



Australian Government

Department of Health, Disability and Ageing

금연과 전자담배 끊기 를 도와드리고자 더 많은 지원이 제공됩니다

지금이야말로 금연을 시작하기에 가장 좋은 시기입니다.

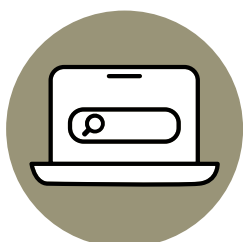
방법 및 지원 정보:



의사, 약사 또는 기타 의료 전문가와 상담하여,
금연하는데 도움이 되는 다양한 방법을
알아보세요.



13 7848번의 Quitline으로 전화하여, 전문
상담사로부터 비공개 상담과 지원을 받으세요.



웹사이트 **quit.org.au**를 방문하여, 금연 정보와
방법, 그리고 다양한 지원에 대한 링크들을
알아보세요.



애플 앱스토어나 구글 플레이에서 **무료**
My QuitBuddy 앱을 다운받아, 금연 요령, 흡연
욕구 통제 방법을 알아보고, 금연을 시도하는
다른 사람들과 소통해 보세요.



health.gov.au/tobacco-control

