

How to Get Connected to a Translator

NEBRASKA
TOBACCO
QUITLINE

Get Connected to the Nebraska Tobacco Quitline

For free help quitting all types of tobacco, get connected with the Nebraska Tobacco Quitline. Receive free coaching sessions with a qualified quit coach to develop a quit plan. You may be eligible for free quit medication. There are three ways to get connected with the Nebraska Tobacco Quitline:

1. Visit QuitNow.ne.gov or call 1-800-QUIT-NOW. Ask to be connected with a translator or quit coach who speaks your preferred language. Translators are available in over 200 languages. Once you are connected with a translator or a quit coach who speaks your preferred language, they will help you register and begin your first coaching session. They will also determine your eligibility for free quit medication. The Nebraska Tobacco Quitline is open 24 hours a day, seven days a week.
2. Ask your healthcare provider to submit a referral to the Nebraska Tobacco Quitline and indicate your preferred language on the form. A quit coach who speaks your preferred language or a coach and a translator will call you to begin coaching sessions.
3. Call one of the language-specific quitlines. Services are provided by fluent speakers trained in tobacco cessation.
 - a. Spanish: 1-855-DÉJELO-YA (335-3569) (open 24/7)
 - b. Vietnamese: 1-800-778-8440*
 - c. Cantonese & Mandarin: 1-800-838-8917*
 - d. Korean: 1-800-556-5564*

*This is an Asian Smokers' Quitline phone number. The Asian Smokers' Quitline is open Monday-Friday, 9 a.m. to 11 p.m. Central time.

Steps for getting connected to the Quitline for Vietnamese, Mandarin, Arabic, Burmese and Nepali speakers are provided on this resource.

Kết Nối Với Đường Dây Cai Thuốc Lá Nebraska

VIETNAMESE

Để được trợ giúp cai tất cả các loại thuốc lá miễn phí, hãy kết nối với Đường dây cai thuốc lá Nebraska. Nhận các buổi huấn luyện miễn phí do huấn luyện viên cai thuốc lá đủ tiêu chuẩn đảm nhiệm để xây dựng kế hoạch cai thuốc lá. Quý vị có thể đủ điều kiện nhận thuốc cai thuốc lá miễn phí. Có ba cách để kết nối:

1. Kết nối với Đường dây cai thuốc lá dành cho người hút thuốc châu Á bằng cách gọi 1-800-778-8440, soạn tin "quit smoking" (cai thuốc lá) rồi gửi tới 66819 hoặc truy cập www.asq-viet.org. Dịch vụ do những diễn giả thông thạo được đào tạo về cai thuốc lá cung cấp. Đường dây cai thuốc lá dành cho người hút thuốc châu Á hoạt động từ thứ Hai đến hết thứ Sáu, 9 giờ sáng đến 11 giờ tối. Giờ trung tâm.
2. Đề nghị nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị gửi giấy giới thiệu đến Đường dây cai thuốc lá Nebraska và ghi rõ ngôn ngữ ưu tiên của quý vị trên biểu mẫu. Huấn luyện viên cai thuốc lá nói ngôn ngữ ưu tiên của quý vị hoặc huấn luyện viên và thông dịch viên sẽ gọi điện cho quý vị để bắt đầu buổi huấn luyện.
3. Truy cập QuitNow.ne.gov hoặc gọi số 1-800-QUIT-NOW. Yêu cầu được kết nối với thông dịch viên hoặc huấn luyện viên cai thuốc lá nói ngôn ngữ ưu tiên của quý vị. Có sẵn thông dịch viên bằng 200 ngôn ngữ. Sau khi được kết nối với thông dịch viên hoặc huấn luyện viên cai thuốc lá nói ngôn ngữ ưu tiên của quý vị, họ sẽ giúp quý vị đăng ký và bắt đầu buổi huấn luyện đầu tiên của quý vị. Họ cũng sẽ xác định khả năng hội đủ điều kiện của quý vị để nhận thuốc cai thuốc lá miễn phí. Đường dây cai thuốc lá Nebraska hoạt động 24 giờ một ngày, bảy ngày một tuần.

QuitNow.ne.gov



1-800-QUIT-NOW (784-8669)

1-855-DÉJELO-YA (335-3569)

Text QUITNOW to 333888

or DÉJELOYA to 333888

Quitline services are available 24/7 in over 200 languages.

