

Let's Talk About Tobacco



**One Conversation at a Time**



[sccoe.org/tupe](https://sccoe.org/tupe)

Hablemos De Tobacco



**Una Conversación a la Vez**



[sccoe.org/tupe](http://sccoe.org/tupe)

# Tips for Productive Conversations



- 1 Show your love & concern** - Express, physically and emotionally, that you care by sharing your feelings and making a connection.
- 2 Approach with an open mind & heart** - Listen without judgement, be aware of your tone of voice and facial expressions, try not to be defensive, and let them know you value their honesty.
- 3 Use reflective listening** - Be attentive as they are speaking, then use phrases, such as "What I hear you saying..." or "It sounds like you feel..." to check your understanding of what they said.
- 4 Give lots of praise & positive feedback** - Thank them for talking with you, maintain trust, and stay open to future conversations.

# Consejos para Conversaciones Productivas



- 1 Muestra su amor y preocupación** - Demuestra, físicamente y emocionalmente que te importa compartiendo tus sentimientos y haciendo una conexión.
- 2 Acérquete con la mente y el corazón abiertos** - Escucha sin juzgar, sé consciente de tu tono de voz y expresiones faciales, trata de no ser defensivo y hazle saber que valoras su honestidad.
- 3 Utiliza la escucha reflexiva** - Esté atento mientras están hablando, luego usa frases, como "Lo que te escucho decir..." o "Suena como si te sintieras..." para mostrar una verdadera comprensión de lo que te dijeron.
- 4 Dele muchos elogios y comentarios positivos** - Agradéceles por hablar contigo, y deja la conversación en buenos términos para mantener la confianza para futuras conversaciones.

# Resources for Parents / Families

## **Kick It California**

Free services for teens and adults, including self-help materials and one-on-one counseling. Services are available in multiple languages.

<https://kickitca.org/>

### **Telephone options available**

Smokers: 800-NO-BUTTS (800-662-8887)

Vape Users: 844-8-NO-VAPE (844-866-8273)

Tobacco Chewers: 800-844-CHEW (800-844-2439)

Spanish: 800-45-NO-FUME (800-456-6386)

### **Text messaging options available**

*English:*

- Text "Quit Smoking" to 66819
- Text "Quit Vaping" to 66819

*Spanish:*

- Texto "dejar de fumea" al 66819
- Texto "no vapear" al 66819

## **Crisis Helplines**

The Santa Clara County Crisis and Suicide Prevention Lifeline (CSPL) is a 24-hour, toll-free, confidential suicide prevention hotline.

Call **988**

Text **RENEW** to **741741**

# Recursos para Padres / Familias

## **Kick It California**

Servicios gratuitos para adolescentes y adultos, incluidos materiales de autoayuda y asesoramiento personalizado. Los servicios estn disponibles en varios idiomas  
<https://kickitca.org/>

### **Opciones telefónicas disponibles**

Fumadores: 800-NO-BUTTS (800-662-8887)

Usuarios de Vape: 844-8-NO-VAPE (844-866-8273)

Masticadores de Tabaco: 800-844-CHEW (800-844-2439)

Español: 800-45-NO-FUME (800-456-6386)

### **Opciones disponibles para enviar mensajes de texto**

*Inglés:*

- Texto "Quit Smoking" to 66819
- Texto "Quit Vaping" to 66819

*Español:*

- Texto "dejar de fumea" al 66819
- Texto "no vapear" al 66819

## **Centro de Crisis de Santa Clara**

Servicios de crisis gratuitos y confidenciales y recursos actualizados en tu comunidad.

Llamar **988**

Texto **RENEW** at **741741**

# To Learn More About Tobacco

## **Centers for Disease Control and Prevention (CDC) - Department of Health and Human Services**

Electronic Cigarettes [https://www.cdc.gov/tobacco/basic\\_information/e-cigarettes/index.htm](https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/index.htm)

## **California Department of Public Health**

Tobacco Control Program <https://www.undo.org/>

Flavors Hook Kids <https://www.flavorshookkids.org/>

## **Santa Clara County Tobacco Use Prevention Education**

<http://sccoe.org/tupe>

## **Stanford Tobacco Prevention Toolkit**

<https://med.stanford.edu/tobaccopreventiontoolkit/resource-directory.html>

## **U.S. Department of Health and Human Services**

<https://smokefree.gov/>

## **For Teens: National Institute on Drug Abuse (NIDA) - Tobacco, Nicotine, & Vaping**

<https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/tobacco-nicotine-vaping-e-cigarettes>

