

[univerahealthcare.com](http://univerahealthcare.com)

■ TTY es disponible al 1-877-777-6534

■ Teléfono 1-800-483-3075

■ 8 a.m. – medianoche EST, Lunes a Domingo

llame a un Entrenador de Dejar de Usar para  
empezar HOY

# Quit For Life<sup>®</sup> Program

1-800-483-3075

## ¿qué es el Programa Quit For Life?

El Programa Quit For Life de Univera Healthcare es un programa de apoyo que ha sido premiado para ayudarle a usted a dejar de usar tabaco. Nuestro programa le ayudará a planificar cómo va a dejar de usar y le dará mucho apoyo en el transcurso. Únase a las miles de personas que han dejado de usar tabaco exitosamente – ingrese al Programa Quit For Life hoy.

## ¿qué incluye el Programa Quit For Life?

Usted y un Entrenador de Dejar de Usar desarrollarán un plan que incluye:

- Sesiones telefónicas individuales programadas para su conveniencia
- Acceso libre de costo a un Entrenador de Dejar de Usar siete días a la semana
- Recomendaciones para medicamentos, de ser apropiado
- Productos de reemplazo de nicotina (parche o goma de mascar) y entrega en su hogar, si es recomendado
- Una “Guía para Dejar de Usar” (“Quit Guide”) desarrollada para ayudarle a mantenerse en el buen camino entre sesiones telefónicas

## ¿quién es elegible para el programa?

El Programa Quit For Life es GRATIS para todos los miembros elegibles de 18 años o mayores.