

— Przewodnik —

po programach rzucania palenia tytoniu

w mieście Nowy Jork

Nadal
palisz lub
wapujesz?
Znajdź pomoc
teraz.

Aby uzyskać więcej informacji na temat leków i opcji porad psychologa, porozmawiaj ze swoim lekarzem. Większość planów ubezpieczenia zdrowotnego, w tym Medicaid, pokrywa usługi pomagające Ci osiągnąć Twoje cele.

Aby uzyskać dodatkowe informacje dotyczące leczenia wspomagającego rzucanie palenia tytoniu, zadzwoń pod numer **311, zeskanuj kod QR poniżej lub odwiedź stronę **nyc.gov/nycquits**.**



Bronx



Albert Einstein College of Medicine, Montefiore Einstein Comprehensive Cancer Center



Be BOLD-Quit Smoking Program (Bądź ODWAŻNY-Program rzucania palenia)

1300 Morris Park Ave.

Bronx, NY 10461

718-430-2697

Program ten jest dostępny dla angielsko i hiszpańskojęzycznych mieszkańców dzielnicy Bronx.

Zadzwoń lub wyślij emaila na adres

cancersupport@einsteinmed.edu, aby zapisać się do wirtualnej grupy porad psychologicznych oferowanych przez rozmowę wideo lub telefon. Wydawane są skierowania do placówek oferujących leki. Dowiedz się więcej pod adresem **cancer.montefioreeinstein.org/community-outreach-engagement/tobacco-cessation**.



Montefiore Health System

Tobacco Cessation Program

(Program rzucania palenia tytoniu)



3 Executive Blvd.



Yonkers, NY 10701

914-354-5604

healtheducation@montefiore.org

Poproś o skierowanie w celu otrzymania powiązanych usług w powiatach Bronx i Westchester od świadczeniodawcy Montefiore.



NYC Health+Hospitals/Jacobi

Smoking Cessation Program

(Program rzucania palenia)



1400 Pelham Parkway S.

Building 1, Room 4W2

Bronx, NY 10461

718-918-3907

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę. Godziny pracy: od poniedziałku do piątku, 08:00 do 16:00



NYC Health+Hospitals/Lincoln

Smoking Cessation Program

(Program rzucania palenia)



234 E. 149th St.

Bronx, NY 10451

718-579-4943 lub 718-579-6570

Uzyskaj skierowanie od szpitala Lincoln. Godziny pracy: poniedziałek i piątek, 13:40 do 15:00; wtorek, środa i czwartek, 08:40 do 10:30

Usługi są świadczone w języku angielskim i hiszpańskim.

Legenda



Indywidualne porady psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za niską opłatą



Za opłatą



Porady grupowe lub grupa wsparcia



Porady przez wideo lub w ramach telemedycyny



Rzucanie wapowania

Brooklyn



NYC Health+Hospitals/



powiat Kings



Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)



451 Clarkson Ave.



E-Building, Seventh Floor, Room E67

Brooklyn, NY 11203



718-245-2782

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę i uzyskać informacje o sesjach grupowych. Godziny pracy: od poniedziałku do piątku, 08:00 do 9:00

Usługi są świadczone w języku angielskim i hiszpańskim. Program jest prowadzony przez koordynatora.

NYC Health+Hospitals/Woodhull

Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)

760 Broadway

Brooklyn, NY 11206

844-692-4692

Uzyskaj skierowanie od Woodhull Medical Center.

Godziny pracy:

od poniedziałku do piątku, 09:00 do 17:00

Manhattan



Asian Americans for Equality



Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)



111 Division St.

New York, NY 10002

212-979-8988

Nie trzeba umawiać się na wizytę. Godziny pracy: od poniedziałku do piątku, 09:00 do 17:00

Usługi są świadczone w języku angielskim, mandaryńskim, kantońskim, Fuzhou i Taishan.

Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)

111 Norfolk St.

New York, NY 10002

212-358-9922

Nie trzeba umawiać się na wizytę. Godziny pracy: od poniedziałku do piątku, 09:00 do 17:00

Usługi są świadczone w języku angielskim, mandaryńskim, kantońskim, Fuzhou i Taishan.

Legenda



Indywidualne porady
psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za
niska opłatą



Za opłatą



Porady grupowe
lub grupa wsparcia



Porady przez video
lub w ramach
telemedycyny



Rzucanie wapowania



Charles B. Wang Community

Health Center

Smoking Cessation Program

(Program rzucania palenia)

268 Canal St., Fourth Floor

New York, NY 10013

718-661-6040

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę.

Bezpłatne osobiste lub telefoniczne usługi w zakresie rzucania palenia są zapewniane w języku angielskim, mandaryńskim i kantońskim.



Harlem Health Advocacy Partners

Public Health Solutions

East Harlem Neighborhood Health Action Center

158 E. 115 St.

New York, NY 10029

646-619-6737

Program obsługuje mieszkańców NYCHA.

Zadzwoń pod numer 646-682-3375 lub wyślij

wiadomość email na adres hhap@health.nyc.gov, aby uzyskać więcej informacji.

Usługi są dostępne w języku angielskim i hiszpańskim.



Korean Community Services

Tobacco Cessation Navigation Program

(Program informacji w zakresie rzucania palenia)

315 Fifth Ave. Number 705

New York, NY 10016

212-463-9685

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę. Telefoniczne usługi w zakresie rzucania palenia i leki nikotynowe są zapewniane przy współpracy z infolinią rzucania palenia dla osób pochodzenia azjatyckiego.

Usługi są dostępne w języku koreańskim, kantońskim, mandaryńskim i angielskim.



Memorial Sloan Kettering

Cancer Center (MSKCC)

MSKCC Rockefeller Outpatient Pavilion

Tobacco Treatment Program (Program leczenia wspomagającego rzucanie palenia tytoniu)

160 E. 53rd St., Second Floor

New York, NY 10022

212-610-0507

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę w celu omówienia opcji rzucania palenia. Lekarze MSKCC mogą przepisać leki wspomagające rzucanie palenia, które zwykle są pokrywane przez ubezpieczenie zdrowotne.

Usługi są świadczone w wielu językach.

Legenda



Indywidualne porady psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za niską opłatą



Za opłatą



Porady grupowe lub grupa wsparcia



Porady przez wideo lub w ramach telemedycyny



Rzucanie wapowania

Manhattan



MSKCC Ralph Lauren Center, Harlem Tobacco Treatment Program (Program leczenia wspomagającego rzucanie palenia tytoniu)

1919 Madison Ave. (wejście od 124th Street)

New York, NY 10027

212-987-1777



Zadzwoń, aby umówić się na wizytę. Dostępne są porady psychologa i recepty.

Usługi są świadczone w wielu językach. Leki wspomagające rzucanie palenia mogą być pokryte, w zależności od planu ubezpieczeniowego.

Mount Sinai

Margarita Camche Smoking Cessation Clinics

W ramach obu poniżej wymienionych programów dostępne są porady psychologa i recepty. Przyjmowanych jest większość planów ubezpieczenia; dostępna jest ruchoma skala opłat.

Usługi są dostępne w języku angielskim i hiszpańskim.



Mount Sinai West

1000 10th Ave. (od West 59th Street)



New York, NY 10019



212-523-6056

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę.



Mount Sinai Morningside

1111 Amsterdam Ave. (od West 114th Street)



New York, NY 10025



212-523-4410

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę.



NewYork-Presbyterian



Hospital/Columbia Campus



Ambulatory Care Network



Tobacco Cessation Program



(Program rzucania palenia tytoniu)

21 Audubon Ave.

New York, NY 10032

347-266-7447

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę.

