

Wollen Sie den Rauchstopp wagen? Dann schnappen Sie sich Ihr Smartphone und machen Sie an unserer Studie mit.

SMART  
zum

RAUCHSTOPP!



Universität  
Zürich<sup>UZH</sup>

#### Worum geht es:

Für unsere Studie suchen wir Raucher/-innen, die mit dem Rauchen aufhören möchten! Dabei soll Ihr eigenes Smartphone zum Einsatz kommen.

#### Was haben Sie von einer Teilnahme?

- Mit dem Rauchstopp erzielen Sie vielfältige Vorteile für die eigene Gesundheit!
- Sie erhalten Einblick in die aktuelle Forschung.
- Wir schenken Ihnen ein persönliches Kohlenmonoxid-Atemtestgerät (iCO Smokerlyzer) für Ihr Smartphone.
- Sie nehmen an einer Verlosung teil, mit der Chance auf einen Hauptpreis im Wert von 200 CHF sowie mit der Chance 1:4 auf einen 50 CHF Einkaufsgutschein!

#### Die Teilnahme beinhaltet:

- Einen Termin von ca. eineinhalb Stunden an der Universität Zürich (Zürich/Oerlikon). Vor diesem Termin wird schon eine kurze Befragungsphase stattfinden.
- Vor Ihrem persönlichen Rauchstopp sowie während 20 Tagen danach füllen Sie bequem von zuhause ein kurzes Abendtagebuch am PC oder Smartphone aus (max. 10 Minuten pro Abend). Nach 6 Monaten erfolgt nochmals eine kurze Befragungsphase.
- Während dieser Zeit messen Sie Ihren Kohlenmonoxid (CO)-Gehalt in Ihrer Atemluft mithilfe des persönlichen iCO Smokerlyzer.

#### Sie können mitmachen, wenn

- Sie aktuell mind. 1 Zigarette pro Tag rauchen.
- Sie mindestens 18 Jahre alt sind und ein Smartphone mit mobilem Internet besitzen.
- Sie aktuell an keinem professionellen Rauchstoppprogramm teilnehmen.

#### Lust mitzumachen?

<https://ww2.unipark.de/uc/rauchstopp/>

QR-Code zum Onlinefragebogen:



Universität  
Zürich<sup>UZH</sup>

**Kontaktperson:** Philipp Schwaninger MSc | [rauchstopp@psychologie.uzh.ch](mailto:rauchstopp@psychologie.uzh.ch)  
Universität Zürich, Psychologisches Institut, Binzmühlestrasse 14 /Box 14, CH-8050 Zürich