拨通内布拉斯加州戒烟热线

如需获得戒除各种烟草的免费帮助，请拨打内布拉斯加州戒烟热线。接受合格戒烟导师的免费指导，制定戒烟计划。您将可能有资格获得免费戒烟药物。三种渠道接通热线：

1. 拨打1-800-838-8917、发送短信“戒烟”到66819或登录www.asq-chinese.org，接通亚裔烟民戒烟热线。受过戒烟相关知识培训且口语流利的人员将为您提供服务。亚裔烟民戒烟热线的开放时间为美国中部时间周一至周五上午9点至晚上11点。
2. 请您的医疗服务提供者向内布拉斯加州戒烟热线提交一份转诊表，并在表格上注明您的首选语言。能使用您首选语言的戒烟导师，或者导师和翻译将给您打电话，开始进行课程指导。
3. 登录 QuitNow.ne.gov 或致电 1-800-QUIT-NOW。要求接通一名能够用您的首选语言与您进行沟通的翻译或戒烟导师。我们提供200多个语种的翻译。一旦接通能使用您首选语言的翻译或戒烟导师，他们将协助您进行注册并开始首次指导课程。他们还将确定您是否具备获得免费戒烟药物的资格。内布拉斯加州戒烟热线每周7天，每天24小时开通。

ARABIC

تواصل مع خط الإقلاع عن التبغ في ولاية نبراسكا

اتصل بخط نبراسكا للإقلاع عن التدخين للحصول على مساعدة مجانية للإقلاع عن كافة أنواع التدخين. احصل على جلسات تدريب مجانية مع مدرب الإقلاع المؤهل لوضع خطة للإقلاع عن التدخين. قد تكون مؤهلاً للحصول على دواء الإقلاع عن التدخين مجاناً. هناك ثلاث طرق لتكون على اتصال مع خط نبراسكا للإقلاع عن التدخين:

1. قم بزيارة موقع QuitNow.ne.gov أو اتصل على أفلع-الآن 1-800. اطلب التواصل مع مترجم أو مدرب الإقلاع عن التدخين الذي يتحدث لغتك المفضلة. المترجمون متوفرون بأكثر من 200 لغة. ما إن تصبح متصلاً بمترجم أو مدرب للإقلاع عن التدخين الذي يتحدث بلغتك المفضلة، سيساعدونك على التسجيل وبدء جلسة التدريب الأولى الخاصة بك. وسيساعدون أهليتك للحصول على دواء الإقلاع عن التدخين مجاناً أيضاً. خط نبراسكا للإقلاع عن التدخين مفتوح 24 ساعة في اليوم، سبعة أيام في الأسبوع.
2. اطلب من مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إرسال إحالة إلى خط نبراسكا للإقلاع عن التدخين والإشارة إلى لغتك المفضلة في الاستمارة. سيتصل بك مدرب الإقلاع عن التدخين الذي يتحدث لغتك المفضلة أو مدرب ومترجم لبدء جلسات التدريب.

BURMESE

Nebraska Tobacco Quitline ထံ ဆက်သွယ်လိုက်ပါ

ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းအမျိုးအစားအားလုံးတွင် အခမဲ့ကူညီပေးခြင်းအတွက်၊ Nebraska Tobacco Quitline နှင့် ဆက်သွယ်လိုက်ပါ။ ဆေးလိပ်ဖြတ်သည့်အစီအစဉ်ကို အကောင်အထည်ဖော်ရန် အရည်အချင်းပြည့်မီသော ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်း နည်းပြနှင့်အတူ အခမဲ့ နည်းပေးလမ်းပြခြင်း ဆက်ရှင်များကို ရယူပါ။ သင်သည် အခမဲ့ဖြစ်သော ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းဆေးဝါးများအတွက် သတ်မှတ်ချက်မီနိုင်ပါသည်။ Nebraska Tobacco Quitline နှင့် ဆက်သွယ်ရန် နည်းလမ်းနှစ်မျိုး ရှိပါသည်-