Przyjmowana jest większość planów Medicaid i Medicare. Szczegółowe informacje można znaleźć na stronie **nyp.org**, wyszukując „ambulatory network

participating plans” (plany w sieci opieki ambulatoryjnej).

Usługi są świadczone wirtualnie przez teleplatformę usług

opieki zdrowotnej lub w ośrodku i są one dostępne w

języku angielskim i hiszpańskim.

Legenda



Indywidualne porady psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za niską opłatą



Za opłatą



Porady grupowe lub grupa wsparcia



Porady przez wideo lub w ramach telemedycyny



Rzucanie wapowania



NewYork-Presbyterian Hospital/Cornell Campus

Ambulatory Care Network

Tobacco Cessation Program

(Program rzucania palenia tytoniu)

505 E. 70 St.

Helmsley Tower, Fourth Floor

New York, NY 10021

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę: 212-746-2900,
wybierz 1.

Przyjmowana jest większość planów Medicaid i Medicare
oraz planów komercyjnych.



NYC Health+Hospitals/Bellevue

Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)

462 First Ave.

New York, NY 10016

212-562-8710

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę. Dostępne są wizyty
w tym samym dniu. Godziny pracy: od poniedziałku do
piątku, 08:00 do 16:00

*Usługi są dostępne w języku angielskim i hiszpańskim
oraz przez biuro usług tłumaczeń ustnych.*



NYC Health+Hospitals/

Gotham Health

Sydenham Community Health Center

Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)

264 W. 118th St.

New York, NY 10026

212-932-6336

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę. Godziny pracy:
czwartki i piątki, 09:00 do 16:00

Usługi są dostępne w języku angielskim i hiszpańskim.



Dyckman Family Health Center

Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)

175 Nagle Ave. (od 200th Street)

New York, NY 10034

212-544-2001

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę. Godziny pracy: od
poniedziałku do środy, 09:00 do 16:30

Usługi są świadczone w języku angielskim i hiszpańskim.

Legenda



Indywidualne porady
psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za
niska opłatą



Za opłatą



Porady grupowe
lub grupa wsparcia



Porady przez wideo
lub w ramach
telemedycyny



Rzucanie wapowania

Manhattan



Gouverneur Smoking Cessation Program



(Program rzucania palenia Gouverneur)



227 Madison St., Second Floor

New York, NY 10002



212-441-5391 lub 212-238-8130

Uzyskaj skierowanie od lekarza Gouverneur Health (Opieka zdrowotna Gouverneur). Godziny pracy: od poniedziałku do piątku, 09:00 do 16:00

Usługi są świadczone w języku angielskim, hiszpańskim, bengalskim, kantońskim, mandaryńskim i chińskim.



NYC Health+Hospitals/Harlem



Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)



46 W. 137th St., Third Floor



New York, NY 10037

212-939-8222

Można się zgłosić bez umawiania wizyty. Godziny pracy: od poniedziałku do piątku, 08:00 do 14:00

Usługi są świadczone w języku angielskim i hiszpańskim.

Program jest prowadzony przez instruktora ds. zdrowia publicznego.



NYC Health+Hospitals/Metropolitan



Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)



1901 First Ave.



Nowy Jork, NY 10029



212-423-6510 lub 212-423-6511

Uzyskaj skierowanie od lekarza ze szpitala Metropolitan.

Godziny pracy: Każdy pierwszy, trzeci i piąty czwartek każdego miesiąca, 08:00 do 12:00

Usługi są dostępne w języku angielskim i hiszpańskim.

Queens



Charles B. Wang Community



Health Center



Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)



131-72 40th Road



Flushing, NY 11354

718-587-1232

Zadzwoń, aby umówić się na bezpłatną wizytę osobistą lub aby uzyskać telefoniczne usługi w zakresie rzucania palenia.

Usługi są świadczone w języku angielskim, mandaryńskim, kantońskim i Taishan.

