

# ¿Es posible dejar de fumar tranquilamente?



## ¿Cómo puedo dejarlo tranquilamente?

No hay una sola manera correcta para dejar el tabaco.

Cuando encuentre la manera que le funcione sin que alguien le esfuerce a dejarlo de cierta manera, usted será exitoso. Le ayudamos a identificar los cambios que quiere hacer, en su propio tiempo, y a decidir si la terapia de suplementos de nicotina son una buena alternativa.

Lo apoyaremos en las decisiones y acciones que tome hasta que se encuentre libre del tabaco.

## ¿Por qué importa dejarlo a mi manera?

Seguir su propio plan para dejar de fumar le da confianza y le ayuda a llegar, paso a paso, a su meta de dejarlo para siempre.

Para más información llamar al 401-442-1857 ó visitar [TCSRI.org](http://TCSRI.org)

TCSRI es un recurso de CODAC, Inc.