



إنه وقت ممتاز للإقلاع عن التدخين لكليكما



**إن التدخين العادي أو التدخين
الإلكتروني أثناء الحمل يمكن أن يلحق
الضرر بك وبطفلك.**

يتوفر دعم متخصص لمساعدتك على الإقلاع عن
التدخين إلى الأبد لتحسين صحتك وحماية طفلك.
اطلبي النصيحة من اختصاصي الرعاية الصحية الذي
تتعاملين معه أو اتصلي بخط المساعدة للإقلاع
عن التدخين.

تحدثي إلى أحد اختصاصيي الرعاية الصحية واحصلي على الأدوات وأنواع الدعم المجانية