



LE PARTENAIRE ACTIF DE VOTRE POIDS

POUR UN SUIVI DE POIDS FACILE, PRATIQUE ET EN UN CLIN D'ŒIL

Se peser régulièrement est une garantie pour maîtriser son poids.

Avec ce nouveau pèse-personne vous pouvez, très simplement, suivre sur graphique les évolutions de votre poids tous les jours de la semaine. Grâce à la reconnaissance automatique, il vous donne, à chaque pesée, votre écart de poids par rapport au poids précédent, en valeur et de manière graphique.

POUR AVOIR DES REPÈRES PRÉCIS SUR SON POIDS DANS LE TEMPS

Lorsque l'on commence une période d'amaigrissement puis de stabilisation du poids, la réussite s'inscrit dans la durée.

Avec ce pèse-personne, vous pouvez, à la fin de chaque semaine, puis de chaque mois consulter votre moyenne de poids, calculée automatiquement et mémorisée sur votre graphique d'évolution (jusqu'à 24 mois).

POUR UN SUIVI DE POIDS PERSONNALISÉ

Il est possible de vous fixer votre propre objectif de poids, et ensuite de suivre très facilement sur votre graphique les écarts entre votre poids réel et l'objectif que vous souhaitez atteindre.

IMPORTANT :

Afin de vous fixer un objectif de poids sans risque pour votre santé, nous vous conseillons de suivre les recommandations de l'Organisation Mondiale pour la Santé.

Un individu est considéré en bonne santé si son Indice de Masse Corporelle (IMC) est compris entre 18 et 25. Pour calculer votre IMC, il vous suffit de diviser votre poids réel en kilos par votre taille en mètre au carré.

Exemples :

une femme mesurant 1m65 et pesant 63 kilos a donc un IMC de :

$$63 / (1,65 \times 1,65) = 23,1 \text{ ce qui désigne un individu en bonne santé.}$$

Par contre, une femme mesurant 1m65 et pesant 69 kilos présente un IMC de :

$$69 / (1,65 \times 1,65) = 25,3 \text{ ce qui désigne un individu en surpoids.}$$

Si votre IMC est en dehors de la plage 18 à 25, nous vous conseillons de consulter un médecin.

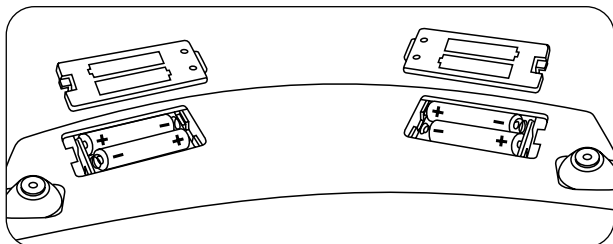
MISE EN MARCHÉ

Mise en place des piles

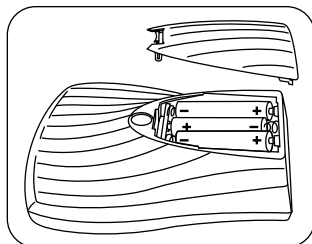
Connectez :

- 4 piles alcalines neuves de 1.5 V type LR06 AA au dos du plateau.
- 3 piles alcalines neuves de 1,5 V type LR06 AA au dos du boîtier infrarouge.

(Vérifiez que les piles soient identiques entre-elles ainsi que la date limite d'utilisation).



Plateau



Boîtier

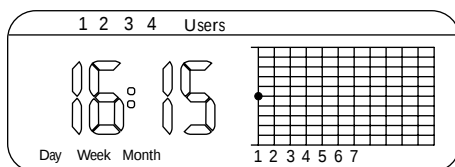
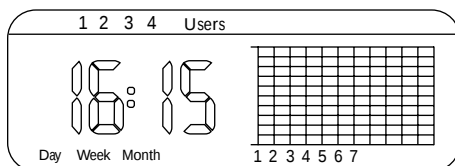
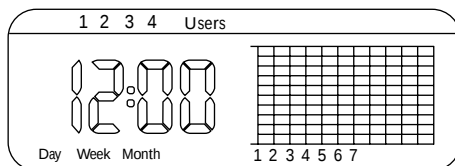
Lors du remplacement des piles, l'ensemble de vos pesées est gardé en mémoire.