## **American Lung Association - Tips for Talking to Kids About Smoking**

<https://www.lung.org/quit-smoking/helping-teens-quit/tips-for-talking-to-kids#:~:text=lf%20you%20catch%20your%20teen,to%20help%20them%20stop%20smoking>

# Para Obtener Mas Informacion Sobre el Tabaco

## **Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) - Departamento de Salud y Servicios Humanos**

Cigarrillos Electrónicos [https://www.cdc.gov/tobacco/basic\\_information/e-cigarettes/index.htm](https://www.cdc.gov/tobacco/basic_information/e-cigarettes/index.htm)

## **Departamento de Salud Pública de California**

Programa para el Control del Tabaco <https://www.undo.org/>

Sabores Adictan a los Niños <https://www.flavorshookkids.org/>

## **Educación para la Prevención del Uso de Tabaco del Condado de Santa Clara**

<http://sccoe.org/tupe>

## **Conjunto de Herramientas para la Prevención del Tabaco de Stanford**

<https://med.stanford.edu/tobaccopreventiontoolkit/resource-directory.html>

## **Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos**

<https://smokefree.gov/>

## **Para Adolescentes: Instituto Nacional sobre el Abuso de Drogas (NIDA) - Tabaco, Nicotina y Vapeo**

<https://teens.drugabuse.gov/drug-facts/tobacco-nicotine-vaping-e-cigarettes>

## **Asociación Americana del Pulmón - Consejos para Hablar con los Niños sobre el Hábito de Fumar**

<https://www.lung.org/quit-smoking/helping-teens-quit/tips-for-talking-to-kids#:~:text=If%20you%20catch%20your%20teen,to%20help%20them%20stop%20smoking>





**What do you think  
about tobacco?**



**¿Qué opinas del  
tabaco?**



**What do you know  
about vaping?**



**¿Qué sabes del  
vapeo?**



**What do you think  
about vaping?**



**¿Qué opinas del  
vapeo?**



**What do you think  
about cigarettes?**



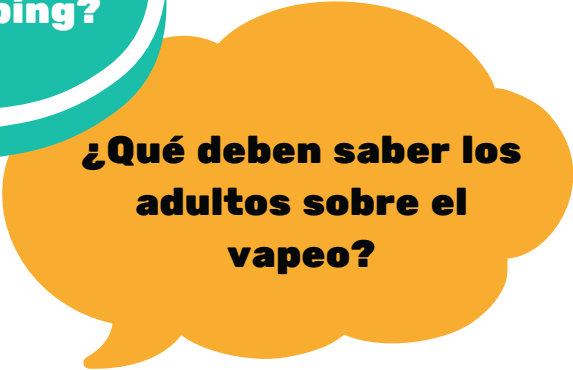
**¿Qué opinas de los  
cigarrillos?**

**What tobacco products do you know about?**

**¿Qué productos de tabaco conoces?**




**What should adults  
know about vaping?**



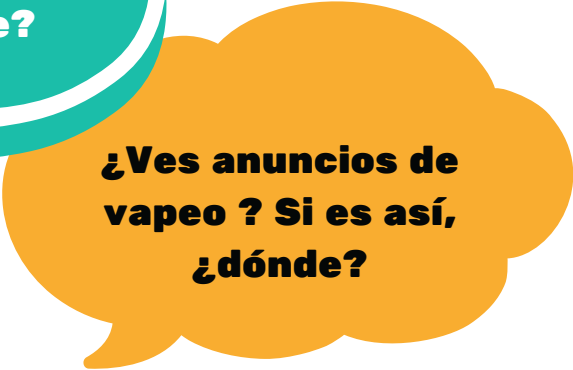
**¿Qué deben saber los  
adultos sobre el  
vapeo?**

