



ترازوی فردی

**PS 500 iBK**

## ■ کاربران گرامی!

بابت استفاده از ترازوی شخصی بلوتوثی "متئو" از شما سپاسگزاریم. برای مطمئن شدن از اطلاعات صحیح و عمر مفید دستگاه، لطفاً با دقت این دفترچه راهنما را قبل از استفاده بخوانید و برای مراجعات آینده نزد خود نگهدارید.

## ■ ترازوی بلوتوثی

این ترازو به شما کمک می‌کند تا اطلاعات مرتبط با وزنتان را بر روی تلفنی هوشمند ذخیره و دنبال کنید. این ترازو می‌تواند اطلاعات وزنی شما به همراه نمودار تغییرات وزنی شما را از طریق فناوری بلوتوث به تلفن همراهتان منتقل کند. به این ترتیب شما در هر زمان قادر خواهید بود مسیر وزنی خود را دنبال کنید. برای استفاده از این ترازوی بلوتوثی، لطفاً نرم‌افزار "متئو" را دانلود کنید. بعد از این شما قادر خواهید بود اولین مرحله کنترل وزنتان را پیگیری نمایید.

## ■ عملکردهای مهم

- مشاهده‌ی مستقیم اطلاعات وزن اشخاص از طریق نمودارها
- امکان تنظیم کلمه عبور برای محافظت و نگهداری از اطلاعات اشخاص متعدد
- امکان نموداری کردن مسیر وزن و شاخص توده‌ی بدنی خود (BMI) به روشی ساده و واضح که از آن طریق می‌توانید تغییرات وزنی‌تان را دنبال کنید.
- به‌کارگیری فناوری بی‌سیم بلوتوث
- امکان اتصال به تلفن‌های هوشمند متعدد در زمان‌های مختلف

## اتصال باتری به دستگاه

نام	تصویر	روش نصب
۲ عدد باتری نیم قلم ۱/۵ ولت		لطفاً باتری‌های نیم قلم را بر اساس قطب صحیح در جای خود قرار دهید
۱ یا ۲ باتری سه ولتی لیتیومی (CR2032)		الف. باتری مستعمل را با استفاده از شیئی نوک تیز بیرون بیاورید. ب. باتری نو را با گذاشتن یک طرف آن زیر صفحه‌ی نگهدارنده‌ی باتری و فشار دادن طرف دیگر در دستگاه قرار دهید.

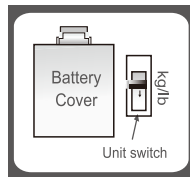
**نکته:** لطفاً از باتری مناسب استفاده کنید. اگر از دستگاه به مدت طولانی (بیش از ۳ ماه) استفاده نمی‌کنید، باتری را خارج کنید.

اگر دستگاه شما هر دو سیستم واحد وزن (کیلوگرم و پاوند) را پشتیبانی می‌کند، شما می‌توانید طبق روش زیر واحد وزن را تغییر دهید.

**حالت اول:** اگر کلید تغییر واحد در زیر دستگاه قرار دارد،

الف. کلید زیر دستگاه را پیدا کنید.

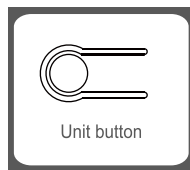
ب. برای تغییر سیستم واحد وزن (kg, lb)، آن را به سمت بالا یا پایین بکشید.



**حالت دوم:** اگر کلید تغییر واحد همچنان در زیر دستگاه قرار داشته باشد،

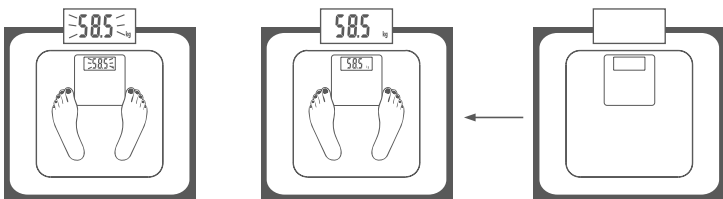
الف. کلید زیر دستگاه را پیدا کنید.

