



**TÌM LÝ DO BỎ THUỐC**

# CUỘC SỐNG KHÔNG KHỎI THUỐC BẮT ĐẦU TỪ ĐÂY

- ✓ Lên kế hoạch bỏ thuốc lá. Không bao giờ là quá muộn.
- ✓ Nhờ người khác giúp đỡ. Bạn không cần phải cố gắng một mình.
- ✓ Trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe hoặc văn phòng WIC để được giới thiệu. Nỗ lực đó là xứng đáng.

*Hãy gọi điện hoặc truy cập  
Texas Tobacco Quitline.*

**1-877-YES-QUIT (1-877-937-7848)**

**YESQUIT.ORG**

*Miễn phí. Tiện lợi. Bí mật.*



**THUỐC LÁ  
ĐIỆN TỬ THÌ SAO?**

Thuốc lá điện tử  
cũng có nicotine và  
các hóa chất  
có hại khác.



Tổ chức này là một nhà cung cấp cơ hội bình đẳng.  
© 2023 Bảo lưu mọi quyền. Mã chứng khoán 13-06-16722V 2/23