**Comité de recursos educativos**

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

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



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**. 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
		- Local: 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
	+ Número de teléfono general: 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