

## **Hva er Happy Ending?**

Happy Ending er en helt ny måte å slutte å røyke på!

Happy Ending er inspirerende, morsomt og effektivt. Det er ingen bøker du skal lese, ingen møter eller kurs. Alt skjer via internett og mobiltelefon, uten at du behøver å være racer på noen av delene.

Happy Ending bruker ikke pekefinger eller skremsler for at du skal slutte. Du får effektiv hjelp til å takle de fysiske, psykiske og sosiale utfordringene på en morsom og hyggelig måte. Med dokumentert slutteprosent på over 70 etter 3 måneder er Happy Ending en revolusjon for alle røykere!

Happy Ending er utviklet av norske forskere, med støtte fra Norges forskningsråd og Sosial- og helsedirektoratet. Happy Ending samarbeider med Kreftforeningen og Landsforeningen for hjerte- og lungesyke. Les mer på [www.happyending.no](http://www.happyending.no) eller på [www.slutte.no](http://www.slutte.no).

## **Pris**

I en kampanjeperiode som varer i januar og februar 2005 koster Happy Ending 1590,- kroner. Du kan betale alt i en sum, eller betale i tre avdrag.

## **Hvor kan du melde deg på?**

Du kan melde deg på her: [www.happyending.no](http://www.happyending.no)

## **Hvor lenge varer programmet?**

Happy Ending består av tre faser. Første fase varer i 14 dager og kalles forberedelsesfasen. I denne fasen røyker du som vanlig, mens du forbereder deg på å slutte. Den andre fasen kalles sluttefasen og varer i 30 dager. I denne fasen slutter du å røyke. Den siste fasen kalles oppfølgingsfasen. I denne fasen får du oppfølging slik at du ikke skal begynne å røyke igjen. Du kan selv bestemme hvor lenge du trenger oppfølging, men du kan få oppfølging i inntil 11 måneder.

## **Hvor kan du finne mer informasjon?**

Du kan finne mer informasjon her: [www.happyending.no](http://www.happyending.no)  
og her: [www.slutte.no](http://www.slutte.no).