

SILVER CREST®



www.lidl-service.com



ACTIVITY TRACKER SAS 82

GB CY

ACTIVITY TRACKER

Instructions for use and safety notes

DE AT CH

AKTIVITÄTSSENSOR

Gebrauchsanleitung und Sicherheitshinweise

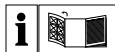
GR CY

ΑΙΣΘΗΤΗΡΑΣ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΩΝ

Οδηγίες χρήσης και προειδοποιητικές υποδείξεις

IAN 297928

GR CY



GB CY

Before reading, unfold both pages containing illustrations and familiarise yourself with all functions of the device.

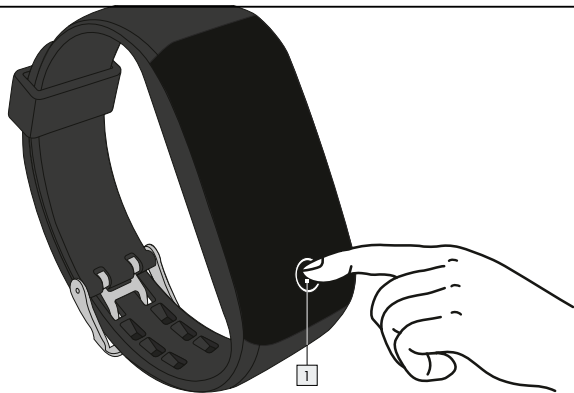
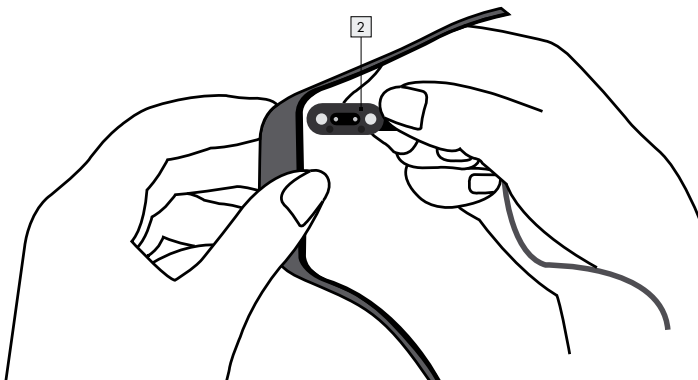
GR CY

Πριν ξεκινήσετε την ανάγνωση, ανοίξτε τις δυο σελίδες με τις εικόνες και εξοικειωθείτε με όλες τις λειτουργίες της συσκευής.

DE AT CH

Klappen Sie vor dem Lesen die beiden Seiten mit den Abbildungen aus und machen Sie sich anschließend mit allen Funktionen des Gerätes vertraut.

GB / CY	Instructions for use and safety notes	Page	5
GR / CY	Οδηγίες χρήσης και προειδοποιητικές υποδείξεις	Σελίδα	29
DE / AT / CH	Gebrauchsanleitung und Sicherheitshinweise	Seite	59

A**B**

List of pictograms used	Page	6
Introduction	Page	7
Scope of delivery	Page	7
Intended use	Page	8
Description of parts	Page	10
Technical data	Page	10
Important safety notes	Page	11
Initial use	Page	12
Charging the battery	Page	13
Functions	Page	14
Overview of functions	Page	14
Time / date / battery status	Page	15
Steps / movements	Page	15
Calories burned	Page	15
Distance covered	Page	16
Time active	Page	16
Daily goal progress	Page	16
Daily goal status	Page	17
Alarm	Page	17
Messages	Page	17
Calls	Page	18
Sleep mode	Page	18
Move reminder	Page	19
Transferring data to your smartphone	Page	20
Replacement and wear parts	Page	20
Frequently asked questions	Page	20
Disposal	Page	26
Warranty / Service	Page	27

List of pictograms used

 WARNING!	Warning of risks of injury or health hazards
	Safety note related to possible damage to the device / components
	Safety notes
	Instructions
	Observe instructions for use
	Direct current 5 V, 2 A
	Manufacturer
	This product fulfils the requirements of the applicable European and national directives.
	Improper disposal of batteries can harm the environment!
IP 67	Dust-proof and protected against the effects of temporary immersion in water
	Dispose of the packaging and the Activity Sensor in an environmentally friendly manner!

Activity tracker SAS 82

● Introduction



Please make yourself familiar with the Activity Sensor before preparing it for use or using it for the first time. To do so, please carefully read the following operating instructions and the important safety information. Only use the Activity Sensor as described and only for the specified applications. Save these instructions for use. If you pass the Activity Sensor on to anyone else, please ensure that you also pass on all the documentation.

● Scope of delivery

Check that the delivery packaging has not been externally damaged and that the contents are complete. Before use, ensure that the device and accessories have no visible damage and that all packaging materials have been removed. If in doubt, do not use and contact your retailer or the listed customer service address.

1 x Activity sensor wristband
1 x USB charging cable

1 x Set of instructions for use
1 x Quick start guide

● Intended use

Exercise is a prerequisite for a healthy lifestyle. Physical activity keeps you fit and reduces the risk of cardiovascular disease. Doing exercise helps you lose weight and you will notice that your wellbeing improves. Physical activity refers to any energetic movements. This includes daily activities such as walking, cycling, climbing stairs and housework. Use the Silvercrest Activity Sensor "SAS 82" to evaluate and record your daily exercise activities objectively. It can also motivate you to do more exercise in your daily life.

Using the free "HealthForYou" app, your exercise activities are transferred easily from your Activity Sensor to your smartphone. In this way, you can look at your records clearly and easily at any time on your smartphone.

Together with the "HealthForYou" App the Activity Sensor offers the following functions:

- Time and date display
- Daily steps, distance covered, calories burned, time active and progress towards daily goal (in %).
- Discription of individual sleep phases
- Vibration alarms
- Move reminder
- Notifications about calls and messages (e.g. SMS or WhatsApp).

System requirements for

“HealthForYou” web version

- MS Internet Explorer
- MS Edge
- Mozilla Firefox
- Google Chrome
- Apple Safari
(in the relevantly current version)

System requirements for

the “HealthForYou” app

iOS from Version 9.0, Android™ from Version 5.0, *Bluetooth*® 4.0.

Transferring data via *Bluetooth*® wireless technology:

The Activity Sensor uses *Bluetooth*® low energy technology, frequency band 2.402–2.480 GHz, maximum transmission power radiated in the frequency band < 20 dBm, compatible with *Bluetooth*® 4.0 smart phones / tablets



For a list of compatible smartphones, information about the “HealthForYou” app and software, as well as further details about the devices, please visit: www.healthforyou.lidl

Technical specifications subject to change without notice due to updates.

● Description of parts

1 Touch button

2 Magnetic USB port

● Technical data

Weight: approx. 34 g (incl. cable)

Suitable for

wrist circumference of: approx. 14.5 to approx. 19.5 cm

Battery: 70 mAh Li-ion Polymer

Battery life: max. 15 days standby operation

Permissible operation

conditions: 10–40 °C

Memory capacity: 15 days

Power supply: 5 V, 2 A

Protection class: IP67

Bluetooth® low energy technology, frequency band 2.4 GHz



Important safety notes

A WARNING! Avoid contact with sun creams and similar, as these can damage plastic parts.

- Keep children away from the packaging material. Suffocation hazard!
- The Activity Sensor is protected against spray water, rain, shower water and against temporary submersion in water of a depth of up to 1 meter for up to 30 minutes. Do not use the Activity Sensor when swimming!
- The Activity Sensor contains magnets. If you wear a pacemaker, defibrillator or other electronic implant, consult a doctor before using the Activity Sensor.

Instructions on battery usage

- If battery fluid comes into contact with skin or eyes, rinse the affected area with water and seek help from a doctor.
- Protect batteries from excessive heat.
- **EXPLOSION HAZARD!** Never throw batteries into fire.



- Fully charge the battery before first use (see section “Charging the battery”).
- Never dismantle, open or shred batteries.

- Only use the charging devices described in the instructions for use.
- Batteries must be charged correctly before use. The manufacturer's instructions and the information provided in these instructions for use must be complied with for the correct charging of batteries.
- Charge the battery fully at least once every 6 months.

● Initial use

To start up the Activity Sensor, connect the Activity Sensor to the charging cable. Then, the Activity Sensor will activate itself. If the Activity Sensor does not turn on, the Activity Sensor's battery is flat. Charge the battery as is described in the section "Charging the battery".

- Ensure that your smartphone is connected to the internet.
- Activate *Bluetooth*® on your smartphone.
- Download the free "HealthForYou" app from the Apple App Store (iOS) or from Google Play (Android™).
-  Depending on the settings of your smartphone, the internet connection and transfer of data may incur an additional cost.
- Start the "HealthForYou" app and follow the instructions. In the settings menu of the app select and connect to the "SAS 82". On the Activity Sensor a randomly generated six digit PIN code will be displayed. At the same time, an entry field will appear on your smartphone, where you should enter this code. Once you are successfully

connected, you can set your personal data. If you wish, you can also activate / set up alarms, call / text notifications or a move reminder.

● Charging the battery

As soon as the battery status display on the Activity Sensor  shows a flat battery, you must charge the battery. To charge the battery, proceed as follows:

- Insert the USB plug on your USB charging cable  into the USB port of your switched-on computer.
- Connect the magnetic closure of the USB charging cable  with your Activity Sensor as pictured. Ensure that the charging cable is properly attached. The battery will only be charged if this is the case.
- You can see the current charge level in the battery status display. Normally the battery takes about 3 hours to fully charge. As soon as the device's battery is fully charged, the word "FULL" will appear in the display.

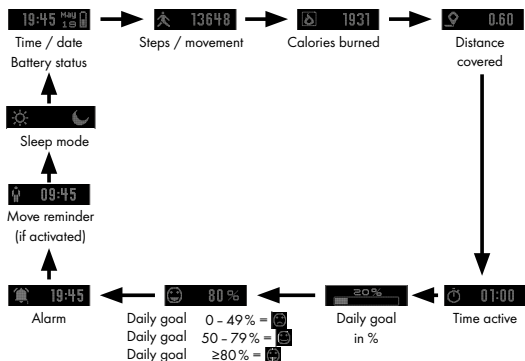
 WARNING! Do NOT charge the Activity Sensor if the charging contacts on the back of the device are wet. If necessary, carefully pat the charging contacts dry with a cloth.

● Functions

● Overview of functions

The Activity Sensor has the following functions: time with date and battery status, pedometer, calories burned, distance covered, move reminder, daily goal, alarm, activity alert sleep mode and message / call notifications. The values are reset to zero at midnight every 24 hours. Counting restarts from zero.

To change between the individual functions, press the touch button 1 on the Activity Sensor.



● Time / date / battery status

The Activity Sensor shows the current time, date and battery status. As soon as the Activity Sensor is synchronised with your smartphone, the current time and date are transferred from your smartphone to the Activity Sensor.

● Steps / movements

The Activity Sensor shows movements in steps. Steps are recorded by a 3D Sensor inside the Activity Sensor casing.

● Calories burned

The Activity Sensor calculates the calories you have burned using the details you entered in the app (height, age, sex, weight) and the number of steps you have taken. When you wake up in the morning, the Activity Sensor will already show a count of burned calories, as the body also burns calories while resting. The device automatically also includes calories burned while resting in the count.

● Distance covered

Using the height details you entered in the app, the Activity Sensor estimates the length of your steps. You can also individually change the length of your stride. The Activity Sensor calculates the distance you have covered using the length of your stride and number of steps you have taken. The displayed distance is a rough guide, and does not necessarily correspond to the actual distance.

