea "Abandona ahora."