Réglage de l'heure et de la date du jour

- Ne pas monter sur le plateau.
- Après installation des piles **12:00** apparaît sur l'écran.

- 1- Réglez les heures et les minutes avec les touches ◀ ou ▶ puis appuyez sur **OK** pour valider.
- 2- Sélectionnez le jour de la semaine à l'aide des touches ◀ ou ▶ en déplaçant le point clignotant sur 1 pour lundi, 2 pour mardi... 7 pour dimanche, puis appuyez sur **OK** pour valider.

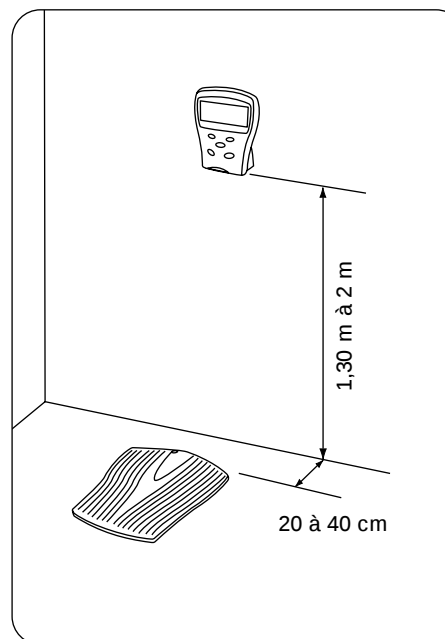
L'heure s'affichera en permanence (hormis lors de la pesée).



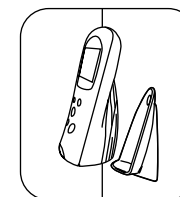
Pour modifier l'heure et la date, pressez sur **OK** pendant 5 secondes et renouvelez l'opération ci-dessus.

MISE EN PLACE DU PRODUIT

FRA



- Disposez le plateau de préférence sur un sol dur
- Pour assurer une bonne transmission infrarouge entre le boîtier et le plateau :
 - évitez de disposer le boîtier près d'une source de chaleur (radiateur, néon...).
 - orientez la base du boîtier en direction du plateau en respectant les distances indiquées.
 - ne placez aucun objet entre ces 2 éléments.



Le boîtier infrarouge peut être posé, fixé au mur ou tenu en main (dans ce cas, déduire 200 g du poids affiché).

NB : Après fixation du support au mur, bien attendre 24 h avant de poser le boîtier dessus pour une meilleure résistance de l'adhésif.

FONCTION PESÉE

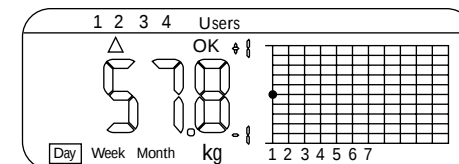
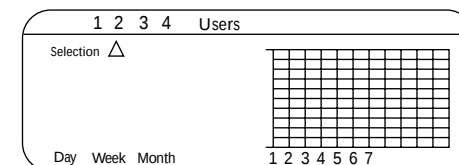
1^{ère} Pesée

- Montez sur le plateau, ne bougez plus. **----** défile sur l'écran, puis votre poids s'affiche.

Pour enregistrer votre poids :

- Restez sur le plateau. **Selection** et ▲ clignotent à l'écran vous invitant à choisir un n° de mémoire à l'aide des touches ◀ ou ▶.
- Appuyez sur **OK** pour valider votre n° de mémoire.
- Appuyez une 2^{ème} fois sur **OK** pour enregistrer votre poids du jour.

Un point correspondant à ce poids vient se positionner sur le graphique.



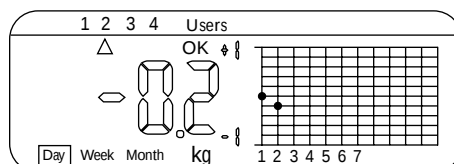
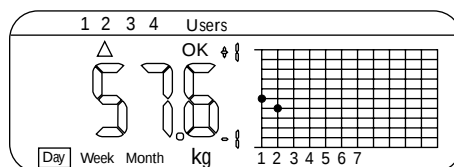
L'échelle du graphique apparaît vous indiquant les limites dans lesquelles l'évolution de votre poids se fera.