● Time active

The time active shows how much time you have already spent actively moving. The time active only counts the amount of time you have been moving.

● Daily goal progress

You can specify a daily goal (e.g. 10,000 steps) in the “HealthForYou” app settings. Your current progress towards a set daily goal (in %) can be read from the Activity Sensor display.

● Daily goal status 80% 51% 0%

When you have achieved 0–49% of the set daily goal, the display shows . When you have achieved 50–79% of the set daily goal, the display shows .

When you have achieved 80% or more of the set daily goal, the display shows .

● Alarm 19:45

You can set different alarm times via the “HealthForYou” app.

When the alarm time is reached, the Activity Sensor will begin to vibrate.

● Messages SMS John Smith WhatsApp John Smith

When you receive push notifications on your smartphone (e.g. SMS or WhatsApp), you can be notified via the Activity Sensor display. The prerequisites for this are that the Activity Sensor is connected to your smartphone via *Bluetooth®* and that the “HealthForYou” app has been set up. As soon as the message arrives, the sender will appear in the display. When you press the touch button  1, a part of the message appears on the display. By pressing the touch button  1 again, you can read more

of the message. In the case of longer messages, the complete content is not displayed.

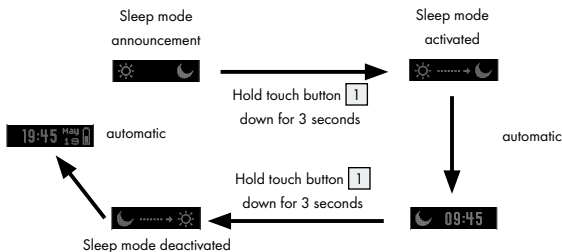


● Calls John Smith

In the “HealthForYou” app settings you can set whether you would like to be notified of calls via the Activity Sensor. The prerequisites for this are that the Activity Sensor is connected to your smartphone via *Bluetooth®* and that the “HealthForYou” app has been set up.

● Sleep mode

To measure your movements in your sleep, put the device into sleep mode before you go to sleep. To do this, hold the touch button  down for 3 seconds in the sleep mode display.  appears briefly on the display. After one second, the Activity Sensor automatically switches into sleep mode. When you wake up in the morning, press the touch button  for approx. 3 seconds to wake the Activity Sensor up from sleep mode.



You also have the option of determining a time interval via the app so that the Activity Sensor automatically goes into sleep mode and then automatically returns to activity mode. In addition, you can set a sleep reminder.

● **Move reminder** **09:45**

You can set up a move reminder in the settings of the “HealthForYou” app. You can determine a start and end time within which the move reminder is active, for example between 9 am and 6 pm. In addition, you can determine the period of inactivity. If you are not moving during the prescribed time period, the Activity Sensor begins to vibrate and the display shows  > .

● **Transferring data to your smartphone**

To transfer data from your Activity Sensor to the “HealthForYou” app, follow the following steps:

- Activate *Bluetooth*® on your smartphone.
- Open the “HealthForYou” app.
- Connect your “SAS 82” Activity Sensor with the app. Your data will be automatically transferred to your smartphone.

● **Replacement and wear parts**

Accessory parts can be re-ordered from the online shop at:
www.shop.sanitas-online.de

Designation	Article number or order number
USB charging cable	163.164

● **Frequently asked questions**

How do I wear the Activity Sensor correctly?

Wear the Activity Sensor on your left wrist if you are right handed and on your right wrist if you are left handed.

Pull the end of the wrist band through the opening at the other end. Now press the buckle into the openings of the wrist band and push the end of the wrist band through the loop until you feel it snap into place.

What can I use the Activity Sensor for?

Exercise is a prerequisite for a healthy lifestyle. Physical activity keeps you fit and reduces the risk of cardiovascular disease. Doing exercise helps you lose weight and you will notice that your wellbeing improves. Physical activity refers to any energetic movements. This includes daily activities such as walking, cycling, climbing stairs and housework. In order to estimate and record your daily exercise activities objectively, use the Activity Sensor. It can also motivate you to do more exercise in your daily life. A daily stint of at least 7,000 - 10,000 steps or 30 minutes of activity is optimal. (Source: according to WHO, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

How does the Activity Sensor record my steps?

The Activity Sensor records your physical activity constantly via a built in 3D sensor. All of your physical movements are interpreted as steps. For this reason, the indication of the distance covered can deviate from the actual distance.

How can I analyse my activity / sleep data?

Using your Activity Sensor's *Bluetooth*[®] interface, you can transfer your saved data to a smartphone (Android[™] and iOS) and evaluate it there.

To do this, all you require is the free “HealthForYou” app on your smartphone.

How do I synchronise my data with the app?

To transfer data from your Activity Sensor to the “HealthForYou” app, follow the instructions in the section “Transferring data to your smartphone”.

Data transfer to smartphone is not working.

This can have various different causes:

- Check that your smartphone / tablet is compatible with the “HealthForYou” app.
- The Activity Sensor is in “sleep mode”. To exit “sleep mode”, hold the touch button down for 3 seconds. On the Activity Sensor display  will appear.
- Bluetooth® is not activated on your phone. Activate Bluetooth® in your smartphone settings.
- The Activity Sensor battery is flat. If the Activity Sensor will not turn on, charge it using the included USB charging cable.
- Check that you are using the correct app. It is only possible to transfer data using the “HealthForYou” app.
- The Activity Sensor is connected to another smartphone. Disconnect the Activity Sensor from one smartphone before you connect it with another.

- **iPhone:**

If you are using an iPhone and the *Bluetooth*® connection is no longer built in, disconnect the *Bluetooth*® connection from within the “HealthForYou” app.

Then go to *Bluetooth*® in the settings folder of your phone and delete the “SAS 82” from the list of connected *Bluetooth*® devices.

Now reconnect the “SAS 82” via *Bluetooth*® using the “HealthForYou” app.

- **Android™:**

If you are using an Android™ smartphone and the *Bluetooth*® connection is no longer built in, disconnect the *Bluetooth*® connection from within the “HealthForYou” app and then reconnect the “SAS 82”.

When should I charge the Activity Sensor's battery?

Charge the Activity Sensor's battery if  is shown in the display when you press the button. As soon as  is shown in the display, the battery will only last a maximum 24 hours. Never allow the battery to go completely flat; this is the only way to ensure continuous data collection.

How do I charge the Activity Sensor's battery correctly?

To charge the Activity Sensor correctly, follow the instructions as described in the section “Charging the battery”.

Can I wear the Activity Sensor while I am cycling?

You can also wear the Activity Sensor while you are cycling. A precondition of this is that you wear the sensor in the correct place. You can wear the sensor attached to your leg or carry it in a trouser pocket that is narrow and at the side, but you cannot wear it attached to your belt. However, the information regarding the distance covered will deviate from the actual distance, because the Activity Sensor interprets all of your physical movements as steps.

How many days / nights can the Activity Sensor record?

The Activity Sensor can record up to 15 days and 15 nights. If the memory is full, the oldest records are automatically overwritten. For this reason we recommend that you transfer your data at least once a week.

How do I activate sleep mode?

Please refer to the directions in the section "Sleep mode".

How do I set the alarm function?

Enter your desired alarm time in the "HealthForYou" app. After entering / changing the alarm time, synchronise the Activity Sensor with the app.

Can I wear the Activity Sensor in the shower or when I go swimming?

The Activity Sensor is protected against spray water, rain, shower water and against temporary submersion in water of a depth of up to 1 meter

for up to 30 minutes (IP67). During showers or submersion of the Activity Sensor in water, in individual cases it is possible that the water pressure is too high and causes damage to the Activity Sensor. It is unadvisable to wear the Activity Sensor whilst swimming.

How do I dispose of the Activity Sensor correctly?

Please refer to the information in the section "Disposal".

How do I clean the Activity Sensor?

Periodically clean the device with a damp cloth.

Where can I order another USB charging cable?

See section "Replacement and wear parts".

What is included in delivery?

The delivery includes an Activity Sensor and a USB charging cable.

What do the symbols on the Activity Sensor and packaging mean?

Please refer to the section "List of pictograms used".

● **Disposal**

The packaging is made entirely of recyclable materials, which you may dispose of at local recycling facilities.



Observe the marking of the packaging materials for waste separation, which are marked with abbreviations (a) and numbers (b) with following meaning: 1–7: plastics / 20–22: paper and fibreboard / 80–98: composite materials.



In accordance with European Directive (covering waste electrical and electronic equipment) and its transposition into national legislation, worn-out electrical devices must be collected separately and taken for environmentally compatible recycling.



Contact your local refuse disposal authority for more details of how to dispose of your worn-out product.

Per Directive 2006/66/EC and its amendments, defective or used batteries must be recycled. Return the batteries and/or the product to a collection site.



Improper disposal of batteries can harm the environment!

Never dispose of batteries in your household bin. They may contain toxic heavy metals and are subject to hazardous waste regulations. The chemical symbols of the heavy metals are: Cd = cadmium, Hg = mercury, Pb = lead. Therefore dispose of used batteries through your local collection facilities.

● **Warranty / Service**

We provide a 3-year warranty covering faults in materials or manufacture of the Activity Sensor from the purchase date.

The warranty does not cover:

- Damage due to improper use.
- Wear parts.
- Damage caused by the customer.
- If the device has been opened by an unauthorised repair shop.

This warranty does not affect the customer's legal rights. The customer must provide proof of purchase in order for any warranty claims within the warranty period to be honoured. The warranty claim must be filed with Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, GERMANY, within 3 years from the date of purchase.

In the event of a complaint, please contact our Service Department listed below:

Service Hotline (toll-free):

GB

☎ **0800 93 10 319 (Mon–Fri: 8 am–6 pm)**

✉ **service-uk@sanitas-online.de**

CY

☎ **0800 773 70 (Mon–Fri: 8 am–6 pm)**

✉ **service-cy@sanitas-online.de**

If we ask you to return the defective product, please send it to the following address:

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
DE-89231 Neu-Ulm
GERMANY

IAN 297928

We hereby affirm this product complies with the European RED Directive 2014/53/EU.

The CE declaration of conformity for this product is available at:
<http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedclarationofconformity.php>

Υπόμνημα των χρησιμοποιούμενων εικονογραμμάτων	Σελίδα 30
Εισαγωγή	Σελίδα 31
Περιεχόμενα παράδοσης	Σελίδα 31
Χρήση σύμφωνα με τις προδιαγραφές	Σελίδα 32
Περιγραφή μερών	Σελίδα 35
Τεχνικά χαρακτηριστικά	Σελίδα 35
Σημαντικές υποδείξεις ασφαλείας	Σελίδα 36
Θέση σε λειτουργία	Σελίδα 37
Φόρτιση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας	Σελίδα 38
Λειτουργίες	Σελίδα 39
Επισκόπηση λειτουργιών	Σελίδα 39
Ώρα / ημερομηνία / κατάσταση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας	Σελίδα 41
Βήματα / κινήσεις	Σελίδα 41
Κατανάλωση θερμίδων	Σελίδα 41
Απόσταση που διανύθηκε	Σελίδα 42
Ενεργός χρόνος	Σελίδα 42
Πρόοδος ημερήσιου στόχου	Σελίδα 43
Κατάσταση ημερήσιου στόχου	Σελίδα 43
Συναγερμός	Σελίδα 43
Μηνύματα	Σελίδα 44
Κλήση	Σελίδα 44
Τρόπος λειτουργίας ύπνου	Σελίδα 45
Υπενθύμιση κίνησης	Σελίδα 46
Μεταφορά δεδομένων στο smartphone	Σελίδα 46
Ανταλλακτικά και εξαρτήματα που υπόκεινται σε φθορές	Σελίδα 47
Συχνές ερωτήσεις	Σελίδα 47
Απόρριψη	Σελίδα 53
Εγγύηση / Σέρβις	Σελίδα 55

Υπόμνημα των χρησιμοποιούμενων εικονογραμμάτων

 ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!	Προειδοποιητική υπόδειξη για κινδύνους τραυματισμού ή κινδύνους για την υγεία σας
	Υποδείξεις ασφαλείας για πιθανές ζημιές στη συσκευή/εξαρτήματα
	Υποδείξεις ασφαλείας
	Οδηγίες χειρισμού
	Προσέχετε τις οδηγίες χρήσης
	Συνεχές ρεύμα 5 V, 2 A
	Κατασκευαστής
	Αυτό το προϊόν εκπληρώνει τις απαιτήσεις των ισχυουσών ευρωπαϊκών και εθνικών Οδηγιών.
	Καταστροφή του περιβάλλοντος λόγω εσφαλμένης διάθεσης μπαταριών!
IP 67	Στεγανό στη σκόνη και προστατευμένο ενάντια σε επιδράσεις από προσωρινή βύθιση στο νερό
  	Διαθέστε τη συσκευασία και τον αισθητήρα δραστηριότητας με τρόπο φιλικό προς το περιβάλλον!