ب. زمانی که دستگاه روشن است، کلید تغییر واحد را فشار دهید. صفحه‌ی نمایش واحد وزن فعلی را نشان می‌دهد. برای تغییر مجدد واحد وزن دوباره آن را فشار دهید.



## ■ حالت وزن کشی عادی

بعد از نصب باتری، ترازو را روی سطحی صاف قرار دهید. بدون حرکت روی ترازو بایستید تا وزن‌کشی انجام شود. سپس چند ثانیه منتظر بمانید، صفحه‌ی نمایش وزن شما را به مدت چند ثانیه نشان می‌دهد.



نتایج بعد از ثابت شدن وزن‌کشی چشمک می‌زند.

به آرامی لحظه‌ای روی ترازو بروید (روشن شدن اتوماتیک دستگاه). صبر کنید تا وزن‌خوانی انجام شود (طبق تصویر بالا)

باتری را نصب کنید و ترازو را روی سطحی صاف قرار دهید. برای مطمئن بودن از کارکرد صحیح دستگاه، آن را روی سطحی صاف و محکم قرار دهید و روی فرش یا سطوح نرم قرار ندهید.

## ■ روش تنظیم و استفاده از اپلیکیشن

برای App Store



### ۱. دریافت اپلیکیشن (نرم‌افزار کاربردی)

الف. به فروشگاه اینترنتی Google Play یا App Store بروید و نرم‌افزار Matheo را که با فناوری عالی طراحی شده است را دانلود کنید.

ب. یا به روشی بسیار ساده و اسکن کردن کد برای Google play  
رمزینگی سریع (QR code) در طرف راست به قسمت  
دانلود نرم‌افزار دسترسی پیدا کنید.



## ۲. تنظیم بلوتوث

الف. مطمئن شوید که بلوتوث تلفن همراه شما روشن است.

ب. اگر روشن نیست به قسمت **setting** بروید و **Bluetooth** را فعال کنید.

پ. لحظه‌ای روی دستگاه فشار وارد کنید تا دستگاه روشن شود.

### نکته:

• از آن جا که بلوتوث نسخه ۴ از فناوری جدید بهره می‌گیرد، نیازی به تطبیق دادن تلفن هوشمند و ترازو نیست. زیرا این کار به صورت اتوماتیک با تحت پوشش قراردادن فضای ۱۰-۵ متری صورت می‌گیرد.

• ترازوهای بلوتوثی ما، نسخه‌ی بلوتوثی ۴ را پشتیبانی می‌کند و برای کارکرد نیازمند سیستم عامل **iOS 7.0** یا **Android 4.3** یا نسخه‌های بالاتر آنهاست. این ترازو با تلفن‌های **iPhone4s** یا بالاتر،

**Samsung Galaxy S3, HTC One, Huawei Honor 6, Xiaomi 3, Meizu MX 3, LG G2 Pro** و دیگر گوشی‌های مشابه قابل اجرا است. این دستگاه برای تبلت مناسب نیست.

## ۳. درست کردن یک پروفایل کاربری جدید:

الف. بر روی تصویر **Matheo** کلیک کنید تا اپلیکیشن باز شود. در این لقطه شما صفحه‌ی ابتدایی را بدون هیچ پروفایلی مشاهده می‌کنید.

ب. بر روی **New user +** کلیک کنید و همه‌ی اطلاعات درخواستی مانند جنسیت، نام، تاریخ تولد، قد، وزن هدف، طرح زمینه‌ی پروفایل و حتی کلمه‌ی عبور برای محافظت از اطلاعات شخصی‌تان را پر کنید.

پ. بر روی گزینه‌ی **Save** کلیک کنید و نرم افزار به صفحه‌ی اول باز

میگردد و حالا شما می‌توانید با ورود به پروفایل خود وزن‌کشی را آغاز کنید.



#### ۴. وزن‌کشی با تلفن هوشمند

در حالت وزن‌کشی در صفحه‌ی رابط‌کلی، شما تصویر بلوتوث را زیر چهره‌ی نمادین خود (آواتار) به رنگ آبی تیره مشاهده می‌کنید که به این معنی است ارتباط بلوتوثی شما برقرار است.



