

Anzahl der Zigaretten eintragen.
Dann das Ziel auf wie viel
Zigaretten man reduzieren
möchte.

Anzahl Zigaretten am Tag

Ziel Anzahl Zigaretten
reduzieren

Der Nutzer soll angeben was
gerade seine Emotionen sind
wenn er die App öffnet

Emotionen:

- ☐ Wut ☐ Trauer
☐ Freude ☐ Stress

Dem Nutzer sollte verschiedene
Aktivitäten vorgeschlagen
werden die er machen soll um
sein Ziel zu erreichen. Es soll ihn
mehr motivieren.

Spiel ☐

Gespartes Geld ☐

Sport Arten ☐

Gefahr für die
Gesundheit ☐