

আপনি নিকোটিনের নেশা ছাড়তে পারেন

কথা বলুন
সহায়তা নিন
ওষুধ খান

আমাদের সাহায্য করতে দিন

20 বছরেরও বেশি সময় ধরে, নিউ ইয়র্ক স্টেট স্মোকাস কুইটলাইন নিউ ইয়র্কের আবাসিকদের তামাক ছাড়তে সাহায্য করেছে।

আজ, আমরা একজনের-সাথে-একজন, বিশেষভাবে তৈরি ফোন, অনলাইন, ও টেক্সটের মাধ্যমে সহায়তা প্রদান করে, ও পাশাপাশি প্যাচ এবং আরও অনেক কিছু বিনামূল্যে সরবরাহ করে নিউ ইয়র্কবাসীদের ধূমপান ও ভেপিং ছাড়তে সাহায্য করি।

আপনি কখনও আমার উপর হাল ছেড়ে দেন নি - আর আমি অবশেষে ধূমপান ছাড়তে পেরেছি!
(কুইটলাইন কলার)

শুরু করুন

ধূমপান, ভেপিং, বা অন্য ধরনের তামাক ছাড়ার কথা ভাবছেন?

1-866-697-8487 নম্বরে কল করুন

nysmokefree.com দেখুন

অথবা স্ক্যান করুন

ইন্স্যুরেন্স করা নেই? সাধারণ নিকোটিন প্রতিস্থাপন থেরাপিগুলি করার চেষ্টা করুন। তাদের খরচ কম এবং ভালো ব্র্যান্ডের পণ্যগুলির মতো সমান কার্যকর।

আপনি ধূমপান ছেড়ে যে টাকা বাঁচান তা এই ওষুধগুলিতে ব্যবহার করুন।

nystateof-health.ny.gov দেখে নিউ ইয়র্ক স্টেট হেলথ দেখে নিন।

Roswell Park Comprehensive Cancer Center Buffalo, NY -এ অবস্থিত নিউ ইয়র্ক স্টেট স্মোকাস কুইটলাইন-এর জন্য রসওয়েল পার্ক সেশন সার্ভিসেস-এর তৈরি 1-866-NY-QUITS (1-866-697-8487) NYSmokeFree.com/BN

বধির, কানে কম শোনা ও কথা বলায় প্রতিবন্ধীরা: 7-1-1 (TTY-এর কর্তৃত্ব) নম্বরে NY রিলে সার্ভিসেসে কল করুন, অপারেটরকে কুইটলাইনের নম্বরটি দিন।