Αισθητήρας δραστηριοτήτων SAS 82

● Εισαγωγή



Πριν τη θέση για πρώτη φορά σε λειτουργία και την πρώτη χρήση εξοικειωθείτε με τον αισθητήρα δραστηριότητας. Για τον σκοπό αυτό διαβάστε προσεκτικά τις παρακάτω οδηγίες χρήσης και τις σημαντικές υποδείξεις ασφαλείας. Χρησιμοποιήστε τον αισθητήρα δραστηριότητας μόνο με τον τρόπο που περιγράφεται εδώ για τους τομείς εφαρμογής που αναφέρονται. Αποθηκεύστε καλά αυτές τις οδηγίες χρήσης. Σε περίπτωση παράδοσης του αισθητήρα δραστηριότητας σε τρίτους παραδώστε επίσης και όλα τα έγγραφα.

● Περιεχόμενα παράδοσης

Ελέγξτε τη συσκευασία παράδοσης για εξωτερική ακεραιότητα της συσκευασίας από χαρτόνι και για τη πληρότητα του περιεχομένου. Πριν την χρήση πρέπει να εξασφαλίζεται ότι η συσκευή και τα εξαρτήματα δεν παρουσιάζουν ορατές ζημιές και να απομακρύνεται κάθε είδους υλικό συσκευασίας. Μην το χρησιμοποιείτε σε περίπτωση αμφιβολίας και απευθυνθείτε στον έμπορό σας ή στη δεδομένη διεύθυνση εξυπηρέτησης πελατών.

1 x Μπρασελέ-αισθητήρας
δραστηριότητας

1 x Καλώδιο φόρτισης USB

1 x Οδηγίες χρήσης

1 x Σύντομες οδηγίες

● Χρήση σύμφωνα με τις προδιαγραφές

Η κίνηση είναι προϋπόθεση για υγιή ζωή. Η σωματική δραστηριότητά σας κρατάει σε καλή φυσική κατάσταση και μειώνει τον κίνδυνο για καρδιαγγειακές παθήσεις. Όταν κινείστε σας βοηθάει αυτό σε μια μείωση βάρους και θα διαπιστώσετε ότι βελτιώνεται η ευεξία σας. Η σωματική δραστηριότητα περιλαμβάνει όλες τις κινήσεις που καταναλώνουν ενέργεια. Σε αυτό προσθέτουν ένα σημαντικό ποσοστό οι καθημερινές δραστηριότητες όπως το βάδισμα, η ποδηλασία, η ανάβαση σκαλιών και οι οικιακές εργασίες. Για να μπορείτε να υπολογίζετε και να καταγράφετε αντικειμενικά την ημερήσια δραστηριότητά σας κίνησης σας βοηθάει ο αισθητήρας δραστηριότητας Silvercrest „SAS 82“. Μπορεί με αυτό τον τρόπο να σας κινητοποιήσει για πιο έντονη κίνηση στην καθημερινότητά σας.

Με την βοήθεια της δωρεάν εφαρμογής «HealthForYou» μεταδίδονται άμεσα οι δραστηριότητες κίνησης σας από τον αισθητήρα δραστηριότητας στο smartphone. Έτσι μπορείτε να βλέπετε τις εγγραφές σας εύκολα και ευδιάκριτα κάθε στιγμή στο smartphone σας.

Ο αισθητήρας δραστηριότητας σας προσφέρει μαζί με την εφαρμογή «HealthForYou» τις ακόλουθες λειτουργίες:

- Ένδειξη ώρας και ημερομηνίας
- Ένδειξη ημερήσιων βημάτων που καλύψατε, απόσταση, κατανάλωση θερμίδων, ενεργό χρόνο και πρόοδο του ημερήσιου στόχου (σε %)
- Παρουσίαση των μεμονωμένων φάσεων ύπνου
- Συναγερμοί δόνησης
- Υπενθύμιση κίνησης
- Ενημερώσεις για κλήσεις και μηνύματα (π.χ. SMS ή WhatsApp).

Απαιτήσεις συστήματος για την

Διαδικτυακή έκδοση «HealthForYou» - MS Internet Explorer

- MS Edge

- Mozilla Firefox

- Google Chrome

- Apple Safari

(στην εκάστοτε ενημερωμένη έκδοση)

Απαιτήσεις συστήματος για

την εφαρμογή «HealthForYou»:

iOS από έκδοση 9.0, Android™

από έκδοση 5.0, Bluetooth® 4.0.

Μετάδοση δεδομένων μέσω
Bluetooth® wireless
technology:

Ο αισθητήρας χρησιμοποιεί *Bluetooth®* low energy technology, συχνότητα 2,402–2,480 GHz, η οποία στη συχνότητα εκπομπής εκπεμπόμενης μέγιστης ισχύος εκπομπής < 20 dBm είναι συμβατή με smartphone/ tablet με *Bluetooth®* 4.0



Μπορείτε να βρείτε τη λίστα των συμβατών smartphone, πληροφορίες για την εφαρμογή «HealthForYou» και λογισμικό καθώς και περισσότερα για τις συσκευές στον ακόλουθο σύνδεσμο:
www.healthforyou.lidl

Διατηρείται το δικαίωμα για αλλαγές των τεχνικών προδιαγραφών χωρίς προειδοποίηση για λόγους ενημέρωσης.

● Περιγραφή μερών

1 Πλήκτρο αφής («touch»)

2 Μαγνητική σύνδεση USB

● Τεχνικά χαρακτηριστικά

Βάρος: περ. 34 γρ (περιλ. καλώδιο)

Κατάλληλο για

περιφέρεια καρπού από:

περ. 14,5 ως περ. 19,5 εκ

Επαναφορτιζόμενη μπαταρία:

70 mAh πολυμερή ιόντων
λιθίου

Χρόνος λειτουργίας

επαναφορτιζόμενης μπαταρίας:

μέγ. 15 ημέρες λειτουργία
αναμονής

Επιτρεπόμενες συνθήκες λειτουργίας:

10–40 °C

Χωρητικότητα μνήμης:

15 ημέρες

Παροχή ρεύματος:

5V, 2A

Κλάση προστασίας:

IP67

Bluetooth® low energy technology, εύρος συχνότητας 2,4 GHz



Σημαντικές υποδείξεις ασφαλείας

⚠ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

Αποφύγετε επαφή με αντηλιακές κρέμες ή παρόμοια, γιατί αυτές θα μπορούσαν να κάνουν ζημιά στα πλαστικά μέρη.

- Κρατάτε πάντα τα παιδιά μακριά από το υλικό συσκευασίας. Υφίσταται κίνδυνος ασφυξίας!
- Ο αισθητήρας δραστηριότητας είναι προστατευμένος ενάντια σε ψεκασμό νερού, βροχή, νερό ντους και ενάντια σε προσωρινή βύθιση στο νερό σε ένα βάθος από 1 μέτρο ως και 30 λεπτά. Μη χρησιμοποιείτε τον αισθητήρα δραστηριότητας κατά την διάρκεια της κολύμβησης!
- Ο αισθητήρας δραστηριότητας περιέχει μαγνήτες. Ρωτήστε για αυτό πριν τη χρήση του αισθητήρα δραστηριότητας τον γιατρό σας αν έχετε βηματοδότη, απινιδωτή ή ένα άλλο ηλεκτρονικό εμφύτευμα.

Υποδείξεις για συμπεριφορά με επαναφορτιζόμενες μπαταρίες

- Αν έρθουν υγρά από μια επαναφορτιζόμενη μπαταρία σε επαφή με το δέρμα ή τα μάτια, πλύνετε τα προσβεβλημένα σημεία με νερό και αναζητήστε ιατρική βοήθεια.
- Προστατέψτε τις επαναφορτιζόμενες μπαταρίες από υπερβολική θερμότητα.

ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΕΚΡΗΞΗΣ! Μην πετάτε επαναφορτιζόμενες μπαταρίες στη φωτιά.



- Φορτίστε πλήρως την επαναφορτιζόμενη μπαταρία πριν από την πρώτη θέση σε λειτουργία (βλέπε κεφάλαιο «Φόρτιση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας»).
- Μην τσακίζετε, ανοίγετε ή θρυμματίζετε επαναφορτιζόμενες μπαταρίες.
- Χρησιμοποιείτε μόνο τον φορτιστή που παρουσιάζεται στις οδηγίες χρήσης.
- Οι επαναφορτιζόμενες μπαταρίες πρέπει να φορτίζονται σωστά πριν τη χρήση. Πρέπει να τηρούνται πάντα οι υποδείξεις του κατασκευαστή ή τα δεδομένα σε αυτές τις οδηγίες χρήσης για τη σωστή φόρτιση.
- Φορτίζετε πλήρως την επαναφορτιζόμενη μπαταρία τουλάχιστον κάθε 6 μήνες.

● Θέση σε λειτουργία

Για να θέσετε τον αισθητήρα δραστηριότητας σε λειτουργία, συνδέστε τον στο καλώδιο φόρτισης. Κατόπιν ο αισθητήρας δραστηριότητας ενεργοποιείται αυτόματα. Αν δεν μπορεί να ενεργοποιηθεί ο αισθητήρας δραστηριότητας η επαναφορτιζόμενη μπαταρία του είναι άδεια. Φορτίστε την επαναφορτιζόμενη μπαταρία όπως περιγράφεται στο κεφάλαιο «Φόρτιση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας».

- Βεβαιωθείτε ότι το smartphone σας είναι συνδεδεμένο στο διαδίκτυο.
- Ενεργοποιήστε το Bluetooth® στο smartphone σας.
- Κατεβάστε την δωρεάν εφαρμογή «HealthForYou» στο Apple App Store (iOS) ή στο Google Play (Android™).

-  Ανάλογα με τις ρυθμίσεις του smartphone μπορεί να προκύψουν πρόσθετα έξοδα για τη σύνδεση στο διαδίκτυο ή τη μεταφορά δεδομένων.
- Ξεκινήστε την εφαρμογή «HealthForYou» και ακολουθήστε τις οδηγίες. Στο μενού ρυθμίσεων της εφαρμογής επιλέξτε το „SAS 82” και συνδέστε. Εμφανίζεται στον αισθητήρα δραστηριότητας ένας τυχαίος εξαψήφιος κωδικός PIN, ταυτόχρονα εμφανίζεται στο smartphone ένα πεδίο καταχώρησης, στο οποίο πρέπει να εισάγετε αυτόν τον εξαψήφιο κωδικό PIN. Κατόπιν επιτυχούς σύνδεσης μπορείτε να ρυθμίσετε τα προσωπικά σας στοιχεία. Κατ' επιλογή μπορείτε να ενεργοποιήσετε / ρυθμίσετε τους συναγερμούς, να λάβετε ενημέρωση για κλήσεις / μηνύματα ή να ενεργοποιήσετε / ρυθμίσετε μια υπενθύμιση κίνησης.