Legenda



Indywidualne porady psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za niską opłatą



Za opłatą



Porady grupowe lub grupa wsparcia



Porady przez wideo lub w ramach telemedycyny



Rzucanie wapowania

**Flushing Hospital Medical Center****Stop Smoking Program (Program rzucania palenia)**

4500 Parsons Blvd.



Flushing, NY 11355

718-206-8494 lub 917-943-7348

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę.

Program jest dostępny w języku angielskim i hiszpańskim.**Jamaica Hospital Medical Center****Stop Smoking Program (Program rzucania palenia)**

134-20 Jamaica Ave.



Jamaica, NY 11418

718-206-8494

Zadzwoń, aby uzyskać więcej informacji na temat warsztatów w ramach programu.

Program jest dostępny w języku angielskim i hiszpańskim.**Korean Community Services****Tobacco Cessation Navigation Program****(Program informacji w zakresie rzucania palenia)**

203-05 32nd Ave.



Bayside, NY 11361

718-939-6137

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę. Telefoniczne usługi w zakresie rzucania palenia i leki nikotynowe są zapewniane przy współpracy z infolinią rzucania palenia dla osób pochodzenia azjatyckiego.

Usługi są dostępne w języku koreańskim, kantońskim, mandaryńskim i angielskim.**NYC Health+Hospitals/Queens****Smoking Cessation Program (Program rzucania palenia)**

82-68 164th St.



Jamaica, NY 11432



718-883-3774

Zadzwoń, aby umówić się na wizytę. Godziny pracy: od poniedziałku do środy, 09:00 do 14:00

Staten Island

**Richmond University****Medical Center****Tobacco Cessation Program****(Program rzucania palenia tytoniu)**

355 Bard Ave.

Staten Island, NY 10310

718-818-2391

Dostępny jest bezpłatny program. Zadzwoń, aby umówić się na wizytę.

Legenda

Indywidualne porady psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za niską opłatą



Za opłatą



Porady grupowe lub grupa wsparcia



Porady przez wideo lub w ramach telemedycyny



Rzucanie wapowania

Inne zasoby



New York State Smokers' Quitline (Infolinia rzucania palenia stanu Nowy Jork)

Zapisz się na konsultację z doradcą ds. rzucania palenia i złóż wnioszek o bezpłatny zestaw startowego leków nikotynowych.



Wejdź na stronę nysmokefree.com lub zadzwoń pod numer 866-697-8487.

GetCoveredNYC

Czy potrzebujesz ubezpieczenia zdrowotnego, aby pokryło leczenie? Uzyskaj pomoc w uzyskaniu ubezpieczenia zdrowotnego bezpłatnie lub za niską opłatą, w tym Medicaid. Zadzwoń pod numer **311** lub wejdź na stronę nyc.gov/health/healthcoverage, aby skonsultować się z doradcą ds. rejestracji w Wydziale Zdrowia i Higieny Psychicznej miasta Nowy Jork (NYC).



This is Quitting (Rzucanie palenia)

Aby uzyskać pomoc w rzucaniu wapowania, nastolatki i młodzi dorośli (w wieku od 13 do 24 lat) mogą wysłać SMS **DROPTHEVAPE** pod numer 88709, aby przyłączyć do programu wsparcia przez SMS-y. Rodzice mogą także wysłać SMS „QUIT” (RZUĆ) pod numer 202-899-7550, aby otrzymać codzienną poradę, jak pomóc młodej osobie rzucić wapowanie. Wejdź na stronę truthinitiative.org/thisisquitting, aby uzyskać więcej informacji.



American Lung Association (Amerykańskie Stowarzyszenie ds. Płuc)

Dostępne są telefoniczne porady psychologa oraz internetowy program Freedom from Smoking (Wolność od palenia).



Wejdź na stronę lung.org/quit-smoking lub zadzwoń pod numer 800-586-4872.



