

Quit Now Multilingual Information

Quit Now Virginia — Basic Information in English:

Do you smoke tobacco or vape nicotine? Do you use a hookah, pipe, cigar, cigarillo or smokeless tobacco? Are you thinking about quitting? You don't have to quit alone. Quit Now Virginia is free and confidential. We're here to support you. Quit Coaches are available in 140 languages, including the English language. Free quit medicines may be available. 1-800-784-8669

Spanish/ Español*

¿Fuma tabaco o vapea nicotina? ¿Consume narguile, tabaco para pipa, puros, puros pequeños o tabaco sin humo? ¿Está pensando en dejar de fumar? No está solo. El servicio Quit Now Virginia es gratuito y confidencial. Estamos aquí para brindarle apoyo. Los asesores para dejar de fumar están disponibles en 140 idiomas, incluido el español. Es posible que dispongamos de medicamentos gratuitos para ayudarlo a dejar de fumar. 1-800-784-8669

العربية /Arabic

هل تدخن التبغ أو السجائر الإلكترونية التي تحتوي على النيكوتين؟ هل تستخدم الشيشة أو الغليون أو السيجار أو السيجاريلو أو التبغ الذي لا يُدخن؟ هل تفكر في الإقلاع عن التدخين؟ ليس عليك الإقلاع عن التدخين بمفردك. برنامج Quit Now Virginia مجاني وسري. نحن هنا لدعمك. يتوفر مدربون يتحدثون 140 لغة، بما في ذلك اللغة العربية. لتدريبك على الإقلاع عن التدخين. وقد تتوفر أدوية الإقلاع عن التدخين مجانًا. 1-800-784-8669

Chinese- Cantonese and Mandarin/ 中文 - 粵語和普通话 *

您是否吸烟或吸电子烟？ 您是否吸食水烟袋、烟斗、雪茄、小雪茄或无烟烟草？ 您是否正考虑戒烟？ 戒烟路上，您并不孤独。 Quit Now Virginia 提供免费、保密的戒烟服务。 我们随时向您提供支持。 我们的戒烟教练会讲 140 多种语言（包括中文）。 我们还可提供免费戒烟药物。 1-800-784-8669

Filipino/ Pilipino

Naninigarilyo ka ba ng tabako o vape nicotine? Gumagamit ka ba ng hookah, pipa, tabako, sigarilyo o walang usok na tabako? Pinag-iisipan mo bang huminto? Hindi mo kailangang huminto nang mag-isa. Ang Quit Now Virginia ay libre at kumpidensyal. Narito kami para suportahan ka. Ang Quit Coaches ay makukuha sa 140 wika, kabilang ang Filipino. Maaaring may mga libreng gamot para sa pagtigil. 1-800-784-8669

French/ Française

Fumez-vous du tabac ou vapotez-vous de la nicotine ? Utilisez-vous un hookah, une pipe, un cigare, un cigarillo ou du tabac sans fumée ? Songez-vous à arrêter un jour ? Vous n'avez pas à le faire tout seul. Arrêtez maintenant. Virginia est gratuit et confidentiel. Nous sommes là pour vous aider. Les coaches anti-tabac sont disponibles en 140 langues, dont le français. Des médicaments gratuits pourraient être disponibles. 1-800-784-8669

Haitian Creole/ Kreyòl Ayisyen

Èske ou konn fimen tabak oubyen nikotin vapè? Èske ou konn itilize yon chicha, pip, sirarèt, sigarillo oubyen tabak san lafimen? Èske w ap panse pou w kite fimen? Ou pa bezwen kite pou kont ou. Quit Now Virginia (Kite Fimen Kounye a Virginia) gratis ak konfidansyèl. Nou la pou sipòte ou. Kotch pou Sispann Fimen yo ap disponib nan 140 lang, ki gen ladan yo (lang ou isit la). Medikaman pou sispann fimen gratis kapab disponib. 1-800-784-8669

Hindi/ हिंदी

क्या आप तंबाकू या निकोटीन वेप करते हैं? क्या आप हुक्का, पाइप, सगार, सगारिलो या बनि धुएं वाला तंबाकू इस्तेमाल करते हैं? क्या आप छोड़ने के बारे में सोच रहे हैं? आपको यह अकेले करने की जरूरत नहीं है। Quit Now Virginia एक मुफ्त और गोपनीय सेवा है। आपकी सहायता के लिए यहाँ मौजूद हैं। हमारे क्वटि कोच 140 भाषाओं में उपलब्ध हैं, जिनमें (आपकी भाषा) भी शामिल है। इसे छोड़ने के लिए आपको मुफ्त दवाएं भी मिल सकती हैं। 1-800-784-8669