● Φόρτιση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας

Μόλις εμφανίσει η ένδειξη κατάσταση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας του αισθητήρα δραστηριότητας  μια άδεια επαναφορτιζόμενη μπαταρία πρέπει να φορτίσετε την επαναφορτιζόμενη μπαταρία. Για να φορτίσετε την επαναφορτιζόμενη μπαταρία ακολουθήστε τα παρακάτω βήματα:

- Συνδέστε το βύσμα USB του καλωδίου σας φόρτισης USB  στη σύνδεση USB του ενεργοποιημένου ηλεκτρονικού σας υπολογιστή.

- Συνδέστε το μαγνητικό κλείσιμο του καλωδίου φόρτισης USB **2** με τον αισθητήρα σας δραστηριότητας όπως εικονίζεται. Προσέχετε ώστε το καλώδιο φόρτισης να εφαρμόζει σωστά. Μόνο τότε φορτίζει η επαναφορτιζόμενη μπαταρία.
- Βλέπετε την τρέχουσα κατάσταση φόρτισης στην ένδειξη κατάστασης επαναφορτιζόμενης μπαταρίας.
Σε κανονική περίπτωση μια πλήρη φόρτιση της επαναφορτιζόμενης μπαταρίας διαρκεί περ. 3 ώρες. Μόλις η επαναφορτιζόμενη μπαταρία της συσκευής είναι πλήρως φορτισμένη, εμφανίζεται στην οθόνη η λέξη «FULL».



ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ!

ΜΗΝ φορτίζετε τον αισθητήρα δραστηριότητας, αν και οι δύο επαφές φόρτισης στην πίσω πλευρά της συσκευής είναι βρεγμένες. Εν ανάγκη στεγνώστε απαλά και τις δύο επαφές φόρτισης προσεκτικά με ένα πανί.

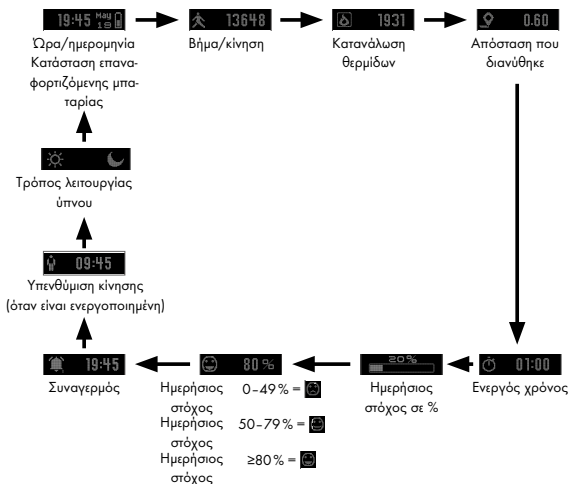
● Λειτουργίες

● **Επισκόπηση λειτουργιών**

Το ρολόι δραστηριότητας διαθέτει τις ακόλουθες λειτουργίες: ώρα με ημερομηνία και στάθμη μπαταρίας, βηματόμετρο, κατανάλωση θερμίδων, διανυόμενη απόσταση, ενεργός χρόνος, ημερήσιος στόχος, συναγερμός, τρόπος λειτουργίας ύπνου, συναγερμός δραστηριότητας και ενημέρωση μηνυμάτων / κλήσεων.

Οι τιμές μηδενίζονται κάθε μέρα τα μεσάνυχτα. Η μέτρηση ξεκινάει πάλι μετά από αυτό από την αρχή.

Για να μεταβείτε μεταξύ των επιμέρους λειτουργιών, πατήστε το πλήκτρο αφής («touch») 1 στον αισθητήρα δραστηριότητας.



● Ώρα / ημερομηνία / κατάσταση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας

Ο αισθητήρας δραστηριότητας εμφανίζει την τρέχουσα ώρα, την ημερομηνία και την κατάσταση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας. Μόλις ο αισθητήρας δραστηριότητας συγχρονιστεί με το smartphone, μεταδίδεται η τρέχουσα ώρα και ημερομηνία του smartphone στον αισθητήρα δραστηριότητας.

● Βήματα / κινήσεις

Ο αισθητήρας δραστηριότητας εμφανίζει τις κινήσεις σε βήματα. Τα βήματα λαμβάνονται μέσω ενός αισθητήρα 3D στο εσωτερικό περιβλήματος του αισθητήρα δραστηριότητας.

● Κατανάλωση θερμίδων

Ο αισθητήρας δραστηριότητας υπολογίζει την κατανάλωση θερμίδων σας μέσω των δεδομένων στοιχείων σας στην εφαρμογή (σωματικό ύψος, ηλικία, φύλο, βάρος) και τα βήματα που έχετε διανύσει. Όταν ξυπνάτε το πρωί εμφανίζει ο αισθητήρας δραστηριότητας ήδη ένα σύνολο καταναλωμένων θερμίδων, γιατί το σώμα καταναλώνει θερμίδες ακόμη και σε

κατάσταση ηρεμίας. Η συσκευή υπολογίζει αυτόματα τις θερμίδες που καταναλώνετε σε κατάσταση ηρεμίας.

● Απόσταση που διανύθηκε 0.60

Μέσω του δεδομένου στην εφαρμογή σωματικού σας ύψους ενημερώνει ο αισθητήρας δραστηριότητας το μήκος βήματος σας. Μπορείτε να αλλάξετε επίσης μεμονωμένα το μήκος βήματος. Μέσω του μήκους βήματος και του πλήθους βημάτων υπολογίζει ο αισθητήρας δραστηριότητας τώρα την απόσταση που διανύθηκε. Η εμφανιζόμενη απόσταση είναι τώρα μια χονδρική τιμή αναφοράς και δεν συμπίπτει απαραίτητα με την πραγματική απόσταση.

● Ενεργός χρόνος 01:00

Ο ενεργός χρόνος σας εμφανίζει για πόσο χρόνο είστε ήδη ενεργά σε κίνηση. Ο ενεργός χρόνος μετράει αποκλειστικά τον χρόνο, στον οποίο βρίσκεστε σε κίνηση.

● Πρόοδος ημερήσιου στόχου

Στις ρυθμίσεις της εφαρμογής «HealthForYou» μπορείτε να ορίσετε έναν ημερήσιο στόχο (π.χ. 10.000 βήματα). Μπορείτε να διαβάσετε την τρέχουσα πρόοδο του ρυθμισμένου ημερήσιου στόχου (σε %) στην οθόνη του αισθητήρα δραστηριότητας.

● Κατάσταση ημερήσιου στόχου



Αν έχετε ολοκληρώσει μεταξύ 0–49 % του ρυθμισμένου ημερήσιου στόχου, εμφανίζεται στην οθόνη 😞. Αν έχετε ολοκληρώσει μεταξύ 50–79 % του ρυθμισμένου ημερήσιου στόχου, εμφανίζεται στην οθόνη 😐.

Αν έχετε ολοκληρώσει 80 % ή περισσότερο του ρυθμισμένου ημερήσιου στόχου, εμφανίζεται στην οθόνη 😊.

● Συναγερμός 19:45

Μπορείτε να ρυθμίσετε διάφορες ώρες συναγερμού μέσω τις επιλογής «HealthForYou».

Μόλις επιτευχθεί ο χρόνος συναγερμού ξεκινάει να δονείται ο αισθητήρας δραστηριότητας.

● Μηνύματα



Αν έρχονται μηνύματα στο smartphone σας (π. χ. SMS ή WhatsApp) μέσω ενημέρωσης Push, μπορείτε να ενημερώνετε μέσω της οθόνης του αισθητήρα σας δραστηριότητας. Προϋποθέσεις για αυτό είναι ότι ο αισθητήρας δραστηριότητας είναι συνδεδεμένος μέσω *Bluetooth®* με το smartphone και η εφαρμογή «HealthForYou» έχει παραμετροποιηθεί. Μόλις ληφθεί το μήνυμα, εμφανίζεται πρώτα ο αποστολέας στην οθόνη. Αν πατήσετε το πλήκτρο αφής («touch») **1** εμφανίζεται στην οθόνη ένα μέρος του μηνύματος. Με εκ νέου πάτημα του πλήκτρου αφής («touch») **1** μπορείτε να συνεχίσετε την ανάγνωση του μηνύματος. Σε περίπτωση μεγαλύτερων μηνυμάτων δεν εμφανίζεται ολόκληρο το περιεχόμενο.



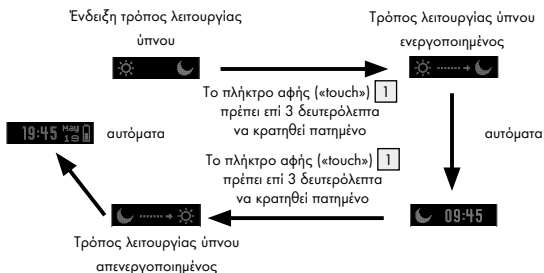
● Κλήση



Στις ρυθμίσεις της εφαρμογής «HealthForYou» μπορείτε να ρυθμίσετε ώστε να ενημερώνετε για κλήσεις στον αισθητήρα σας δραστηριότητας. Προϋποθέσεις για αυτό είναι ότι ο αισθητήρας δραστηριότητας είναι συνδεδεμένος μέσω *Bluetooth®* με το smartphone και η εφαρμογή «HealthForYou» έχει παραμετροποιηθεί.

● Τρόπος λειτουργίας ύπνου

Για να μετρήσετε τις κινήσεις σας στον ύπνο σας ενεργοποιήστε τη συσκευή πριν πάτε να κοιμηθείτε σε τρόπο λειτουργίας ύπνου. Πατήστε γι' αυτόν το σκοπό στην ένδειξη της λειτουργίας ύπνου επί 3 δευτερόλεπτα το πλήκτρο αφής («touch») . Στην οθόνη εμφανίζεται για λίγο  . Μετά από ένα δευτερόλεπτο ο αισθητήρας δραστηριότητας μεταβαίνει αυτόματα στην λειτουργία ύπνου. Όταν ξυπνήσετε το πρωί, πατήστε το πλήκτρο αφής («touch»)  επί περ. 3 δευτερόλεπτα, για να ξυπνήσετε τον αισθητήρα δραστηριότητας ξανά από την λειτουργία ύπνου.



Προαιρετικά μπορείτε να ορίσετε ένα χρονικό διάστημα μέσω της εφαρμογής στο οποίο ο αισθητήρας δραστηριότητας μπαίνει αυτόματα σε τρόπο λειτουργίας ύπνου και κατόπιν μεταβαίνει πάλι σε τρόπο λειτουργίας δραστηριότητας. Επιπλέον μπορείτε να ορίσετε μια υπενθύμιση ύπνου.

● Υπενθύμιση κίνησης 09:45

Στις ρυθμίσεις της εφαρμογής «HealthForYou» μπορείτε να ρυθμίσετε μια υπενθύμιση κίνησης. Μπορείτε να ρυθμίσετε έναν χρόνο έναρξης και λήξης κατά τον οποίο είναι ενεργή η υπενθύμιση κίνησης παραδείγματος χάρη από τις 09:00–18:00. Επιπλέον μπορείτε να ορίσετε τη διάρκεια αδράνειας. Αν τώρα δεν κινήστε κατά τη διάρκεια της ρυθμισμένης διάρκειας αδράνειας, ο αισθητήρας δραστηριότητας ξεκινάει να δονείται και εμφανίζεται στην οθόνη  -> .

