

¿Cuáles son nuestros servicios?*

Seminarios

Ofrecemos un seminario de 60 minutos para darle apoyo a los jóvenes durante el proceso de dejar de fumar.

Serie de 5 Clases Semanales

Esta clase se reúne por una hora cada semana, durante 5 semanas. Los participantes reciben orientación y aprenden sobre la forma para dejar de fumar. Las clases se imparten en la escuela, el distrito escolar o sitio de organización juvenil.

*Se requiere la autorización de los padres antes de que los jóvenes participen en las clases.



“Cada día 3,000 adolescentes prueban su primer cigarrillo. Eventualmente, casi 1,000 de ellos mueren como resultado del fumar.”

¡Usted puede hacer la diferencia y ayudar a un joven que fuma dejar de fumar!

¿Qué les ofrecemos a los jóvenes?

Sólo los Hechos

- Nuestros especialistas en cesación del uso de tabaco les enseñarán qué contienen los productos del tabaco y por qué son dañinos.

Un Plan para Dejar de Fumar

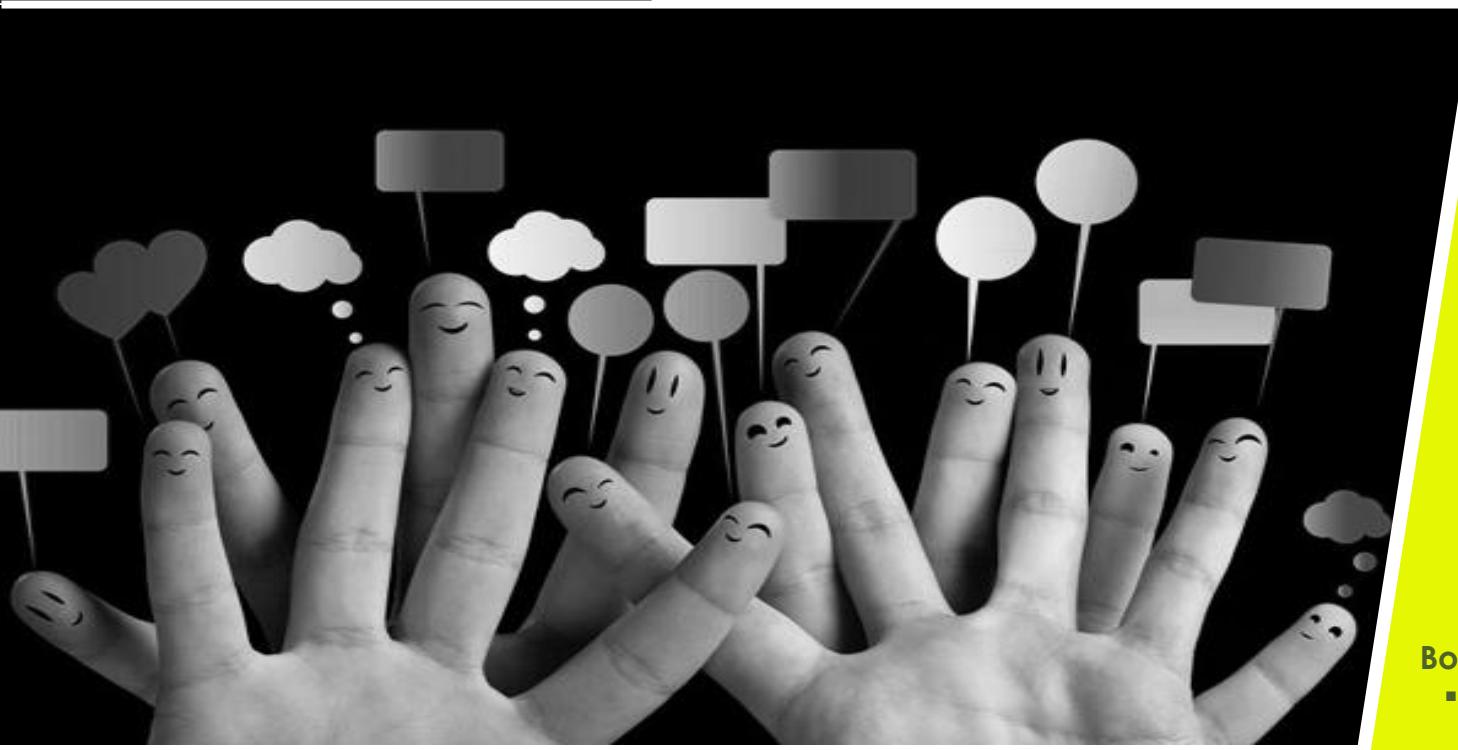
- Les ayudamos a hacer un plan para dejar de fumar específico a sus necesidades.

Manejo del Estrés

- Les enseñamos formas saludables de manejar el estrés que sienten.
- Les ayudamos a entender cómo manejar el síndrome de abstinencia del tabaco.

Bocadillos Saludables GRATUITOS

- Barras de granola, galletas y agua.





¿Sabía usted que... ?

90% de los adultos que fuman comenzaron a fumar a los 18 años de edad.

99% de los adultos que fuman comenzaron a fumar a los 26 años de edad.

- Los adolescentes que fuman tienen más probabilidades de tener ataques de pánico, trastornos de ansiedad y depresión.
- Los adolescentes que fuman son 3 veces más propensos a consumir alcohol, 8 veces más probable que fumen marihuana, y 22 veces más probable que consuman cocaína.
- Hookah contiene 100 veces más alquitrán y 4 veces más nicotina que los cigarrillos regulares.

Puede tomar hasta 11 intentos para que una persona deje de fumar tabaco. Su apoyo realmente puede ayudar a los jóvenes tener éxito.

Para programar servicios GRATUITOS para los jóvenes, por favor llame

1-866-NEW - LUNG



639 - 5864

¿Usted trabaja con jóvenes?

¿Desea ayudarles a dejar de fumar?

¡Infórmese acerca de nuestros servicios GRATUITOS para

Ayudar a los Jóvenes a Dejar de FUMAR

en el Condado de Orange!

