

# איר קענט אויפגעבן ניקאטין אדיקציע

רעדט  
קריגט שטיצע  
קריגט מעדיצינען

## לאמיר אייך העלפן

פאר מער ווי 20 יאר, האט די ניו יארק סטעיט רייכערערס אויפהער-ליניע, Quitline, געהאלפן ניו יארק איינוואוינער אויפצוגעבן טאבאק. היינט העלפן מיר ניו יארקער אויפצוהערן רייכערן און וועיפן דורך אנבאטן אינדיווידועלע, צוגעפאסטע שטיצע דורכ'ן טעלעפאן, אנליין און טעקסט, ווי אויך אן אומזיסטע סופליי פון פעטשעס און נאך!

איר האט מיך קיינמאל נישט פארלאזן – און איך האב ענדליך אויפגעהערט צו רייכערן! (איינער וואס האט גערופן QUITLINE)

## לאמיר אנהייבן

קלערט איר איבער אויפהערן רייכערן, וועיפן אדער אנדערע פארעם פון טאבאק?

רופט **1-866-697-8487**

באזוכט [nysmokefree.com/yi](http://nysmokefree.com/yi)

זענט איר נישט פארזיכערט? קוקט נאך דעם ניו יארק סטעיט אוו העלט דורך באזוכן [nystateof-health.ny.gov](http://nystateof-health.ny.gov). אנטוויקלט דורך ראסוועל פארק אויפהער סערוויסעס (Roswell Park Cessation Services) פאר דעם ניו יארק סטעיט רייכערערס אויפהער-ליניע ( 'New York State Smokers' Quitline) וואס געפינט זיך אין ראסוועל פארק אלגעמיינע קענסער צענטער (Roswell Park Comprehensive Cancer Center).  
nysmokefree.com Buffalo, NY 1-866-NY-QUITS (1-866-697-8487)  
טויבע און די מיט הירינג און ספיטש דיסעביליטיס: רופט די NY רילעי סערוויס אויף (Voice of TTY) 7-1-1, געבט דעם אפערעיטאר די Quitline נומער.