Infolinia rzucania palenia dla osób pochodzenia azjatyckiego (Asian Smokers' Quitline)

Aby uzyskać informacje, materiały do samopomocy i plastry nikotynowe, zadzwoń pod numer 800-838-8917 (język chiński) lub 800-778-8440 (język wietnamski), od poniedziałku do piątku, 10:00 do 24:00, lub wejdź na stronę asiansmokersquitline.org.



Porady są udzielane w języku kantońskim, mandaryńskim, koreańskim i wietnamskim.



National Cancer Institute (Narodowy Instytut Raka)

Aby porozmawiać z przeszkolonym specjalistą ds. rzucania palenia, zadzwoń pod numer 877-448-7848, od poniedziałku do piątku, 09:00 do 21:00, lub wejdź na stronę smokefree.gov/tools-tips/speak-expert.



Usługi są dostępne w języku angielskim i hiszpańskim.

Legenda



Indywidualne porady psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za niską opłatą



Za opłatą



Porady grupowe lub grupa wsparcia



Porady przez wideo lub w ramach telemedycyny



Rzucanie wapowania

**National Cancer Institute: Quit VET**

Quit VET obsługuje weteranów wojskowych, którzy otrzymują opiekę zdrowotną przez Wydział ds.



Weteranów (Veterans Affairs). Program obejmuje porady psychologa i kontrolne rozmowy telefoniczne. Psychologowie są dostępni od poniedziałku do piątku, 09:00 do 21:00. Zadzwoń pod numer 855-784-8838 lub wejdź na stronę [mentalhealth.va.gov/quit-tobacco/quit-vet.asp](https://www.mentalhealth.va.gov/quit-tobacco/quit-vet.asp).

Usługi są dostępne w języku angielskim i hiszpańskim.

**Nicotine Anonymous
(Anonimowi Nikotyńscy)**

Aby uzyskać wsparcie grupowe, wejdź na stronę [nymainica.org](https://www.nymainica.org) (aglomeracja NYC), zadzwoń pod numer 877-879-6422 lub wyślij wiadomość email na adres info@nicotine-anonymous.org.

**NYC BigAppleRx Prescription****Karta zniżkowa**

Karta ta zapewnia zniżki na leki wspomagające rzucanie palenia tytoniu. Recepty są wymagane na wszystkie leki, w tym leki wydawane bez recepty. Więcej informacji można uzyskać dzwoniąc pod numer 888-454-5602 lub **311**, lub na stronie [bigapplerx.com](https://www.bigapplerx.com).

**Smoke-Free NYCHA****(Zakaz palenia NYCHA)**

Program ten zapewnia mieszkańcom mieszkalnictwa publicznego bezpłatne wsparcie w rzucaniu lub ograniczeniu palenia tytoniu, kontakt z innymi zasobami dot. zdrowia oraz edukację w zakresie zasad zakazu palenia NYCHA. Więcej informacji można uzyskać na stronie [on.nyc.gov/nycha-smoke-free](https://www.on.nyc.gov/nycha-smoke-free) lub wysyłając wiadomość email na adres smoke-free@nycha.nyc.gov.

Nie czujesz się na siłach, by rzucić palenie?

Bez względu na to, jakie masz cele, dostępne są opcje leczenia. Dowiedz się więcej na temat tego, jak leki mogą pomóc Ci ograniczyć lub nie palić w miejscach i sytuacjach, gdzie palenie jest niedozwolone: Zadzwoń pod numer **311** lub wejdź na stronę [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) i wyszukaj „**coping with nicotine withdrawal**” (radzenie sobie z odstawianiem nikotytny).

Legenda

Indywidualne porady psychologa



Porady telefoniczne



Leki bezpłatne lub za niską opłatą



Za opłatą



Porady grupowe lub grupa wsparcia



Porady przez wideo lub w ramach telemedycyny



Rzucanie wapowania

**Za każdym razem, kiedy
starasz się o uzyskanie
pomocy, robisz postępy.**