● Μεταφορά δεδομένων στο smartphone

Για να μεταφέρετε τα καταγεγραμμένα δεδομένα από τον αισθητήρα δραστηριότητας σας στην εφαρμογή «HealthForYou», ακολουθήστε τα ακόλουθα βήματα χειρισμού:

- ☐ Ενεργοποιήστε το Bluetooth® στο smartphone σας.
- ☐ Ανοίξτε την εφαρμογή «HealthForYou».
- ☐ Συνδέστε τον αισθητήρα σας δραστηριότητας „SAS 82” με την εφαρμογή. Τα δεδομένα σας μεταφέρονται αυτόματα στο smartphone σας.

● **Ανταλλακτικά και εξαρτήματα που υπόκεινται σε φθορές**

Μπορείτε να παραγγείλετε εξαρτήματα μέσω του διαδικτυακού καταστήματος στο: www.shop.sanitas-online.de

Σήμανση	Προϊόν ή αριθμός παραγγελίας
Καλώδιο φόρτισης USB	163.164

● **Συχνές ερωτήσεις**

Πως φοράω σωστά τον αισθητήρα δραστηριότητας?

Φορέστε τον αισθητήρα δραστηριότητας στον αριστερό καρπό αν είστε δεξιόχειρες ή στον δεξιό καρπό αν είστε αριστερόχειρες.

Τραβήξτε εδώ το ένα άκρο από το λουρί χεριού μέσω του ανοίγματος του άλλου άκρου. Πιέστε τώρα την αγκράφα στα ανοίγματα του βραχιολιού και περάστε το άκρο του βραχιολιού μέσα στη θηλιά, μέχρι να κουμπώσει αισθητά.

Τι χρησιμότητα έχει για μένα ο αισθητήρας δραστηριότητας?

Η κίνηση είναι προϋπόθεση για υγιή ζωή. Η σωματική δραστηριότητάς σας κρατάει σε καλή φυσική κατάσταση και μειώνει τον κίνδυνο για καρδιαγγειακές παθήσεις. Όταν κινείστε σας βοηθάει αυτό σε μια μείωση βάρους και θα διαπιστώσετε ότι βελτιώνεται η ευεξία σας. Η σωματική

δραστηριότητα περιλαμβάνει όλες τις κινήσεις που καταναλώνουν ενέργεια. Σε αυτό προσθέτουν ένα σημαντικό ποσοστό οι καθημερινές δραστηριότητες όπως το βάδισμα, η ποδηλασία, η ανάβαση σκαλιών και οι οικιακές εργασίες. Για να μπορείτε να υπολογίζετε και να καταγράφετε αντικειμενικά την ημερήσια δραστηριότητα σας κίνησης σας βοηθάει ο αισθητήρας δραστηριότητας. Μπορεί με αυτό τον τρόπο να σας κινητοποιήσει για πιο έντονη κίνηση στην καθημερινότητά σας. Ένα ημερήσιο πρόγραμμα από τουλάχιστον 7.000–10.000 βήματα ή 30 λεπτά δραστηριότητας είναι ιδανικό.

(Πηγή σύμφωνα με ΠΟΥ, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

Πως λαμβάνει ο αισθητήρας δραστηριότητας τα βήματα μου?

Ο αισθητήρας δραστηριότητας καταγράφει αδιάκοπα μέσω του ενσωματωμένου αισθητήρα 3D τη σωματική σας δραστηριότητα. Με αυτό μεταφράζονται σε βήματα όλες οι σωματικές σας κινήσεις. Τα στοιχεία των βημάτων που έχετε διανύσει μπορεί για αυτό να αποκλίνουν από τα πραγματικά βήματα.

Πως μπορώ να αξιολογήσω τα δεδομένα μου δραστηριότητας/ ύπνου?

Μέσω της διεπαφής *Bluetooth®* του αισθητήρα σας δραστηριότητας μπορείτε μεταφέρετε τα αποθηκευμένα δεδομένα σας σε ένα smartphone (Android™ και iOS) και να τα αξιολογήσετε εκεί. Σε αυτό χρειάζεστε απλά την δωρεάν εφαρμογή «HealthForYou» στο smartphone σας.

Πως συγχρονίζω τα δεδομένα μου με την εφαρμογή?

Για να μεταφέρετε τα καταγεγραμμένα δεδομένα από τον αισθητήρα δραστηριότητας σας στην εφαρμογή «HealthForYou», ακολουθήστε τις οδηγίες στο κεφάλαιο «Μεταφορά δεδομένων σε smartphone».

Η μεταφορά δεδομένων στο smartphone δεν λειτουργεί.

Αυτό μπορεί να έχει αρκετά αίτια:

- Ελέγξτε αν το smartphone / tablet σας είναι συμβατό με την εφαρμογή «HealthForYou».
- Ο αισθητήρας δραστηριότητας βρίσκεται στη λειτουργία ύπνου («sleep»). Για να εγκαταλείψετε την λειτουργία ύπνου («sleep»), κρατήστε το πλήκτρο αφής («touch») πατημένο επί 3 δευτερόλεπτα. Στην οθόνη του αισθητήρα δραστηριότητας εμφανίζεται .
- Το Bluetooth® δεν είναι ενεργοποιημένο στο smartphone σας. Ενεργοποιήστε το Bluetooth® στις ρυθμίσεις του smartphone σας.
- Η επαναφορτιζόμενη μπαταρία του αισθητήρα δραστηριότητά σας είναι άδεια. Αν ο αισθητήρας δραστηριότητας δεν ενεργοποιείται, φορτίστε τον με το συνοδευτικό καλώδιο φόρτισης USB.
- Ελέγξτε αν χρησιμοποιείτε τη σωστή εφαρμογή. Μια μετάδοση δεδομένων είναι δυνατή αποκλειστικά μόνο με την εφαρμογή «HealthForYou».
- Ο αισθητήρας δραστηριότητας είναι συνδεδεμένος με ένα άλλο smartphone. Χωρίστε πρώτα τη σύνδεση πριν συνδέσετε τον αισθητήρα δραστηριότητας με ένα άλλο smartphone.

- **iPhone:**

Αν χρησιμοποιείτε ένα iPhone και η σύνδεση *Bluetooth*® δεν είναι πλέον δημιουργημένη, διαχωρίστε πρώτα τη σύνδεση *Bluetooth*® στην εφαρμογή «HealthForYou».

Μεταβείτε κατόπιν στις ρυθμίσεις του τηλεφώνου σας στο *Bluetooth*® και διαγράψτε το „SAS 82” από τη λίστα των συνδεδεμένων συσκευών *Bluetooth*®.

Συνδέστε τώρα εκ νέου το „SAS 82” με την εφαρμογή «HealthForYou» μέσω *Bluetooth*®.

- **Android™:**

Αν χρησιμοποιείτε ένα Android™-Smartphone και η σύνδεση *Bluetooth*® δεν είναι πλέον δημιουργημένη, διαχωρίστε τη σύνδεση *Bluetooth*® στην εφαρμογή «HealthForYou» και συνδέστε το „SAS 82” κατόπιν εκ νέου.

Πότε πρέπει να φορτίζω την επαναφορτιζόμενη μπαταρία του αισθητήρα σύνδεσης?

Φορτίστε την επαναφορτιζόμενη μπαταρία του αισθητήρα δραστηριότητας όταν κατά την πίεση πλήκτρου εμφανίζεται στην οθόνη .

Μόλις  εμφανιστεί στην οθόνη, η ισχύς της επαναφορτιζόμενης μπαταρίας ανέρχεται ακόμη το μέγιστο σε 24 ώρες. Ποτέ μην αφήνετε την επαναφορτιζόμενη μπαταρία να αδειάσει πλήρως, τότε μόνο είναι δυνατή μια συνεχής λήψη δεδομένων.

Πως φορτίζω σωστά την επαναφορτιζόμενη μπαταρία του αισθητήρα δραστηριότητας?

Για να φορτίσετε τον αισθητήρα δραστηριότητας σωστά, ακολουθήστε τις οδηγίες όπως περιγράφεται στο κεφάλαιο «Φόρτιση επαναφορτιζόμενης μπαταρίας».

Μπορώ να φοράω τον αισθητήρα δραστηριότητας ακόμη και κατά την διάρκεια της ποδηλασίας?

Μπορείτε να φοράτε τον αισθητήρα δραστηριότητας ακόμη και κατά την διάρκεια της ποδηλασίας. Προϋπόθεση για αυτό είναι να φοράτε τον αισθητήρα σε κατάλληλο σημείο. Μια τοποθέτηση του αισθητήρα στο πόδι ή σε μια στενή ή πλευρική τσέπη παντελονιού είναι καλά κατάλληλα, δεν είναι κατάλληλη η εφαρμογή στη ζώνη. Αν και απέχουν τα στοιχεία των βημάτων που διανύθηκαν από τα πραγματικά βήματα, επειδή ο αισθητήρας δραστηριότητας μεταφράζει όλες τις σωματικές σας κινήσεις σε βήματα.

Πόσες ημέρες / νύχτες μπορεί να καταγράφει ο αισθητήρας δραστηριότητας?

Ο αισθητήρας δραστηριότητας μπορεί να καταγράφει ως και 15 ημέρες και 15 νύχτες. Αν είναι γεμάτες όλες οι θέσεις μνήμης, διαγράφονται αυτόματα οι πιο παλιές καταγραφές. Για αυτό συνιστούμε να εκτελείτε τη μεταφορά δεδομένων τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα.

Πως ενεργοποιώ τον τρόπο λειτουργίας ύπνου?

Προσέξτε για αυτό τις οδηγίες στο κεφάλαιο «Τρόπος λειτουργίας ύπνου».

Πως μπορώ να ενεργοποιήσω τον συναγερμό δόνησης?

Καταχωρίστε τον επιθυμητό χρόνο συναγερμού στην εφαρμογή «HealthForYou». Συγχρονίστε τον αισθητήρα δραστηριότητας με την εφαρμογή με καταχώρηση / αλλαγή του χρόνου συναγερμού.

Μπορώ να φοράω τον αισθητήρα δραστηριότητας ακόμη και κατά την διάρκεια του ντους ή τη κολύμβηση?

Ο αισθητήρας δραστηριότητας είναι προστατευμένος ενάντια σε ψεκασμό νερού, βροχή, νερό ντους και ενάντια σε προσωρινή βύθιση στο νερό σε ένα βάθος από 1 μέτρο ως και 30 λεπτά (IP 67). Μπορεί κατά τη διάρκεια του ντους ή της βύθισης του αισθητήρα δραστηριότητας να προκύψει σε μεμονωμένες περιπτώσεις, ότι η πίεση νερού που επικρατεί είναι πολύ υψηλή και με αυτό παθαίνει ζημιά ο αισθητήρας δραστηριότητας. Δεν συνιστάται η χρήση κατά τη κολύμβηση.

Πως απορρίπτω σωστά τον αισθητήρα δραστηριότητας?

Προσέξτε για αυτό τις υποδείξεις στο κεφάλαιο «Απόρριψη».

Πως μπορώ να καθαρίσω τον αισθητήρα δραστηριότητας?

Καθαρίζετε τον αισθητήρα δραστηριότητας από καιρό σε καιρό προσεκτικά με ένα υγρό πανί.

Που μπορώ να παραγγείλω καλώδιο φόρτισης USB;

Βλ. στο κεφάλαιο «Ανταλλακτικά και αναλώσιμα μέρη».

