**Comité de recursos educativos**

**(ERC, por sus siglas en ingles)**

**Clínica de los sábados para los no asegurados**

A picture containing circle

Description automatically generated

Estos recursos pueden ayudarle a superar las barreras que enfrenta respecto a la salud. Si tiene preguntas o si le gustaría programar una cita de seguimiento, llame **al (414)-588-2865** **y pida una cita de ERC** o envíe un correo electrónico a [**ERC@mcw.edu**](mailto:ERC@mcw.edu). Las citas se pueden programar los sábados de 8:00 AM a 12:00 PM.

**Wisconsin Tobacco Quit Line**

* **Descripción:** Un servicio gratuito disponible 24/7 en línea o por teléfono para ayudar a la gente a dejar de fumar, vapear, o usar el tabaco. Se proveerán libros, hojas de ejercicios, 5 sesiones de asesoramiento personalizado, y dos semanas de terapía de reemplazo de nicotina (parcha, chicle, o pastilla). También se pueden proveer derivaciones a programas locales de tratamiento de adicción de tabaco.
* **Sitio web:** WiQuitLine.org
* **Información de contacto:**
  + Correo electrónico: infoctri@ctri.wisc.edu
  + Número de teléfono general: (800) 784-8669
  + Mandar "READY" a 34191
* **Requisitos:** 
  + 13 años o mayor
  + Residente de Wisconsin

**Not On Tobacco Program**

* **Descripción:** Not On Tobacco (N-O-T) es un programa de última generación de las escuelas que provee asistencia a los adolescentes que desean dejar de usar tabaco. El programa cubre el proceso entero de dejar el tabaco, incluyendo la prevención de recaídas.
* **Sitio web:** <https://www.lung.org/quit-smoking/helping-teens-quit/not-on-tobacco>
* **Información de contacto:**
  + Correo electrónico:
    - General: [NOT@Lung.org](mailto:NOT@Lung.org)
    - Local: [info@lung.org](mailto:info@lung.org)
  + Número de teléfono:
    - General: 1-800-586-4872
    - Local: (262) 703-4200
  + Dirección:
    - 1300 W. Lisbon Road, Suite 700, Brookfield, WI

**First Breath Program**

* **Descripción:** El programa First Breath de Wisconsin provee asesoramiento gratuito para ayudar a las mujeres embarazadas con el estrés y a dejar de usar el tabaco.
* **Sitio web:** <https://wwhf.org/firstbreath/participant/>
* **Información de contacto:** 
  + Correo electrónico: [communications@wwhf.org](mailto:communications@wwhf.org)
  + Número de teléfono general: [608.251.1675](tel:608-251-1675)
* **Requisitos:** 
  + Personas embarazadas o de posparto (con bebés que tienen menos de 6 meses)
  + Personas que cuidan a otra persona

**American Indian Quitline**

* **Descripción:** El American Indian Quitlines ofrece apoyo gratuito y culturalmente apropiado para ayudarle a dejar el tabaco comercial.Personas que llaman reciben siete llamadas gratuitas con un consejero capacitado y con experiencia trabajando con nativos de América del Norte y que respeta su cultura. Reciba 12 semanas de medicamento gratuito. Las opciones incluyen:
  + Parches, o chicles, o pastillas de nicotina o
  + Parches y pastillas o
  + Parches y chicle
* **Sitio web:** <https://quitline.wisc.edu/american-indian-program/>
* **Información de contacto:**
  + Correo electrónico: infoctri@ctri.wisc.edu
  + Número de teléfono general: 800-784-8669