**الف.** بعد از وزن کشی، شما می‌توانید بر روی رابط کاربری به اطلاعات وزن‌کشی، شاخص توده‌ی بدنی و تاریخ وزن‌کشی دست یابید.

**ب.** بر روی کلمه‌ی **Save** کلیک کنید. اطلاعات در حافظه ثبت می‌شود.

**پ.** بر روی تاریخ کلیک کنید. شما می‌توانید به اطلاعات هر روز وزن‌کشی ذخیره شده‌ی خود در حافظه مراجعه کنید.

**ت.** بر روی **BMI** کلیک کنید. شما می‌توانید برای آگاهی از وضعیت سلامتی‌تان به رده‌بندی **BMI** مراجعه کنید و اگر لازم است تغییراتی در برنامه‌ی غذایی خود ترتیب دهید.

#### **نکته:**

• ثبت روزانه برای هر کاربر همیشه آخرین ثبت اندازه‌گیری شده و ذخیره شده در روز است.

• رده بندی **BMI** فقط به عنوان مرجع تناسب اندام شما است و وضعیت واقعی سلامتی افراد را مشخص نمی‌کند.

• در این دفترچه جدول تناسب وزن و قد به عنوان مرجع آمده است.

• شما می‌توانید با کلیک کردن بر روی چهره‌ی نمادین خود (آواتار) و رفتن به قسمت تنظیمات (**setting mode**) اطلاعات پایه‌ی خود را تغییر دهید.

### **۵. دنبال کردن وضعیت وزن و شاخص توده‌ی بدنی (BMI)**

برای دنبال کردن مسیر وزن و شاخص توده‌ی بدنی خود، تصاویر سه و چهار در زیر میله را کلیک کنید. شما به صفحه‌ی رابط نمودارهای خطی هدایت می‌شوید که در آن مسیر تغییرات وزنی و شاخص توده‌ی بدنی شما به صورت هفتگی، ماهیانه، سه ماه، شش ماه و یکساله نشان داده می‌شود.



نکته:

• **هفتگی:** این نمودار، مسیرهای هفتگی اخیر را بر اساس آخرین اطلاعات ثبت شدهی هر روز نشان می‌دهد.

**یک ماهه:** این نمودار، مسیرهای ماه اخیر را بر اساس آخرین اطلاعات ثبت شدهی هر هفته نشان می‌دهد.

**سه ماهه:** این نمودار، مسیرهای سه ماه اخیر را بر اساس آخرین اطلاعات ثبت شده در هر هفته منتهی به سه ماه اخیر نشان می‌دهد.

**شش ماهه:** این نمودار، مسیرهای شش ماه اخیر را بر اساس آخرین اطلاعات ثبت شده در هر هفتهی منتهی به شش ماه اخیر نشان می‌دهد.

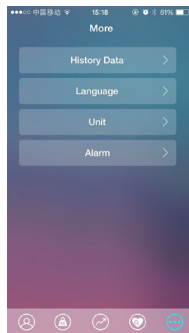
**یک ساله:** این نمودار، مسیرهای سال اخیر را بر اساس آخرین اطلاعات ثبت شدهی سالیانه نشان می‌دهد.

## ۶. عملکردهای بیشتر

الف. بر روی تصویر پنجم روی میله‌ی پایینی صفحه‌ی رابط کلیک کنید.

ب. شما در این قسمت نیز می‌توانید به اطلاعات ثبت شده در حافظه نیز دسترسی داشته باشید.

پ. زبان، واحد وزن یا حتی زنگی تکرار شونده که به شما زمانی از روز را که برای وزن کشی مشخص کردید را یادآوری می‌کند.

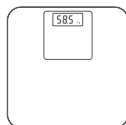


توجه:

این اپلیکیشن تأییدکننده‌ی عملکردهای مرتبط با سلامتی شما است. لطفاً از تغییرات مربوط به بروز رسانی این اپلیکیشن آگاهی داشته باشید.

## خاموش شدن اتوماتیک

وقتی صفحه‌ی نمایش وزن اندازه‌گیری شده را به مدت چند ثانیه نشان داد بعد از چند ثانیه اگر دستگاه مورد استفاده قرار نگیرد، به صورت اتوماتیک خاموش می‌شود.