Τι περιλαμβάνεται στη συσκευασία?

Στη συσκευασία περιλαμβάνεται ένας αισθητήρας δραστηριότητας και ένα καλώδιο φόρτισης USB.

Τι σημαίνουν τα σήματα στον αισθητήρα δραστηριότητας και στη συσκευασία?

Προσέξτε για αυτό το κεφάλαιο „Υπόμνημα των χρησιμοποιούμενων εικονογραμμάτων”.

● Απόρριψη

Η συσκευασία αποτελείται από υλικά φιλικά προς το περιβάλλον, τα οποία μπορείτε να διαθέσετε στους χώρους ανακύκλωσης της περιοχής σας.



Προσέξτε τον χαρακτηρισμό των υλικών συσκευασίας για τον διαχωρισμό απορριμμάτων, αυτά είναι χαρακτηρισμένα από συντόμευσεις (a) και αριθμούς (b) με την ακόλουθη σημασία: 1-7: πλαστικά / 20-22: χαρτί και χαρτόνι / 80-98: σύνθετο υλικό.



Σύμφωνα με την Ευρωπαϊκή Οδηγία σχετικά με τις παλιές ηλεκτρικές και ηλεκτρονικές συσκευές και την υλοποίησή της στο εθνικό δίκαιο, πρέπει οι άχρηστες ηλεκτρικές συσκευές να συλλέγονται ξεχωριστά και να ανακυκλώνονται με οικολογικό τρόπο.



Για πληροφορίες σχετικά με τις δυνατότητες απόρριψης του προϊόντος που δεν χρησιμοποιείται πλέον, απευθυνθείτε στις αρμόδιες υπηρεσίες της κοινότητας ή του δήμου σας.

Ελαττωματικές ή άχρηστες μπαταρίες πρέπει να ανακυκλώνονται σύμφωνα με την οδηγία 2006/66/EC και τις αλλαγές της. Δίνετε τις μπαταρίες και/ή το προϊόν πίσω στα διαθέσιμα κέντρα συλλογής.



Καταστροφή του περιβάλλοντος λόγω εσφαλμένης διάθεσης μπαταριών!

Απαγορεύεται αυστηρά η απόρριψη των μπαταριών μαζί με τα οικιακά απορρίμματα. Ενδέχεται να περιέχουν δηλητηριώδη βαρέα μέταλλα και συγκαταλέγονται στα απορρίμματα ειδικής επεξεργασίας. Τα χημικά σύμβολα βαρέων μετάλλων είναι τα ακόλουθα: Cd = Κάδμιο, Hg = Υδράργυρος, Pb = Μόλυβδος. Συνεπώς παραδώστε τις εξαντλημένες μπαταρίες σε κοινωτική υπηρεσία συλλογής.

● Εγγύηση / Σέρβις

Παρέχουμε εγγύηση 3 ετών από την ημερομηνία αγοράς για σφάλματα υλικού και κατασκευής του αισθητήρα δραστηριότητας.

Η εγγύηση δεν ισχύει:

- Σε περίπτωση βλαβών, οι οποίες οφείλονται σε μη ορθή χρήση.
- Για εξαρτήματα που υπόκεινται σε φθορές.
- Σε περίπτωση ευθύνης του πελάτη.
- Εφόσον η συσκευή ανοίχτηκε από ένα μη εξουσιοδοτημένο συνεργείο.

Οι νομικές αξιώσεις του πελάτη δεν επηρεάζονται από την εγγύηση. Για αξίωση εγγυοδοσίας εντός του χρόνου απόδοσης εγγύησης, ο πελάτης πρέπει να υποβάλλει το παραστατικό αγοράς. Η εγγύηση πρέπει να τίθεται σε ισχύ εντός ενός χρονικού διαστήματος 3 ετών από την ημερομηνία αγοράς έναντι της Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, ΓΕΡΜΑΝΙΑ.

Με την αντικατάσταση της συσκευής, σύμφωνα με το ΝΟΜΟΣ 2251/1994, ξεκινάει εκ νέου ο χρόνος εγγύησης.

**Παρακαλούμε απευθυνθείτε σε περίπτωση αποζημιώσεων
στο σέρβις μας στα ακόλουθα στοιχεία επικοινωνίας:**

Γραμμή σέρβις:

GR

☎ **2111 98 46 79 (Δε.-Παρ.: 8–18)**

✉ **service-gr@sanitas-online.de**

CY

☎ **0800 773 70 (Δε.-Παρ.: 8–18)**

✉ **service-cy@sanitas-online.de**

Αν απαιτήσουμε την αποστολή του ελαττωματικού προϊόντος, πρέπει να στείλετε το προϊόν στην ακόλουθη διεύθυνση:

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
DE-89231 Neu-Ulm
GERMANIA

IAN 297928

Με την παρούσα επιβεβαιώνουμε ότι το παρόν προϊόν ανταποκρίνεται στην ευρωπαϊκή οδηγία RED 2014/53/EU.

Τη δήλωση συμμόρφωσης CE για το παρόν προϊόν μπορείτε να την βρείτε στην ηλεκτρονική διεύθυνση:

<http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedclarationofconformity.php>

Legende der verwendeten Piktogramme	Seite 60
Einleitung	Seite 61
Lieferumfang	Seite 61
Bestimmungsgemäßer Gebrauch	Seite 62
Teilebeschreibung	Seite 64
Technische Daten	Seite 65
Wichtige Sicherheitshinweise	Seite 65
Inbetriebnahme	Seite 67
Akku aufladen.....	Seite 68
Funktionen	Seite 69
Funktionsübersicht.....	Seite 69
Uhrzeit / Datum / Akkustand	Seite 70
Schritte / Bewegungen	Seite 70
Kalorienverbrauch.....	Seite 70
Zurückgelegte Distanz.....	Seite 71
Aktive Zeit	Seite 71
Tagesziel Fortschritt	Seite 71
Tagesziel Status	Seite 72
Alarm.....	Seite 72
Nachrichten	Seite 72
Anrufe.....	Seite 73
Schlafmodus	Seite 73
Bewegungserinnerung	Seite 74
Datenübertragung auf Smartphone.....	Seite 75
Ersatz- und Verschleißteile	Seite 75
Häufig gestellte Fragen.....	Seite 76
Entsorgung	Seite 81
Garantie / Service	Seite 83

Legende der verwendeten Piktogramme

 WARNUNG!	Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit
	Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden am Gerät / Zubehör
	Sicherheitshinweise
	Handlungsanweisungen
	Gebrauchsanweisung beachten
	Gleichstrom 5 V, 2 A
	Hersteller
	Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der geltenden europäischen und nationalen Richtlinien.
	Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien!
IP 67	Staubdicht und geschützt gegen die Wirkungen beim zeitweiligem Untertauchen in Wasser
	Verpackung und Aktivitätssensor umweltgerecht entsorgen!

Aktivitätssensor SAS 82

● **Einleitung**



Machen Sie sich vor der Inbetriebnahme und dem ersten Gebrauch mit dem Aktivitätssensor vertraut. Lesen Sie hierzu aufmerksam die nachfolgende Bedienungsanleitung und die wichtigen Sicherheitshinweise. Benutzen Sie den Aktivitätssensor nur wie beschrieben und für die angegebenen Einsatzbereiche. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung gut auf. Händigen Sie alle Unterlagen bei Weitergabe des Aktivitätssensors an Dritte ebenfalls mit aus.

● **Lieferumfang**

Überprüfen Sie den Lieferumfang auf äußere Unversehrtheit der Kartonverpackung und auf die Vollständigkeit des Inhalts. Vor dem Gebrauch ist sicherzustellen, dass das Gerät und Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweisen und jegliches Verpackungsmaterial entfernt wird. Benutzen Sie es im Zweifelsfall nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.

1 x Aktivitätssensor-Armband
1 x USB-Ladekabel

1 x Gebrauchsanweisung
1 x Kurzanleitung

● Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Bewegung ist Voraussetzung für ein gesundes Leben. Körperliche Aktivität hält Sie fit und senkt das Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen. Wenn Sie sich bewegen, hilft Ihnen das bei einer Gewichtsreduzierung und Sie werden feststellen, dass sich Ihr Wohlbefinden verbessert. Körperliche Aktivität bezieht sich auf alle energieverbrauchenden Bewegungen. Dabei kommt den täglichen Aktivitäten wie Gehen, Radfahren, Treppensteigen und Hausarbeit ein wesentlicher Anteil zu. Um Ihre tägliche Bewegungsaktivität objektiv einschätzen zu können und zu erfassen, nutzt Ihnen der Silvercrest Aktivitätssensor „SAS 82“. Er kann Sie auf diese Weise auch zu verstärkter Bewegung im Alltag motivieren.

Mit Hilfe der kostenlosen „HealthForYou“-App werden Ihre Bewegungsaktivitäten bequem vom Aktivitätssensor auf Ihr Smartphone übertragen. So können Sie Ihre Aufzeichnungen einfach und übersichtlich jederzeit auf Ihrem Smartphone betrachten.

Der Aktivitätssensor bietet zusammen mit der „HealthForYou“-App die folgenden Funktionen:

- Anzeige Uhrzeit und Datum
- Anzeige täglich zurückgelegte Schritte, Distanz, Kalorienverbrauch, aktive Zeit und Fortschritt des Tagesziels (in %)
- Darstellung der einzelnen Schlafphasen
- Vibrationsalarme
- Bewegungserinnerung
- Benachrichtigungen über Anrufe und Nachrichten (z. B. SMS oder WhatsApp).

Systemvoraussetzungen für die

- „HealthForYou“-Web-Version
- MS Internet Explorer
 - MS Edge
 - Mozilla Firefox
 - Google Chrome
 - Apple Safari
- (in jeweils aktueller Version)

Systemvoraussetzungen für
die „HealthForYou“-App

iOS ab Version 9.0, Android™ ab
Version 5.0, Bluetooth® 4.0.

Datenübertragung per
Bluetooth® wireless
technology:

Der Aktivitätssensor verwendet *Bluetooth®* low energy technology, Frequenzband 2,402–2,480 GHz, die in dem Frequenzband abgestrahlte maximale Sendeleistung <20 dBm, kompatibel mit *Bluetooth®* 4.0 Smartphones / Tablets



Die Liste der kompatiblen Smartphones, Informationen zur „HealthForYou“-App und Software sowie Näheres zu den Geräten, finden Sie unter folgendem Link: www.healthforyou.lidl

Änderungen der technischen Angaben ohne Benachrichtigung sind aus Aktualisierungsgründen vorbehalten.

● **Teilebeschreibung**

1 „Touch“-Taste

2 USB-Magnetanschluss

● Technische Daten

Gewicht:	ca. 34 g (inkl. Kabel)
Geeignet für	
Handgelenkumfänge:	von ca. 14,5 bis ca. 19,5 cm
Akku:	70 mAh Li-Ion Polymer
Akkulaufzeit:	max. 15 Tage Stand-by-Betrieb
Zulässige Betriebsbedingung:	10–40 °C
Speicherkapazität:	15 Tage
Stromversorgung:	5 V, 2 A
Schutzklasse:	IP67
Bluetooth® low energy technology, Frequenzband 2,4 GHz	



Wichtige Sicherheitshinweise

⚠ WARNING! Vermeiden Sie Kontakt mit Sonnencremes oder ähnlichem, da diese die Kunststoffteile beschädigen könnten.

- Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern. Es besteht Erstickungsgefahr!
- Der Aktivitätssensor ist geschützt gegen Spritzwasser, Regen, Duschwasser und gegen zeitweiliges Untertauchen im Wasser in einer Tiefe von 1 Meter bis zu 30 Minuten. Verwenden Sie den Aktivitätssensor nicht während des Schwimmens!

