



Röker du cigaretter dagligen och är du intresserad av att försöka sluta röka med hjälp av smartphone-baserat stöd?

Det bästa man kan göra för sin hälsa är att sluta röka men det är svårt och återfallsrisken är stor på grund av stress, röksug och bristande motivation.

Vi söker just nu personer som vill delta i en studie där deltagarna får ha på sig en smart klocka, svara på korta smartphoneenkäter i det dagliga livet samt ta del av "mikrointerventioner" (d.v.s. korta interventionsmeddelanden) vid olika tidpunkter i 28 dagar. Projektet leds av forskare vid Stockholms universitet och Tampere University (Finland) och är finansierat av Horisont Europa (EU:s ramprogram för forskning och innovation).

Vem kan vara med?

Du som...

- är över 18 år
- bor i Sverige och talar, läser och skriver på svenska eller engelska
- röker cigaretter dagligen och är villig att sätta ett datum för rökstopp
- är villig att ha på dig en smart klocka (som du får låna av oss) och svara på korta smartphoneenkäter i 28 dagar

Hur anmäler jag mig?

Om du är intresserad av att höra mer om studien meddelar du ditt namn och e-mejl till olga.perski@su.se (ansvarig forskare), som kontakter dig via e-mejl inom en vecka.

Har du övriga frågor kan du kontakta:

Dr Olga Perski, ansvarig forskare: olga.perski@su.se



Stockholms
universitet