Quit Now MultLanguage Information

Japanese/ 日本語

あなたはタバコまたはニコチン入りパイプを吸いますか？ シーシャ（水タバコ）、パイプ、葉巻、シガリロ、または無煙タバコを使用しますか？ 禁煙しようと考えていますか？ 禁煙は一人でする必要はありません。 Quit Now Virginia（クウィット・ナウ・バージニア）プログラムは無料で秘密厳守です。 私たちはあなたをサポートします。 禁煙を助けるアプリQuit Coaches（クウィットコーチ）は140の言語で利用可能です。それには（ここにあなたの言語を挿入）も含まれます。 無料の禁煙補助薬が利用できる場合があります。 1-800-784-8669

Korean/ 한국어 *

담배를 피우시거나 니코틴을 전자담배로 흡입하시나요? 물담배, 파이프, 시가, 시가릴로 또는 무연 담배를 사용하시나요? 금연을 고민 중이신가요? 혼자서 금연을 시도할 필요는 없어요. Quit Now Virginia(버지니아주 지금 금연)는 무료이며 기밀이 유지됩니다. 귀하를 지원하기 위해 여기 있습니다. Quit Coaches(금연 코치)는 한국어를 포함하여 140개 언어로 제공됩니다. 무료 금연 약품이 제공될 수도 있습니다. 1-800-784-8669

Persian -Farsi and Dari

آیا سیگار یا تنباکو می کشید؟ آیا قلیان، نیپ، گپار برگ، سگایلی و یا دیگر وسایلی بدون دود استفاده می کنید؟ آیا سیگار یا تنباکو می کشید؟ آیا قلیان، نیپ، گپار برگ، سگایلی و یا دیگر وسایلی بدون دود استفاده می کنید؟ آیا سیگار یا تنباکو می کشید؟ آیا قلیان، نیپ، گپار برگ، سگایلی و یا دیگر وسایلی بدون دود استفاده می کنید؟ آیا سیگار یا تنباکو می کشید؟ آیا قلیان، نیپ، گپار برگ، سگایلی و یا دیگر وسایلی بدون دود استفاده می کنید؟ 1-800-784-8669

Portuguese/ Português

Você fuma tabaco ou vaporiza nicotina? Você usa narguilé, cachimbo, charuto, cigarilha ou tabaco sem fumaça? Você está pensando em parar de fumar? Você não precisa fazer isso por conta própria. Quit Now Virginia é um serviço gratuito e confidencial. Estamos aqui para apoiar você. Os Quit Coaches estão disponíveis em 140 idiomas, inclusive português. Medicamentos gratuitos para parar de fumar podem estar disponíveis. 1-800-784-8669

Urdu / اردو

آپ تمباکو یا نیپ کوٹنی پیتے ہیں؟ آیا قلیان، نیپ، گپار برگ، سگایلی و یا دیگر وسایلی بدون دود استفاده می کنید؟ آیا سیگار یا تنباکو می کشید؟ آیا قلیان، نیپ، گپار برگ، سگایلی و یا دیگر وسایلی بدون دود استفاده می کنید؟ آیا سیگار یا تنباکو می کشید؟ آیا قلیان، نیپ، گپار برگ، سگایلی و یا دیگر وسایلی بدون دود استفاده می کنید؟ 1-800-784-8669

Vietnamese/ Tiếng Việt*

Quý vị có hút nicotine thuốc lá điện tử hoặc thuốc lá thông thường không? Quý vị có sử dụng điều ống, tẩu, xì gà, cigarillo hoặc thuốc lá không khói không? Quý vị có đang nghĩ đến việc cai hút thuốc không? Quý vị không cần phải tự mình cai. Hãy cai ngay bây giờ Virginia có tự do và bí mật. Chúng tôi luôn sẵn sàng hỗ trợ quý vị. Có Huấn luyện viên cai thuốc bằng 140 ngôn ngữ, bao gồm (ngôn ngữ của quý vị tại đây). Thuốc cai thuốc lá miễn phí có thể được cung cấp. 1-800-784-8669

*** Note to providers:** The Spanish section sends users directly to Spanish-speaking Quit Now Coaches. The Chinese, Korean and Vietnamese sections send users directly to the Asian Smokers' Quitline. All other sections follow the English template to connect users to Quit Now Virginia where coaches can dial-in translation services for 140 different languages.

All healthcare providers can register as a Quit Now Referral site on QuitNowVirginia.org to proactively refer patients to Quit Services. When referring through the Quit Now Virginia Referral Service, please note language preference in the notes.