- Der Aktivitätssensor enthält Magnete. Befragen Sie daher vor der Benutzung des Aktivitätssensors Ihren Arzt, wenn Sie einen Herzschrittmacher, Defibrillator oder ein anderes elektronisches Implantat tragen.

Hinweise zum Umgang mit Akkus

- Wenn Flüssigkeit aus einer Akkuzelle mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, die betroffene Stelle mit Wasser auswaschen und ärztliche Hilfe aufsuchen.
- Schützen Sie Akkus vor übermäßiger Wärme.
- **EXPLOSIONSGEFAHR!** Keine Akkus ins Feuer werfen.



- Laden Sie den Akku vor der ersten Inbetriebnahme vollständig auf (siehe Kapitel „Akku aufladen“).
- Keine Akkus zerlegen, öffnen oder zerkleinern.
- Nur in der Gebrauchsanweisung aufgeführte Ladegeräte verwenden.
- Akkus müssen vor dem Gebrauch korrekt geladen werden. Die Hinweise des Herstellers bzw. die Angaben in dieser Gebrauchsanweisung für das korrekte Laden sind stets einzuhalten.
- Laden Sie den Akku mindestens alle 6 Monate vollständig auf.

● **Inbetriebnahme**

Um den Aktivitätssensor in Betrieb zu nehmen, schließen Sie den Aktivitätssensor an das Ladekabel an. Danach aktiviert sich der Aktivitätssensor selbstständig. Falls sich der Aktivitätssensor nicht einschalten lässt, ist der Akku des Aktivitätssensors leer. Laden Sie den Akku wie in Kapitel „Akku aufladen“ beschrieben auf.

- Vergewissern Sie sich, dass Ihr Smartphone mit dem Internet verbunden ist.
- Aktivieren Sie *Bluetooth®* auf Ihrem Smartphone.
- Laden Sie die kostenlose App „HealthForYou“ im Apple App Store (iOS) oder bei Google Play (Android™) herunter.
-  Je nach Einstellungen des Smartphones können für die Internetverbindung oder Datenübertragung zusätzliche Kosten anfallen.
- Starten Sie die „HealthForYou“-App und folgen Sie den Anweisungen. Im Einstellungsmenü der App den „SAS 82“ auswählen und verbinden. Auf dem Aktivitätssensor wird ein zufallsgenerierter sechsstelliger PIN Code angezeigt, zeitgleich erscheint auf dem Smartphone ein Eingabefeld in das Sie diesen sechsstelligen PIN Code eingeben müssen. Nach erfolgreicher Verbindung können Sie Ihre persönlichen Daten einstellen. Auf Wunsch können Sie Alarme aktivieren/einstellen, sich über Anrufe/Nachrichten benachrichtigen lassen oder eine Bewegungserinnerung aktivieren/einstellen.

● Akku aufladen

Sobald die Akkustandsanzeige des Aktivitätssensors  einen leeren Akku anzeigt, müssen Sie den Akku aufladen. Um den Akku aufzuladen, gehen Sie wie folgt vor:

- Stecken Sie den USB-Stecker Ihres USB-Ladekabels  in den USB-Anschluss Ihres eingeschalteten Computers.
- Verbinden Sie den Magnetverschluss des USB-Ladekabels  wie abgebildet mit Ihrem Aktivitätssensor. Achten Sie darauf, dass das Ladekabel richtig sitzt. Nur dann wird der Akku geladen.
- Den aktuellen Ladezustand sehen Sie an der Akkustandsanzeige. Im Normalfall dauert eine vollständige Aufladung des Akkus ca. 3 Stunden. Sobald der Akku des Geräts vollständig geladen ist, erscheint auf dem Display das Wort „FULL“.

⚠ WARNUNG! Laden Sie den Aktivitätssensor NICHT, wenn die beiden Ladekontakte auf der Rückseite des Geräts nass sind. Tupfen Sie gegebenenfalls die beiden Ladekontakte vorsichtig mit einem Tuch trocken.

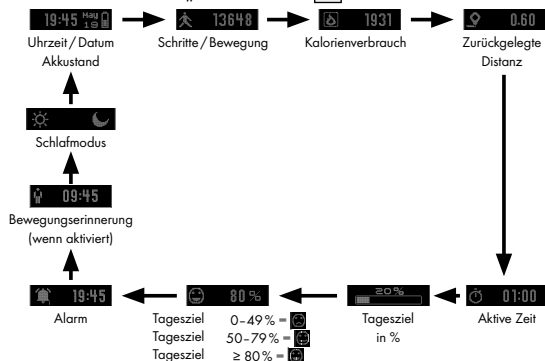
● Funktionen

● Funktionsübersicht

Der Aktivitätssensor besitzt folgende Funktionen: Uhrzeit mit Datum und Akkustand, Schrittzähler, Kalorienverbrauch, zurückgelegte Distanz, Aktive Zeit, Tagesziel, Alarm, Bewegungserinnerung, Schlafmodus und Nachrichten-/Anruflbenachrichtigung.

Die Werte werden täglich um 0 Uhr auf Null gesetzt. Die Zählung startet daraufhin wieder von vorne.

Um zwischen den einzelnen Funktionen zu wechseln, drücken Sie am Aktivitätssensor die „Touch“-Taste 1.



● Uhrzeit / Datum / Akkustand

Der Aktivitätssensor zeigt die aktuelle Uhrzeit, das Datum und den Akkustand an. Sobald der Aktivitätssensor mit dem Smartphone synchronisiert wurde, wird die aktuelle Uhrzeit und Datum des Smartphones auf den Aktivitätssensor übertragen.

● Schritte / Bewegungen

Der Aktivitätssensor zeigt die Bewegungen in Schritte an. Die Schritte werden mittels eines 3D-Sensors im Gehäuseinneren des Aktivitätssensors erfasst.

● Kalorienverbrauch

Der Aktivitätssensor errechnet Ihren Kalorienverbrauch anhand Ihrer in der App angegebenen Angaben (Körpergröße, Alter, Geschlecht, Gewicht) und Ihrer getätigten Schritte. Wenn Sie morgens aufwachen, zeigt der Aktivitätssensor bereits eine Anzahl an verbrauchten Kalorien an, da der Körper auch im Ruhezustand Kalorien verbraucht. Das Gerät rechnet die im Ruhezustand verbrauchten Kalorien automatisch mit.

● Zurückgelegte Distanz 0.60

Mittels Ihrer in der App angegebenen Körpergröße ermittelt der Aktivitätssensor Ihre Schrittlänge. Sie können die Schrittlänge auch individuell ändern. Anhand der Schrittlänge und der Anzahl der Schritte berechnet der Aktivitätssensor nun Ihre zurückgelegte Distanz. Die angezeigte Distanz ist nur ein grober Richtwert und stimmt nicht unbedingt mit der tatsächlichen Distanz überein.

● Aktive Zeit 01:00

Die aktive Zeit zeigt Ihnen an, wie lange Sie bereits aktiv in Bewegung sind. Die aktive Zeit zählt ausschließlich die Zeit in der Sie sich in Bewegung befinden.

● Tagesziel Fortschritt 20%

In den Einstellungen der „HealthForYou“-App können Sie ein Tagesziel festlegen (z. B. 10.000 Schritte). Den aktuellen Fortschritt des eingestellten Tagesziels (in %) können Sie auf dem Display des Aktivitätssensors ablesen.

● Tagesziel Status

Wenn Sie zwischen 0–49 % des eingestellten Tagesziels absolviert haben, erscheint im Display . Wenn Sie zwischen 50–79 % des eingestellten Tagesziels absolviert haben, erscheint im Display . Wenn Sie 80 % oder mehr des eingestellten Tagesziels absolviert haben, erscheint im Display .

● Alarm 19:45

Sie können über die „HealthForYou“-App verschiedene Alarmzeiten einstellen.

Sobald die Alarmzeit erreicht ist, beginnt der Aktivitätssensor zu vibrieren.

● Nachrichten SMS John Smith WhatsApp John Smith

Wenn auf Ihrem Smartphone Nachrichten (z. B. SMS oder WhatsApp) über Push eingegangen sind, können Sie sich über das Display des Aktivitätssensors benachrichtigen lassen. Voraussetzungen hierfür sind, dass der Aktivitätssensor über *Bluetooth®* mit dem Smartphone verbunden ist und die „HealthForYou“-App eingerichtet ist.

Sobald die Nachricht eintrifft, erscheint zunächst der Absender im Display. Wenn Sie die „Touch“-Taste  drücken erscheint im Display ein Teil der

Nachricht. Durch erneutes Drücken der „Touch“-Taste **1** können Sie die Nachricht weiterlesen. Bei längeren Nachrichten wird nicht der komplette Inhalt angezeigt.

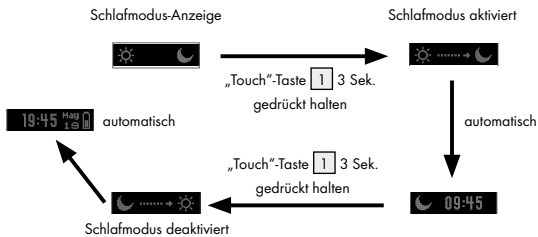


● **Anrufe**

In den Einstellungen der „HealthForYou“-App können Sie einstellen, dass Sie über Anrufe am Aktivitätssensor benachrichtigt werden. Voraussetzungen hierfür sind, dass der Aktivitätssensor über *Bluetooth*® mit dem Smartphone verbunden ist und die „HealthForYou“-App eingerichtet ist.

● **Schlafmodus**

Um Ihre Bewegungen im Schlaf zu messen, schalten Sie das Gerät vor dem Schlafen gehen in den Schlafmodus. Drücken Sie dazu in der Schlafmodus-Anzeige 3 Sekunden lang die „Touch“-Taste **1**. Im Display erscheint kurz  → . Nach einer Sekunde schaltet der Aktivitätssensor automatisch in den Schlafmodus. Wenn Sie morgens aufwachen, drücken Sie die „Touch“-Taste **1** für ca. 3 Sekunden, um den Aktivitätssensor wieder aus dem Schlafmodus zu wecken.



Optional können Sie über die App ein Zeitintervall festlegen indem sich der Aktivitätssensor automatisch in den Schlafmodus versetzt und anschließend wieder in den Aktivitätsmodus übergeht. Zusätzlich können Sie eine Schlaferinnerung festlegen.

● Bewegungserinnerung 09:45

Sie können in den Einstellungen der „HealthForYou“-App eine Bewegungserinnerung einstellen. Sie können eine Start- und Endzeit einstellen während die Bewegungserinnerung aktiv ist, beispielsweise von 09:00–18:00 Uhr. Zusätzlich können Sie die Inaktivitätsdauer festlegen. Wenn Sie sich nun während der eingestellten Inaktivitätsdauer nicht bewegen, beginnt der Aktivitätssensor zu vibrieren und im Display erscheint  -> .

● Datenübertragung auf Smartphone

Um die aufgezeichneten Daten von ihrem Aktivitätssensor auf die „HealthForYou“-App zu übertragen, befolgen Sie die folgenden Handlungsschritte:

- Aktivieren Sie *Bluetooth*® auf Ihrem Smartphone.
- Öffnen Sie die „HealthForYou“-App.
- Verbinden Sie Ihren „SAS 82“ Aktivitätssensor mit der App. Ihre Daten werden automatisch auf das Smartphone übertragen.