**Do you see tobacco  
advertisements?  
If so, where?**

**¿Ves anuncios de  
tabaco? Si es así,  
¿dónde?**



**Do you see vaping  
advertisements?  
If so, where?**




**¿Ves anuncios de  
vapeo ? Si es así,  
¿dónde?**





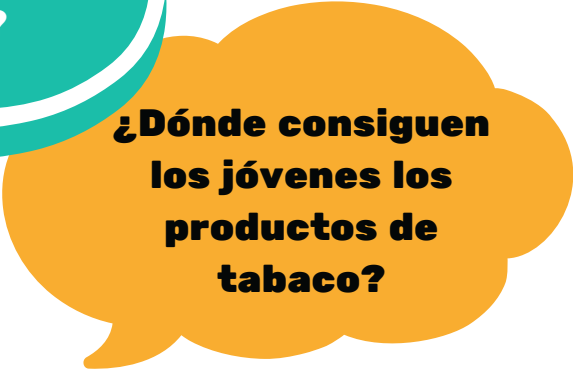
**How much do  
different tobacco  
products cost?**



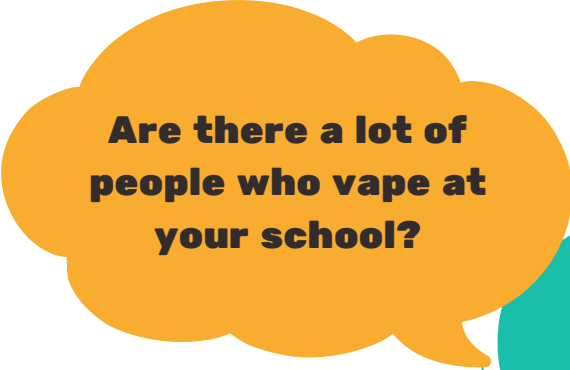
**¿Cuánto cuestan los  
diferentes productos  
de tabaco?**



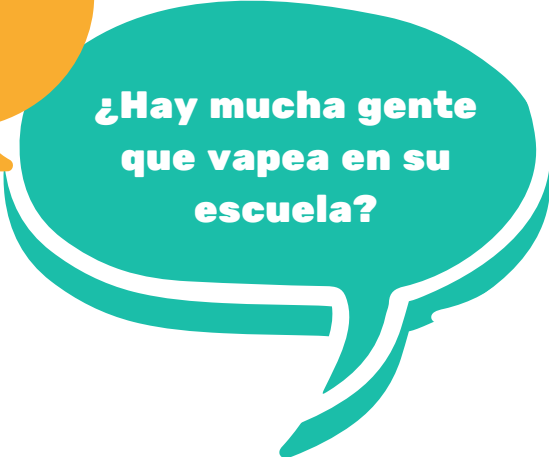
**Where do young  
people get tobacco  
products?**




**¿Dónde consiguen  
los jóvenes los  
productos de  
tabaco?**



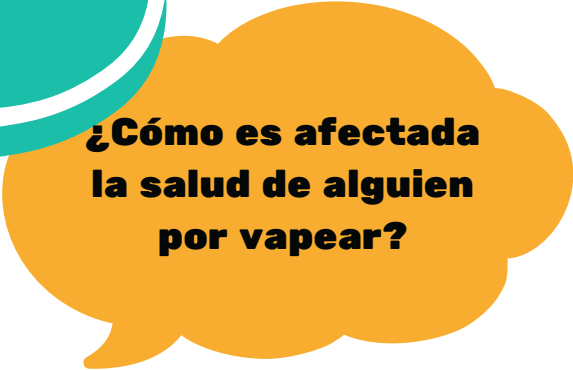
**Are there a lot of  
people who vape at  
your school?**



**¿Hay mucha gente  
que vapea en su  
escuela?**




**How does vaping  
affect someone's  
health?**



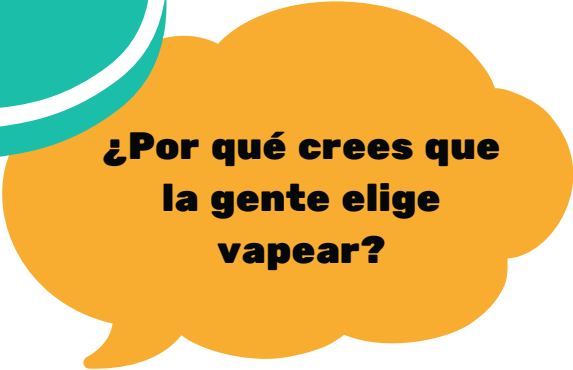
**¿Cómo es afectada  
la salud de alguien  
por vapear?**

