



And triple your chances of quitting for good.

The Delaware Quitline offers invaluable support, resources and encouragement—and be sure to ask about receiving free patches, gum and medication. We have one goal: to ensure that you quit for good. Choose your path, and we'll be with you every step of the way.

Call 1-866-409-1858 to enroll.

From there, you'll pick which option is right for you:



Get compassionate support from specialists who will assess your needs and explore your best options—both now and down the road. Always just a phone call away.



Maybe online is too informal or a phone call isn't comfortable. No problem. Simply call the Quitline number and arrange an appointment to talk to a trained local counselor in person.



Our Quit Coaches® will help you conquer your smoking urges at your own pace—with online support that includes tracking tools to help you quit, and much more.

DELAWARE QUITLINE

QuitSupport.com



DELAWARE HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Division of Public Health
Tobacco Prevention and Control Program

DEJAR

Y triplica tus posibilidades de dejar de fumar para vida siempre.

La línea para dejar de fumar de Delaware ofrece apoyos, recursos y estímulos invaluable—y asegúrate de preguntar cómo recibir parches, chicles y medicamentos gratuitos. Tenemos una meta: garantizar que lo dejes de por vida. Escoge tú el camino, y nosotros te acompañaremos en cada paso que usted de.

Llama al 1-866-409-1858 para inscribirte.

A partir de allí, usted podrá elegir la mejor opción para usted:



Recibe apoyo compasivo de especialistas que evaluarán tus necesidades y explorarán tus mejores opciones—tanto ahora como después. Estamos apenas al alcance de una llamada.



Quizás por internet es demasiado informal o una llamada no se siente cómodo. No hay problema. Simplemente llama a la línea para dejar de fumar y pide una cita para hablar en persona con un consejero local entrenado.



Nuestros entrenadores te ayudarán a dominar tus impulsos de fumar a tu propio ritmo, con un apoyo por internet que incluye herramientas de seguimiento para ayudarte a dejar de fumar, y mucho más.

DELAWARE QUITLINE

QuitSupport.com



DELAWARE HEALTH AND SOCIAL SERVICES
Division of Public Health
Tobacco Prevention and Control Program