1. QuitNow.ne.gov သို့ သွားကြည့်ပါ သို့မဟုတ် 1-800-QUIT-NOW သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုပါ။ သင်၏ ဦးစားပေးဘာသာစကားကို ပြောဆိုသော ဘာသာပြန်ဆိုသူ သို့မဟုတ် ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းနည်းပြနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးရန် တောင်းဆိုပါ။ ဘာသာစကားပေါင်း 200 ကျော်ကို ဘာသာပြန်ဆိုသူများ ရှိပါသည်။ သင့်ကို သင်၏ ဦးစားပေးဘာသာစကားကို ပြောဆိုသော ဘာသာပြန်ဆိုသူ သို့မဟုတ် ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းနည်းပြနှင့် ချိတ်ဆက်ပေးလိုက်သည်နှင့်၊ ၎င်းတို့က စာရင်းသွင်းကာ ဝယ်ယူရန် နည်းပေးလမ်းပြခြင်း ဆက်ရှင်ကို စတင်ရန် ကူညီပေးပါလိမ့်မည်။ ၎င်းတို့က အခမဲ့ဖြစ်သော ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းဆေးဝါးများအတွက် သတ်မှတ်ချက်ပြည့်မီမှုကိုလည်း ဆုံးဖြတ်ပေးပါလိမ့်မည်။ Nebraska Tobacco Quitline ကို တစ်ရက်လျှင် 24 နာရီ၊ တစ်ပတ်လျှင် ခုနစ်ရက် စွင့်လှစ်ပေးထားပါသည်။
2. Nebraska Tobacco Quitline ထံ လွှဲပြောင်းစာကို တင်ပြကာ စောင့်တွင် သင်၏ ဦးစားပေးဘာသာစကားကို ညွှန်ပြပေးရန် သင်၏ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုပေးသူအား ပြောကြားပါ။ သင်၏ဦးစားပေးဘာသာစကားကို ပြောဆိုသော ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်းနည်းပြ သို့မဟုတ် နည်းပြနှင့် ဘာသာပြန်ဆိုသူတို့သည် နည်းပေးလမ်းပြခြင်း ဆက်ရှင်များကို စတင်ရန် သင့်ထံ ဖုန်းခေါ်ပါမည်။

NEPALI

नेब्रास्का टोब्याको क्वटिलाइनसँग आवदव हुनुहोस

कुनै पना किसिमिका सुरतीजन्य पदारथ छोडनको लागि नशिलक सहायता चाहिएमा, नेब्रास्का टोब्याको क्वटिलाइन सँग आवदव हुनुहोस । सुरतीजन्य पदारथ छोडाउन योग्य प्रशकषकबाट सुरतीजन्य पदारथ छोडने योजना बनाउन नशिलकरुपमा कोचगि शत्र परापत गर्नुहोस । तपाईं नशिलक रुपमा छोडने उपचारको लागि योग्य हुनसक्नुहुन्छ । नेब्रास्का टोब्याको क्वटिलाइन सँग दुइ तरकिाबाट आवदव हुन सक्नुहुन्छ:

1. QuitNow.ne.gov हेरनुहोस वा 1-800-QUIT-NOWमा सम्पर्क गर्नुहोस । तपाइको प्राथमकि भाषा बोलने दोभाषे वा छोडाउने प्रशकषक सँग सम्पर्क उपलब्ध गराइदिने भन्नुहोस । 200 भन्दा बढी भाषामा दोभाषे उपलब्ध छन् । तपाईको एकपटक तपाइको प्राथमकि भाषा बोलने दोभाषे वा छोडाउने प्रशकषक सँग सम्पर्क भएसंगै तनीहरुले तपाईला ई रजसिटर हुन र तपाइको पहिलो कोचगि शत्र सुरु गर्न सहयोग गर्नेछन । तनीहरुले तपाईं नशिलक रुपमा उपचार परापत गर्न योग्य हुनुहुन्छ कि नाई भनेर नरिधारण गर्नेछन । नेब्रास्का टोब्याको क्वटिलाइन 24 सै घण्टा, हप्टाको सातै दिन उपलब्ध छ ।
2. तपाइको स्वास्थय सेवा प्रदायक लाई नेब्रास्का टोब्याको क्वटिलाइन मा एउटा रेफरल पेश गर्न भन्नुहोस र फारम मा तपाइको प्राथमकि भाषा उल्लेख गर्नुहोस । तपाइको प्राथमकि भाषा बोलने सुरतीजन्य पदारथ छोडाउने प्रशकषक वा कुनै प्रशकषक र दोभाषेले कोचगि शत्र सुरु गर्न तपाईलाई सम्पर्क गर्नेछन ।



You want to quit. We can help.
For more information, visit dhs.ne.gov/tfn