

FREE

HELP TO QUIT SMOKING | VAPING TOBACCO & NICOTINE

Many people need support to quit smoking. Kick It California has helped 1 million+ people over the past 30 years.



Scan QR code to enroll today.



There's a Quit Coach Ready to Help You.
Connect with us today.



Call a Quit Coach

Monday-Friday 7 am to 9 pm
Saturday 9 am to 5 pm

English **1-800-300-8086**
Spanish **1-800-600-8191**



Chat with a Quit Coach

Monday-Friday 7 am to 9 pm
Saturday 9 am to 5 pm

kickitca.org/chat



Enroll online

Learn about how KIC can help you or someone you care about quit.

kickitca.org/quit-now



Join our Texting Program
Receive texts tailored to help at critical points.

Text "Quit Smoking" or "Quit Vaping" to 66819

Message & data rates may apply



Watch Quit Smoking Vids

Tips for planning to quit, staying motivated, and handling cravings.

youtube.com/kickitca



Free Nicotine Patches*

Enroll now or call us to see if you're eligible to receive free patches.

Talk to a Quit Coach Today!

**Client eligibility applies. While supplies last.*

KICK IT

QUIT SMOKING | VAPING APP

5 ways our KICK IT app can help you.



Check In Daily



Crush Cravings



Track Progress



Complete Missions



Build a Quit Plan

FREE

Download Today

Google Play

App Store



AYUDA **GRATUITA** PARA DEJAR DE FUMAR | VAPEAR TABACO Y NICOTINA

Mucha gente necesita apoyo para dejar de fumar. Kick It California ha ayudado a más de un millón de personas en los últimos 30 años.



Escanea el código QR para registrarte hoy.



Nuestros asesores están aquí para ayudarte.
¡Ponte en contacto con nosotros!



Habla con un asesor

Lunes-Viernes, de 7 am a 9 pm
Sábado, de 9 am a 5 pm

1-800-600-8191



Chatea con un asesor

Lunes-Viernes, de 7 am a 9 pm
Sábado, de 9 am a 5 pm

kickitca.org/es/chat



Regístrate en línea

Conoce como KIC puede ayudarte a ti y a tus más queridos a dejarlo.

kickitca.org/es/quit-now



Recibe mensajes de texto

Únete al programa de SMS para recibir apoyo en momentos clave.

Envía "Dejar de Fumar" o "No Vapear" al 66819

Pueden aplicarse tarifas de mensajes y datos.



Videos para dejar de fumar

Consejos para dejarlo, mantener la motivación y sobrellevar los antojos.

youtube.com/kickitca



Parches de nicotina gratis*

Comprueba si cumples con los requisitos para recibir parches gratis.

¡Habla con un asesor hoy!

**Sujeto a elegibilidad. Hasta agotar existencias.*

KICK IT

QUIT SMOKING | VAPING APP (solo disponible en inglés)

5 maneras como la app KICK IT app puede ayudarte.



Check-Ins diarios



Supera tus antojos



Sigue tu progreso



Completa misiones



Plan para dejarlo

FREE

Descárgala hoy



Google Play



App Store

