



QuitNow 提供一系列免费服务,旨在帮助您戒掉或减少吸食香烟、电子烟或其他烟草及尼古丁产品。我们已经帮助成千上万名 BC 省居民成功戒掉香烟和电子烟。

准备好开始了吗?
我们可以为您量身
定制一份个性化的
戒烟计划。



**想了解如何戒烟?
我们随时为您提供帮助。**



电话

与戒烟辅导员直接交谈
1.877.455.2233



短信

在手机上每日接收励志信息和戒烟诀窍



电子邮件

注册接收电子邮件提示, 或者订阅我们的通讯简报, 让鼓励的声音直达您的邮箱。



在线对话

与戒烟辅导员在线对话(支持 100 多种语言), 或者加入我们的社区论坛, 与其他正在戒烟的人士交流。



quitnow.ca