Vous pouvez retirer l'échelle de l'écran en appuyant sur  pendant 4 secondes. Pour la faire réapparaître, renouveler l'opération.

Descendez du plateau, l'appareil s'arrête automatiquement au bout de quelques minutes, ou immédiatement en appuyant sur **OK**.

Pesées suivantes

- Lorsque vous montez sur le plateau, l'appareil vous reconnaît : le curseur se positionne automatiquement sur votre n° de mémoire.
- Votre poids s'affiche, suivi de l'écart avec votre dernière **pesée enregistrée la veille**.
- Pour enregistrer ce nouveau poids, appuyez sur **OK**.



Ainsi, l'historique de l'évolution de votre poids apparaît sur le graphique au fil de vos pesées.

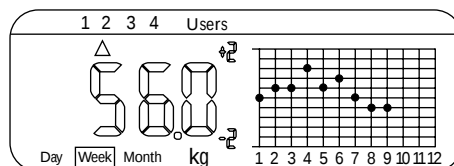
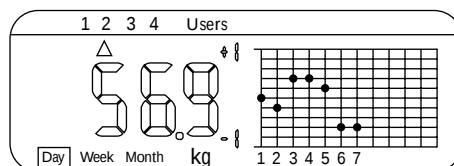
NB. Si vous vous pesez plusieurs fois par jour, seule la dernière pesée enregistrée sera prise en compte.
Si l'appareil ne vous reconnaît pas, voir paragraphe "Que faire si ?".

FONCTION TENDANCE DE POIDS

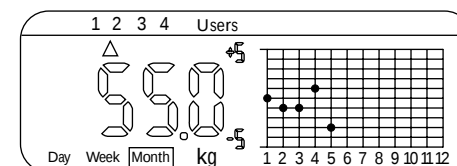
Pour passer d'un mode à l'autre, la pesée appuyez sur .

L'appareil vous permet de visualiser sur graphique :

- 1- En mode **Day** : l'évolution de votre poids au jour le jour sur 2 semaines (2 écrans de 7 jours).
- 2- En mode **Week** : l'évolution de vos moyennes de poids sur une période de 12 semaines.



- 3- En mode **Month** : l'évolution de vos moyennes de poids sur une période de 2 ans (2 écrans de 12 mois).



NB. La moyenne de poids est calculée à la fin de chaque semaine ou de chaque mois.

Pour relire vos résultats

Restez sur le plateau. Votre poids du jour s'affiche à l'écran et apparaît par un point sur le graphique.

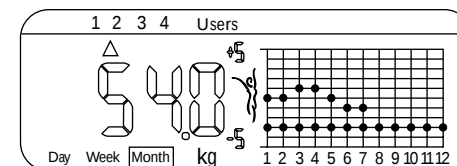
- Pour relire vos poids antérieurs, appuyez sur .
- Puis, pour connaître l'écart entre le poids antérieur que vous aurez sélectionné et votre poids du jour, appuyez brièvement sur **OK**.
(En appuyant une 2ème fois sur **OK**, le poids antérieur apparaît de nouveau à l'écran).

FONCTION POIDS IDÉAL

Vous pouvez, à tout moment, enregistrer un objectif de poids que vous souhaitez atteindre (= votre poids idéal).

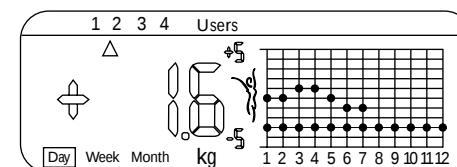
Pour enregistrer cet objectif de poids, restez sur le plateau.

- Appuyez sur . Votre poids se met à clignoter.
- Sélectionnez votre poids idéal en appuyant sur  ou .
- Appuyez sur **OK** pour enregistrer ce poids.



Une ligne de points correspondant à votre poids idéal s'affiche alors en clignotant.

Puis s'affichent en alternance, poids idéal et écart entre votre poids idéal et votre poids du jour.



Pour sortir de la fonction "poids idéal", appuyez de nouveau sur .