● Ersatz- und Verschleißteile

Zubehörteile können über den Webshop nachbestellt werden unter:
www.shop.sanitas-online.de

Bezeichnung	Artikel- bzw. Bestellnummer
USB-Ladekabel	163.164

● **Häufig gestellte Fragen**

Wie trage ich den Aktivitätssensor korrekt?

Tragen Sie den Aktivitätssensor am linken Handgelenk wenn Sie Rechtshänder sind oder am rechten Handgelenk wenn Sie Linkshänder sind. Ziehen Sie hierbei das eine Ende des Armbands durch die Öffnung des anderen Endes. Drücken Sie nun die Schnalle in die Öffnungen des Armbands und schieben Sie das Ende des Armbands durch die Schlaufe, bis es spürbar einrastet.

Was für einen Nutzen hat der Aktivitätssensor für mich?

Bewegung ist Voraussetzung für ein gesundes Leben. Körperliche Aktivität hält Sie fit und senkt das Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen. Wenn Sie sich bewegen, hilft Ihnen das bei einer Gewichtsreduzierung und Sie werden feststellen, dass sich Ihr Wohlbefinden verbessert. Körperliche Aktivität bezieht sich auf alle energieverbrauchenden Bewegungen. Dabei kommt den täglichen Aktivitäten wie Gehen, Radfahren, Treppensteigen und Hausarbeit ein wesentlicher Anteil zu. Um Ihre tägliche Bewegungsaktivität objektiv einschätzen zu können und zu erfassen, nutzt Ihnen der Aktivitätssensor. Er kann Sie auf diese Weise auch zu verstärkter Bewegung im Alltag motivieren. Ein tägliches Pensum von mindestens 7.000–10.000 Schritten oder 30 Minuten Aktivität sind optimal. (Quelle: nach WHO, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

Wie erfasst der Aktivitätssensor meine Schritte?

Der Aktivitätssensor zeichnet mittels des eingebauten 3D-Sensors Ihre körperliche Aktivität ununterbrochen auf. Dabei werden all Ihre physischen Bewegungen in Schritte interpretiert. Die Angabe der zurückgelegten Strecke kann daher von der tatsächlichen Strecke abweichen.

Wie kann ich meine Aktivitäts / Schlaf-Daten auswerten?

Über die *Bluetooth®* Schnittstelle Ihres Aktivitätssensors können Sie Ihre gespeicherten Daten an ein Smartphone (Android™ und iOS) übertragen und dort auswerten. Sie benötigen hierzu lediglich die kostenlose „HealthForYou“-App auf Ihrem Smartphone.

Wie synchronisiere ich meine Daten mit der App?

Um die aufgezeichneten Daten von ihrem Aktivitätssensor auf die „HealthForYou“-App zu übertragen, folgen Sie den Anweisungen in Kapitel „Datenübertragung auf Smartphone“.

Die Datenübertragung auf das Smartphone funktioniert nicht.

Dies kann mehrere Gründe haben:

- Überprüfen Sie, ob Ihr Smartphone / Tablet mit der „HealthForYou“-App kompatibel ist.
- Der Aktivitätssensor befindet sich im „Sleep-Modus“. Um den „Sleep-Modus“ zu verlassen, halten Sie die „Touch“-Taste für 3 Sekunden gedrückt. Auf dem Display des Aktivitätssensors erscheint .

- *Bluetooth®* ist auf Ihrem Smartphone nicht aktiviert. Aktivieren Sie *Bluetooth®* in den Einstellungen Ihres Smartphones.
- Der Akku des Aktivitätssensors ist leer. Wenn sich der Aktivitätssensor nicht einschalten lässt, laden Sie ihn mit dem mitgelieferten USB-Ladekabel auf.
- Überprüfen Sie, ob Sie die korrekte App verwenden. Eine Datenübertragung ist ausschließlich mit der „HealthForYou“-App möglich.
- Der Aktivitätssensor ist mit einem anderen Smartphone verbunden. Trennen Sie die Verbindung zuerst, bevor Sie den Aktivitätssensor mit einem anderen Smartphone verbinden.
- **iPhone:**
 Wenn Sie ein iPhone verwenden und die *Bluetooth®* Verbindung nicht mehr aufgebaut wird, trennen Sie zuerst die *Bluetooth®* Verbindung in der „HealthForYou“-App.
 Gehen Sie anschließend in den Einstellungen Ihres iPhones auf *Bluetooth®* und löschen Sie den „SAS 82“ aus der Liste der verbundenen *Bluetooth®* Geräte.
 Verbinden Sie nun den „SAS 82“ in der „HealthForYou“-App erneut über *Bluetooth®*.
- **Android™:**
 Wenn Sie ein Android™-Smartphone verwenden und die *Bluetooth®* Verbindung nicht mehr aufgebaut wird, trennen Sie die *Bluetooth®* Verbindung in der „HealthForYou“-App und verbinden Sie den „SAS 82“ anschließend erneut.

Wann muss ich den Akku des Aktivitätssensors aufladen?

Laden Sie den Akku des Aktivitätssensors wenn bei Tastendruck auf dem Display  angezeigt wird. Sobald  auf dem Display angezeigt wird, beträgt die Akkuleistung noch maximal 24 Stunden. Lassen Sie den Akku nie ganz leer werden, nur dann ist eine kontinuierliche Datenerfassung möglich.

Wie lade ich den Akku des Aktivitätssensors korrekt auf?

Um den Aktivitätssensor korrekt aufzuladen, folgen Sie den Anweisungen wie in Kapitel „Akku aufladen“ beschrieben.

Kann ich den Aktivitätssensor auch während des Fahrradfahrens tragen?

Sie können den Aktivitätssensors auch während des Fahrradfahrens tragen. Voraussetzung dafür ist, dass Sie den Sensor an geeigneter Stelle tragen. Eine Platzierung des Sensors am Bein oder in einer engen bzw. seitlichen Hosentasche ist gut geeignet, nicht geeignet ist das Tragen am Gürtel. Allerdings weicht die Angabe der zurückgelegten Strecke von der tatsächlichen Strecke ab, weil der Aktivitätssensor all Ihre physischen Bewegungen in Schritte interpretiert.

Wie viele Tage / Nächte kann der Aktivitätssensor aufzeichnen?

Der Aktivitätssensor kann bis zu 15 Tage und 15 Nächte aufzeichnen. Sind alle Speicherplätze voll, werden die ältesten Aufzeichnungen

automatisch überschrieben. Daher empfehlen wir, die Datenübertragung mindestens einmal wöchentlich durchzuführen.

Wie aktiviere ich den Schlafmodus?

Beachten Sie hierzu die Anweisungen aus Kapitel „Schlafmodus“.

Wie kann ich den Vibrationsalarm aktivieren?

Die gewünschte Alarmzeit geben Sie in der „HealthForYou“-App ein. Synchronisieren Sie nach Eingabe / Änderung der Alarmzeit den Aktivitätssensor mit der App.

Kann ich den Aktivitätssensor auch während dem Duschen oder Schwimmen tragen?

Der Aktivitätssensor ist geschützt gegen zeitweiliges Untertauchen im Wasser in einer Tiefe von 1 Meter bis zu 30 Minuten (IP67). Es kann während dem Duschen oder Untertauchen des Aktivitätssensors in vereinzelten Fällen vorkommen, dass der vorherrschende Wasserdruck zu hoch ist und der Aktivitätssensor dadurch beschädigt wird. Vor der Verwendung beim Schwimmen wird abgeraten.

Wie entsorge ich den Aktivitätssensor korrekt?

Beachten Sie hierzu die Hinweise in Kapitel „Entsorgung“.

Wie kann ich den Aktivitätssensor reinigen?

Reinigen Sie den Aktivitätssensor von Zeit zu Zeit sorgfältig mit einem feuchten Tuch.

Wo kann ich ein USB-Ladekabel nachbestellen?

Siehe Kapitel „Ersatz- und Verschleißteile“.

Was ist alles im Lieferumfang enthalten?

Im Lieferumfang ist ein Aktivitätssensor und ein USB-Ladekabel enthalten.

Was bedeuten die Zeichen auf dem Aktivitätssensor und auf der Verpackung?

Beachten Sie hierzu das Kapitel „Legende der verwendeten Piktogramme“.

● Entsorgung

Die Verpackung besteht aus umweltfreundlichen Materialien, die Sie über die örtlichen Recyclingstellen entsorgen können.



Beachten Sie die Kennzeichnung der Verpackungsmaterialien bei der Abfalltrennung, diese sind gekennzeichnet mit Abkürzungen (a) und Nummern (b) mit folgender Bedeutung: 1–7: Kunststoffe / 20–22: Papier und Pappe / 80–98: Verbundstoffe.



Gemäß Europäischer Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte und Umsetzung in nationales Recht, müssen verbrauchte Elektrogeräte getrennt gesammelt und einer umweltgerechten Wiederverwertung zugeführt werden.



Möglichkeiten zur Entsorgung des ausgedienten Produkts erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung.

Defekte oder verbrauchte Batterien müssen gemäß Richtlinie 2006/66/EC und deren Änderungen recycelt werden. Geben Sie Batterien und /oder das Produkt über die angebotenen Sammeleinrichtungen zurück.



Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien!

Batterien dürfen nicht über den Hausmüll entsorgt werden. Sie können giftige Schwermetalle enthalten und unterliegen der Sondermüllbehandlung. Die chemischen Symbole der Schwermetalle sind wie folgt: Cd = Cadmium, Hg = Quecksilber, Pb = Blei. Geben Sie deshalb verbrauchte Batterien bei einer kommunalen Sammelstelle ab.

● **Garantie / Service**

Wir leisten 3 Jahre Garantie ab Kaufdatum für Material- und Fabrikationsfehler des Aktivitätssensors.

Die Garantie gilt nicht:

- Im Falle von Schäden, die auf unsachgemäßer Bedienung beruhen.
- Für Verschleißteile.
- Bei Eigenverschulden des Kunden.
- Sobald das Gerät durch eine nicht autorisierte Werkstatt geöffnet wurde.

Die gesetzlichen Gewährleistungen des Kunden bleiben durch die Garantie unberührt. Für Geltendmachung eines Garantiefalles innerhalb der Garantiezeit ist durch den Kunden der Nachweis des Kaufes zu führen. Die Garantie ist innerhalb eines Zeitraumes von 3 Jahren ab Kaufdatum gegenüber der Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, DEUTSCHLAND geltend zu machen.

Bitte wenden Sie sich im Falle von Reklamationen an unseren Service unter folgendem Kontakt:

Service-Hotline (kostenfrei):

DE

☎ **0800 72 42 355 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-de@sanitas-online.de**

AT

☎ **0800 21 22 88 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-at@sanitas-online.de**

CH

☎ **0800 200 510 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-ch@sanitas-online.de**

Fordern wir Sie zur Übersendung des defekten Aktivitätssensors auf, ist das Produkt an folgende Adresse zu senden:

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
DE-89231 Neu-Ulm
DEUTSCHLAND

IAN 297928

Wir bestätigen hiermit, dass dieses Produkt der europäischen RED Richtlinie 2014/53/EU entspricht.

Die CE-Konformitätserklärung zu diesem Produkt finden Sie unter:

<http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedclarationofconformity.php>

The *Bluetooth*[®] word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG. Inc. and any use of such marks by Hans Dinslage GmbH is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners.

Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries.

Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC. Android[™] is a trademark of Google LLC.



Hans Dinslage GmbH

Riedlinger Str. 28

DE-88524 Uttenweiler

GERMANY

Last Information Update · Έκδοση των
πληροφοριών · Stand der Informationen:
05 / 2018 · Ident.-No.: 677.77_SAS82_
2018-03-22_01_IM_Lidl_LB7_GR-CY-7

IAN 297928

