

# ¿QUIERE DEJAR DE FUMAR O REDUCIR CUÁNTO FUMA? Want to quit smoking or cut back?

**Grupo gratis en español:  
Miércoles, 27 de marzo  
2:30-3:45 p.m.  
Mission Neighborhood  
Resource Center,  
165 Capp Street**

**Free quit smoking group:  
Tuesday, April 2  
6:00-7:15 p.m.  
Mission Neighborhood  
Health Center,  
240 Shotwell Street**

---

**¿Interesado / Interested?  
(650) 994-5868**

---

6 sesiones con información, ayuda,  
parches de nicotina gratis  
y otros materiales para  
ayudarle a dejar de fumar

6 sessions with information,  
help, free nicotine patches,  
and other materials  
to help you quit

Recibirá una tarjeta de regalo al asistir

Free giftcard for attending

Comida ligera proporcionada

Light food provided



**Ash Kickers™**  
Programa para  
dejar de fumar

**MNHC**  
Mission Neighborhood  
Health Center

Patrocinado por una beca del Departamento de Salud Pública de San Francisco en 2018-2019.  
Breathe California • 1469 Park Avenue, San José, CA 95126 • (650) 994-5868 • [www.ggbreathe.org](http://www.ggbreathe.org)