

Tefal

BODYSIGNAL



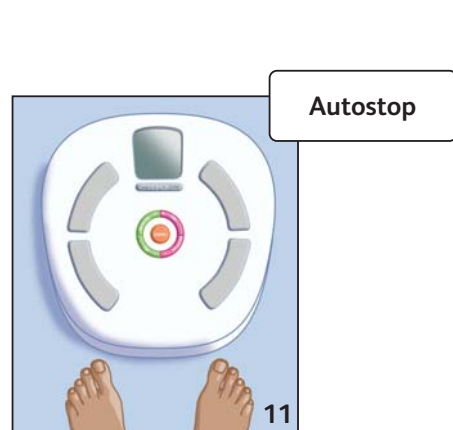
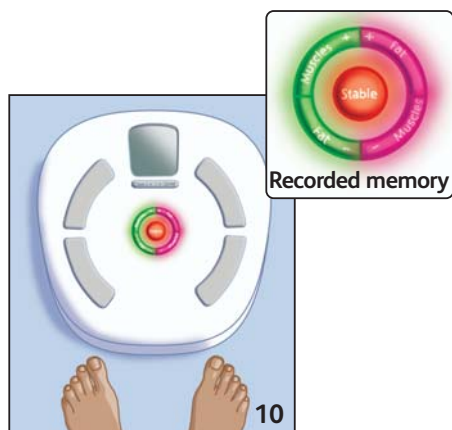
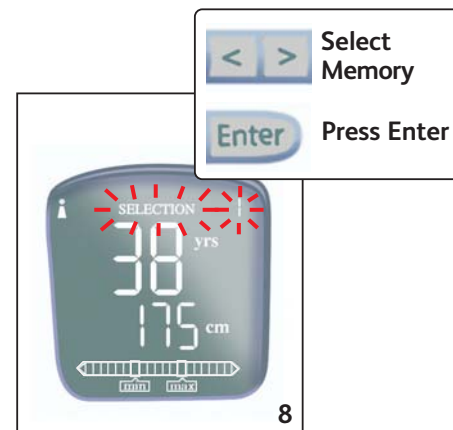
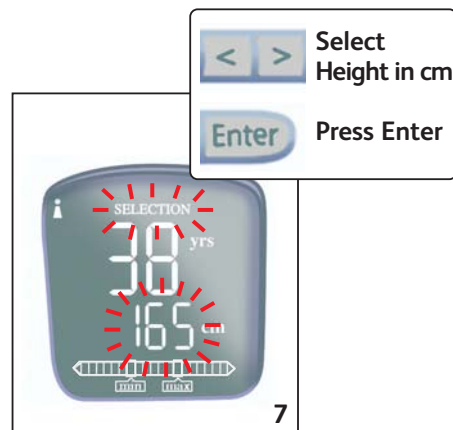
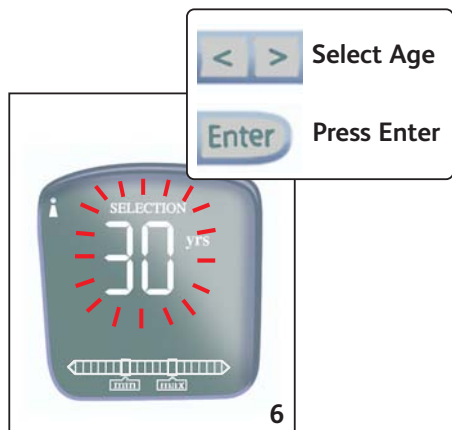
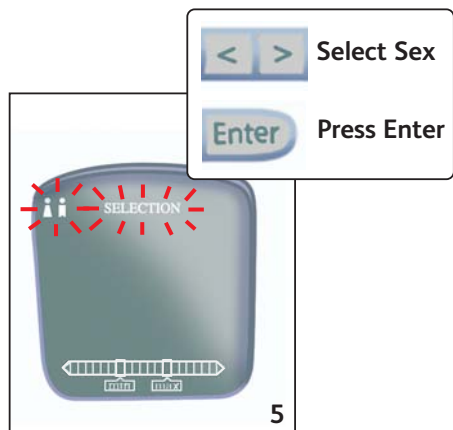
Tefal

EURO RSCG COMPAGNIE - 209687 - 02/06 - R.C.S. TEFAL annecy B 301 501 920 - Réf. 2015900262

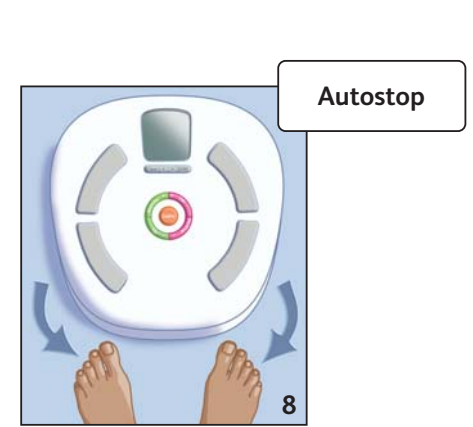
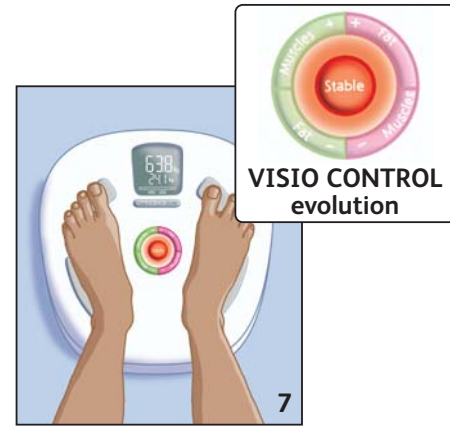
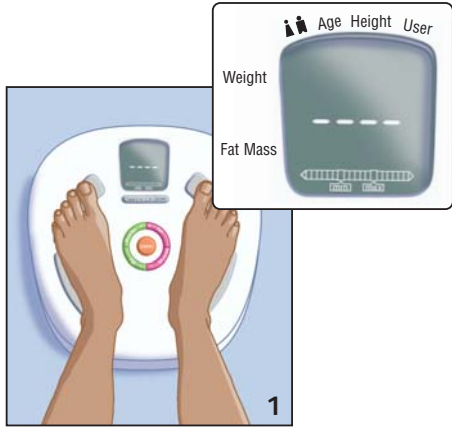
www.groupeseb.com

