

QUIT TOBACCO *your way.*

**BREAK AWAY FROM NICOTINE
WITH THESE **FREE** RESOURCES:**

Youth (ages 13–17)

SC Tobacco Quitline

- 1-800-QUIT-NOW or text 'READY' to 21586
- 1-888-7AI-QUIT

Asian Smokers' Quitline

- 1-800-838-8917 (中文)
- 1-800-556-5564 (한국어)
- 1-800-778-8440 (Tiếng Việt)

Live Vape Free—Youth

- ages 13–17
- Text 'VAPEFREE' to 873373

SmokeFree.Gov

Online resources for all ages and all tobacco products

- [quitSTART mobile app](#)

EX Program

- Text 'EXPROGRAM' to 88709

NOT for Me

notforme.org

Adults (ages 18 and older)

SC Tobacco Quitline

- 1-800-QUIT-NOW or text 'READY' to 21586
- 1-888-7AI-QUIT

Asian Smokers' Quitline

- 1-800-838-8917 (中文)
- 1-800-556-5564 (한국어)
- 1-800-778-8440 (Tiếng Việt)

Live Vape Free—Young Adult

- ages 18–26
- Text 'VAPEFREE' to 873373

SmokeFree.Gov

Online resources for all ages and all tobacco products

- [quitSTART mobile app](#)

[quit VET Veterans' Quitline](#)

- 1-855-QUIT-VET

EX Program

- Text 'EXPROGRAM' to 88709



*Scan the QR code
to access these
resources online.*



**SOUTH CAROLINA
DEPARTMENT OF
PUBLIC HEALTH**

DEJE DE FUMAR *a su manera.*

LIBÉRESE DE LA NICOTINA CON ESTOS RECURSOS **GRATUITOS**:

Jóvenes (de 13 a 17 años)

Línea para dejar de fumar de Carolina del Sur

- 1-855-DÉJELO-YA o envíe un mensaje de texto con 'LISTO' al 21586
- 1-888-7AI-QUIT

Línea de ayuda para fumadores asiáticos

- 1-800-838-8917 (中文)
- 1-800-556-5564 (한국어)
- 1-800-778-8440 (Tiếng Việt)

Jóvenes viviendo libre del vapeo

- 13 a 17 años
- Envía el mensaje 'VAPEFREE' al 873373.

SmokeFree.Gov

Recursos en línea para todas las edades y todos los productos de tabaco.

- [Aplicación móvil quitSTART](#)

Programa EX

- Envía el mensaje 'EXPROGRAM' al 873373.

NOT for Me
notforme.org

Adultos (mayores de 18 años)

Línea para dejar de fumar de Carolina del Sur

- 1-855-DÉJELO-YA o envíe un mensaje de texto con 'LISTO' al 21586
- 1-888-7AI-QUIT

Línea de ayuda para fumadores asiáticos

- 1-800-838-8917 (中文)
- 1-800-556-5564 (한국어)
- 1-800-778-8440 (Tiếng Việt)

Jóvenes adultos viviendo libre del vapeo

- 18 a 26 años
- Envía el mensaje 'VAPEFREE' al 873373.

SmokeFree.Gov

Recursos en línea para todas las edades y todos los productos de tabaco.

- [Aplicación móvil quitSTART](#)

Línea de ayuda para veteranos que desean dejar de fumar

- 1-855-QUIT-VET

Programa EX

- Envía el mensaje 'EXPROGRAM' al 873373.



*Escanee el código QR
para acceder a estos
recursos en línea.*



**SOUTH CAROLINA
DEPARTMENT OF
PUBLIC HEALTH**