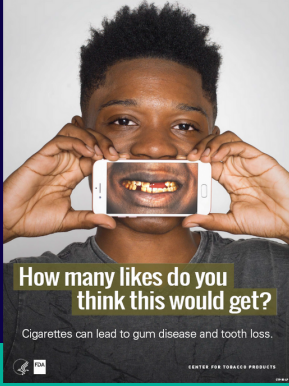


BE SHAREABLE



WANT TO QUIT?

Call
1-800-QUIT-NOW
(1-800-784-8669)

Free help 24 hours a day
in over 200 languages



For languages other than English:

- Stay on the phone with staff and tell them what language you need.
- The staff will contact an interpreter while you are on the phone.
- Sessions may take 30 to 45 minutes.

Or sign up and request your primary language at

QuitNow.ne.gov

SER COMPARTIBLE

¿Cuántos me gusta crees que obtendría?

Los cigarrillos pueden provocar enfermedades de las encías y pérdida de dientes.

¿QUIERES DEJARLO?

Llamada 1-855-DÉJELO-YA (1-855-335-3569)

Ayuda gratuita las 24 horas del día en más de 200 idiomas.

O regístrese y solicite su idioma principal en **QuitNow.ne.gov**

لغات غير الإنجليزية

- ابق على الهاتف مع الموظفين وأخبرهم باللغة التي تحتاجها.
- سيتصل الموظفون بمترجم أثناء اتصالك.
- قد تستغرق الجلسات من 30 إلى 45 دقيقة.

أو قم بالتسجيل واطلب لغتك الأصلية على الموقع **QuitNow.ne.gov**

هل ترغب بالاقلاع عن التدخين؟

أتصل 1-800-784-8669
مساعدة مجانية على مدار 24 ساعة في اليوم بأكثر من 200 لغة

كم عدد الإعجابات التي

كم عدد الإعجابات التي تعتقد أنها ستحصل عليها؟

يمكن أن تؤدي السجائر إلى أمراض اللثة وفقدان الأسنان.

CÓ THỂ CHIA SẺ

Bạn nghĩ điều này sẽ nhận được bao nhiêu lượt thích?

Thuốc lá có thể dẫn đến bệnh nướu răng và rụng răng.

Quý vị muốn bỏ thuốc lá?

Gọi 1-855-868-6777 để được trợ giúp nêu quý vị nói tiếng Việt.

Trợ giúp miễn phí 24 giờ một ngày với hơn 200 ngôn ngữ.

Hoặc đăng ký và yêu cầu ngôn ngữ chính của bạn tại **QuitNow.ne.gov**

နီဟာ လိုလီတ တက ခ်

နဆ ကမ လ တ အံက ဒွဲးန ခ် တ ခ် အ ပု ခါလ ခ်?

စံကရဲးတဖ အံကဒွဲးအ တီ မ က ၁ အတ ခါတဖ အံမ အတ လိုမ ခ် လို.

အ ဒွဲးဟွဲးထီ ကံ ခါ?

ဆွဲးက 1-800-784-8669 တက ခ်.

တ ခါမုၤ အကလီအ ဝဲ 24န ခ် တသီအတီ ပု လ အါန ခ် 200 က ခ် လို.

က တဖ လ တမ အ ကလွဲးက အဂံ ခ်-

- အ ဒွဲးလ လီတ စ ပု ဒွဲးပု မုၤတ ခ် ဒွဲးတ အဝ သ ခ် က လ နလ ခ် တ တက ခ်.
- ပု မုၤတ ခ် ကဆွဲးက ပု တ ကွဲးထီတ ခ် တဂုၤ နအ ဒွဲးလ လီတ စ အခါန ခ် လို.
- တ ခါအကတီ တဖ ကအ ခ် 30 တ ၁ 45 မွဲးနွဲးန ခ် လို.

မ တမ ခ် ဆွဲးလိုမုၤဒွဲးယ ထီ ကံ လ နကတုၤ ဒွဲးပု

QuitNow.ne.gov

可以分享

你认为这个会得到多少点赞?

香烟会导致牙龈疾病和牙齿脱落.

想放弃吗?

如果你说中文请打电话1-888-380-8686以获得帮助.
(仅提供中文服务)

一天24小时200多个语言免费服务.

或者在 **QuitNow.ne.gov**上注册并申请你自己的语言