## ■ نشانگرهای عمومی هشدار آمیز

دستورالعملها و روشها	نام	نشانگر هشدار آمیز
بیش از مقدار حداکثر مجاز، وزن‌کشی صورت گرفته است. (میزان حداکثر بار بر روی ترازو ذکر شده است). برای جلوگیری از صدمه به دستگاه، لطفاً از ترازو پایین بیایید	بار اضافی	Err
توان باتری ضعیف است. با یک باتری نو تعویض کنید.	باتری ضعیف	Lo
ایرادِی در وزن‌کشی صورت گرفته است. لطفاً دوباره وزن‌کشی کنید.	تست مجدد	C

## ■ توصیه‌هایی برای استفاده و مراقبت دستگاه

- از ترازو در محیط‌های نمناک، بسیار گرم یا بسیار سرد استفاده نکنید. (توصیه می‌شود در دامنه‌ی دمایی ۳۵-۵ درجه‌ی سانتیگراد از دستگاه استفاده کنید.)
- از دستگاه روی بالشتک، چمن، سطوح لغزنده و ناصاف استفاده نکنید.
- دستگاه را نیندازید، تکان ندهید یا به آن ضربه نزنید.
- ترازو را تمیز نگه‌دارید.
- از دستگاه روی سطوحی که شدیداً می‌لرزند، استفاده نکنید.
- برای مطمئن بودن از نتایج صحیح وزن‌کشی، لطفاً ساعتی معین و ثابت از روزها را انتخاب کنید. مثلاً هر روز ساعت ۸ صبح

## ■ سؤالات متداول

نرم افزار نمی تواند نتایج وزن کشی را از ترازوی بلوتوثی دریافت کند.

- لطفاً مطمئن شوید که تصویر نرم افزار بلوتوث بر روی صفحه‌ی رابط به رنگ آبی تیره است که نشان می دهد ارتباط صحیح برقرار است.
- مطمئن شوید که بلوتوث تلفن همراه شما روشن است.
- مطمئن شوید که ترازوی بلوتوثی شما در محدوده تحت پوشش مناسب برای اتصال، روشن است.
- باتری ترازو را بررسی کنید. اگر لازم است آن را تعویض کنید.
- تلفن همراهتان را خاموش و سپس روشن کنید و تنظیمات مربوط به ارتباط بلوتوث را انجام دهید.

### عدم امکان اتصال به تلفن همراه

- لطفاً مطمئن شوید که در آن لحظه فقط یک تلفن همراه به ترازوی بلوتوثی متصل است.
- لطفاً مطمئن شوید که دستگاه شما دارای نسخه بلوتوث ۴ یا بالاتر است.

### بر روی صفحه‌ی نمایش ترازو پاسخی دریافت نمی شود.

- لطفاً ابتدا باتری را بررسی کنید و اگر لازم است آن را تعویض کنید.
- تعمیرات باید فقط توسط مرکز خدمات پس از فروش فلر صورت گیرد.

ضمیمه: سازمان بهداشت جهانی- جدول تناسب وزن و قد

وزن (کیلوگرم) خانمها	وزن (کیلوگرم) مردها	قد (سانتی متر)
۶۸-۷۸	۸۱-۹۲	۱۸۸
۶۶-۷۵	۷۷-۸۹	۱۸۴
۶۴-۷۱	۷۴-۸۵	۱۸۰
۶۲-۶۹	۷۳-۸۲	۱۷۸
۵۹-۵۹	۷۰-۷۹	۱۷۴
۶۴-۶۶	۶۷-۷۴	۱۷۰
۵۵-۶۲	۶۶-۷۲	۱۶۸
۵۲-۵۹	۶۳-۶۹	۱۶۴
۵۰-۵۶	۶۰-۶۶	۱۶۰
۴۹-۵۵	۵۸-۶۴	۱۵۸
۴۷-۵۳	۵۶-۶۲	۱۵۴
۴۵-۵۱	۵۴-۶۰	۱۵۰