**How has vaping  
impacted you?**

**¿Cómo te ha  
afectado el vapeo?**




**Why do you think  
people choose to  
vape?**



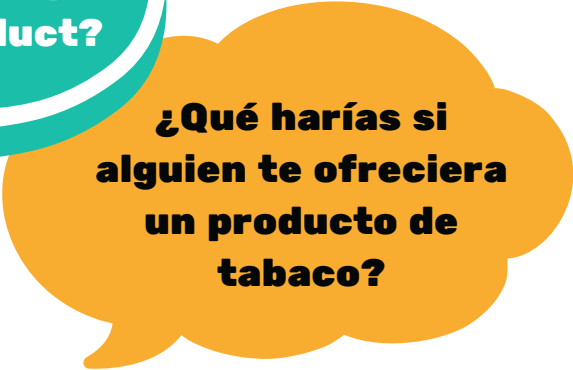
**¿Por qué crees que  
la gente elige  
vapear?**

**Why do you think  
people choose not to  
vape?**

**¿Por qué crees que la  
gente elige no  
vapear?**



**What would you do if  
someone offered you  
a tobacco product?**



**¿Qué harías si  
alguien te ofreciera  
un producto de  
tabaco?**



**What would you say if someone offered you a tobacco product?**


**¿Qué dirías si alguien te ofreciera un producto de tabaco?**

**What would you do  
if your best friend  
offered you a  
tobacco product?**

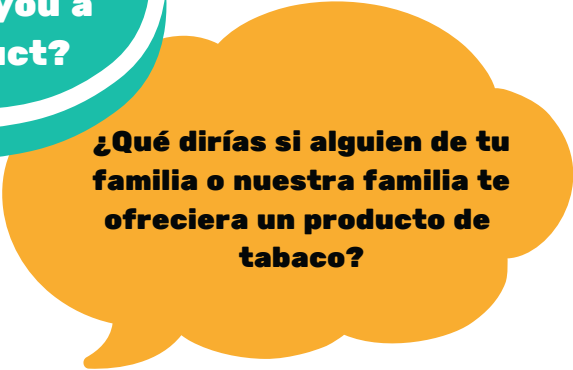
**¿Qué harías si tu  
mejor amigo te  
ofreciera un producto  
de tabaco?**

**What would  
you do if someone in  
your/our family  
offered you a  
tobacco product?**

**¿Qué harías si alguien de tu  
familia o de nuestra familia  
te ofreciera un producto de  
tabaco?**



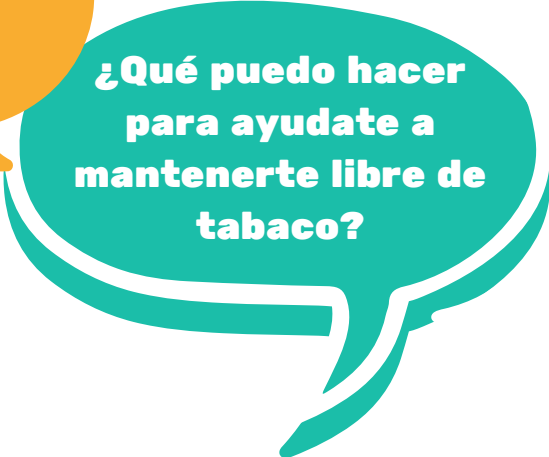
**What would you say if  
someone in your/our  
family offered you a  
tobacco product?**




**¿Qué dirías si alguien de tu  
familia o nuestra familia te  
ofreciera un producto de  
tabaco?**



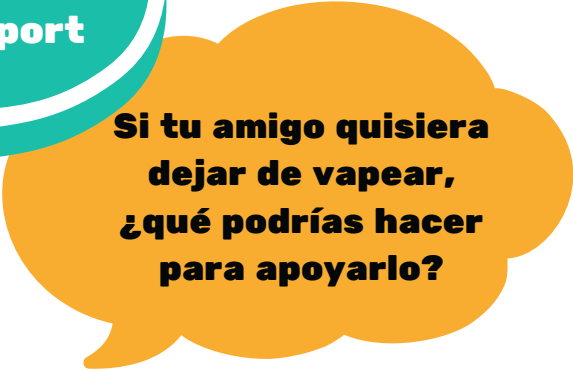
**What can I do to help  
you stay tobacco-  
free?**