Pour modifier votre Poids Idéal

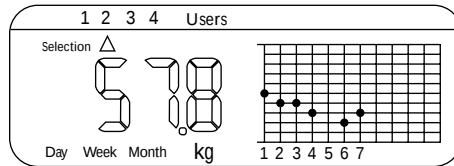
- Restez sur le plateau.
- Appuyez une 1^{ère} fois sur , puis une seconde fois sur  par un appui long jusqu'à ce que votre poids clignote.
- Sélectionnez votre nouveau poids idéal en appuyant sur  ou , puis validez par **OK**.

QUE FAIRE SI ?

Je veux supprimer une donnée sur mon historique.

Quand l'appareil vous reconnaît, celui-ci affiche votre historique de poids.

- Positionnez-vous sur la donnée que vous désirez supprimer.
- Appuyez pendant 5 secondes sur **OK**.

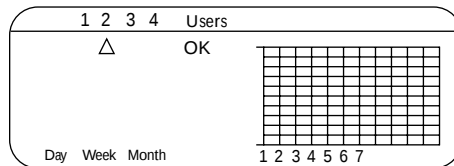


La donnée est automatiquement supprimée de votre historique.

Je veux supprimer l'ensemble des données d'un utilisateur.

Ne montez pas sur le pèse-personne.

- Appuyez simultanément pendant 5 secondes sur  + **OK**.
- **Selection** se met à clignoter.
- Positionnez-vous sur le n° de mémoire à supprimer.
- Puis appuyez sur **OK** pendant 5 secondes.



L'ensemble des données de la mémoire est supprimé lorsque votre poids et **OK** disparaissent de l'écran.

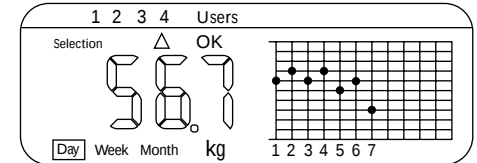
Les 4 mémoires sont déjà occupées et une 5^{ème} personne veut se peser.

Le poids s'affichera à l'écran sans possibilité d'enregistrement.

Il vous sera nécessaire de supprimer les données d'un des utilisateurs pour libérer une mémoire (voir paragraphe précédent).

L'appareil ne me reconnaît pas dans mon n° de mémoire.

- Appuyez simultanément sur  et .
- L'indication **Selection** clignote.
- Positionnez-vous sur votre n° de mémoire habituel avec  ou .
- Validez par **OK**, une fois votre mémoire identifiée.
- Appuyez une 2^{ème} fois sur **OK** pour enregistrer votre poids du jour.

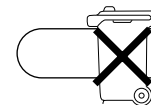


Conseil : Pour un usage optimum, il est recommandé de se peser régulièrement. Il est possible que l'appareil ne puisse reconnaître l'utilisateur si celui-ci ne s'est pas pesé depuis plusieurs semaines.

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

- Nettoyer plateau et boîtier avec un chiffon doux humide. Ne pas utiliser de produits abrasifs.
- Pour le rangement, ne rien poser sur le plateau.
- Ne jamais plonger l'appareil dans l'eau.
- Ne pas monter les pieds mouillés sur le plateau.
- Ne pas utiliser à proximité immédiate d'appareils électroniques pour éviter toute perturbation électromagnétique (téléphone portable, radio, ordinateur, baladeur...).
- Ne jamais exposer l'appareil aux rayons du soleil pendant la pesée

Sous réserves de modifications.



Ne pas jeter les piles usées : les traiter comme des résidus chimiques.

AFFICHAGES SPÉCIAUX

Affichages spéciaux	Solutions
☐ L'appareil ne s'allume pas.	Vérifiez l'état des piles ou déconnectez puis reconnectez l'une des piles du boîtier.
Err s'affiche lorsqu'une charge a été posée sur le plateau ou en cas de mauvaise manipulation. La mesure de poids a été faussée.	Attendez que le produit affiche 00 kg et remontez sur le plateau.
SLP s'affiche : indicateur d'un poids supérieur à la portée maximale de 130 kg.	Ne dépassez pas la charge maximale.
BAT s'affiche : Indicateur d'usure de piles.	Changez impérativement l'ensemble des piles et vérifiez la date limite d'utilisation.
 Clignote en mode Day ou Month : il reste des données non-affichées dans votre historique.	Continuez à appuyer sur  pour visualiser le 2 ^{ème} écran.