**¿Qué puedo hacer  
para ayudarte a  
mantenerte libre de  
tabaco?**



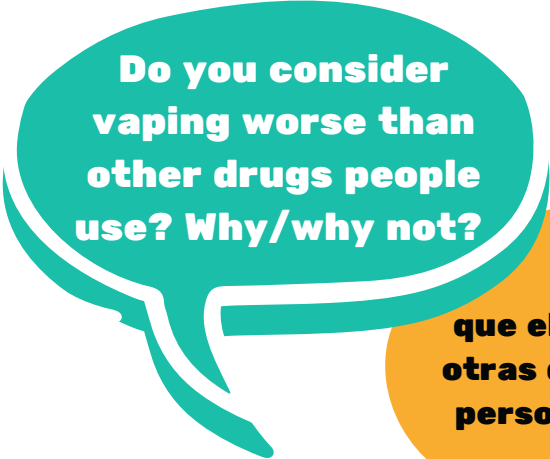
**If your friend  
wanted to quit  
vaping, what could  
you do to support  
them?**



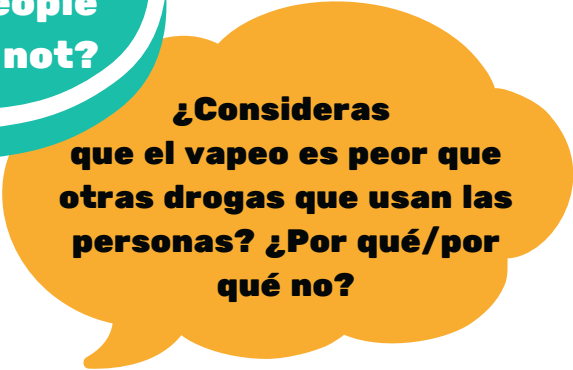
**Si tu amigo quisiera  
dejar de vapear,  
¿qué podrías hacer  
para apoyarlo?**

**If someone  
in your/our family wanted  
to quit smoking or vaping,  
what could we do to support  
them?**

**Si alguien de tu familia o  
nuestra familia quisiera  
dejar de fumar o vapear,  
¿qué podríamos hacer para  
apoyarlos?**



**Do you consider  
vaping worse than  
other drugs people  
use? Why/why not?**



**¿Consideras  
que el vapeo es peor que  
otras drogas que usan las  
personas? ¿Por qué/por  
qué no?**



**Do you consider  
vaping to be deadly?  
Why/why not?**

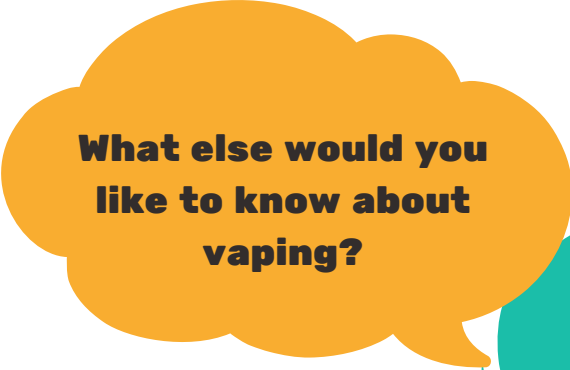
**¿Consideras que el  
vapeo es mortal?  
¿Por qué/por qué  
no?**



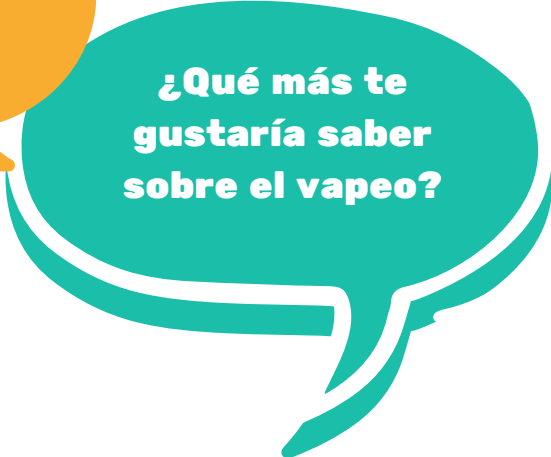
**What do you think is  
a better alternative  
to smoking/vaping?**



**¿Cuál crees que es  
una mejor alternativa  
a fumar/vapear?**



**What else would you  
like to know about  
vaping?**



**¿Qué más te  
gustaría saber  
sobre el vapeo?**