FRA NED DEU ITAL ESP POR TÜRK EVN

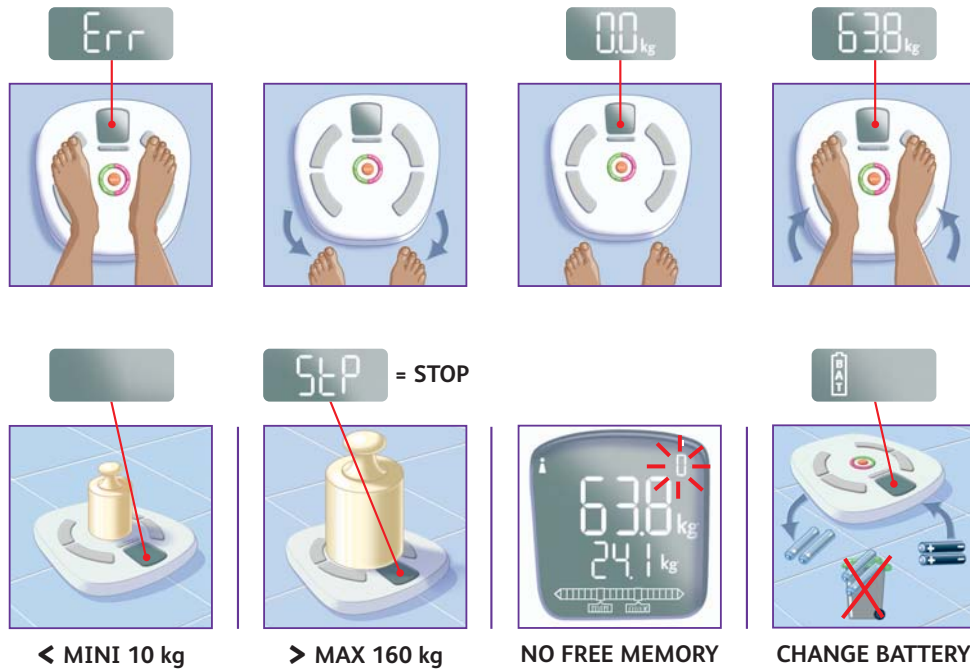
1st use



2nd use



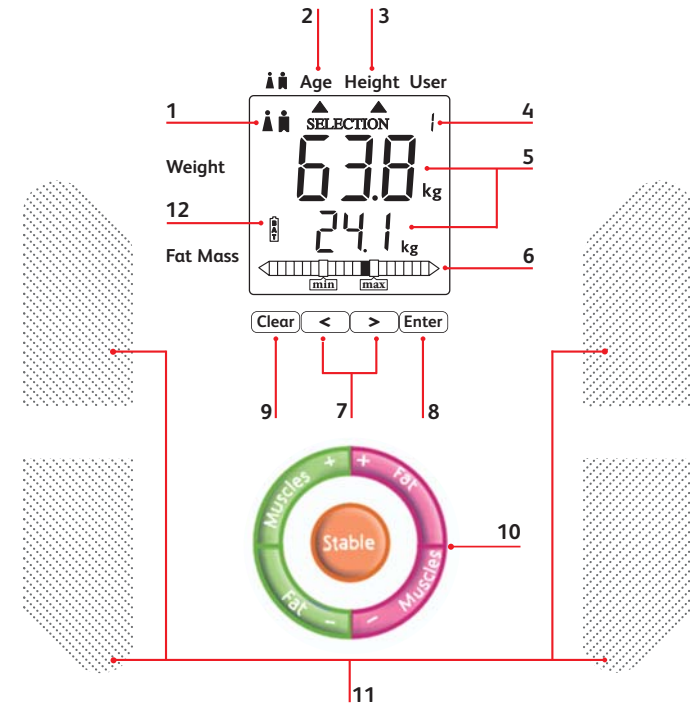
Specific messages



Precautions



Votre appareil



Les différents dessins sont destinés uniquement à illustrer les caractéristiques des BodySignal et BodySignal Glass et ne sont pas le reflet strict de la réalité.

La Société TEFAL SAS se réserve le droit de modifier à tout moment, dans l'intérêt du consommateur, caractéristiques ou composant du produit.

Description

1. Sélection Homme / Femme.
2. Indication de l'âge.
3. Indication de la taille en cm.
4. Affichage des numéros d'identification des 4 personnes.
5. Affichage des différentes valeurs : poids et masse grasse en kg.
6. Représentation graphique de la valeur de la masse grasse et des limites mini et maxi recommandées.
7. Touches de sélection et de défilement.
8. Touche de validation lors de la saisie des caractéristiques personnelles.
9. Touche d'annulation de la dernière saisie des caractéristiques personnelles.
10. VISIO CONTROL : indicateur lumineux de l'évolution de la composition corporelle de la personne.
11. Electrodes permettant l'emplacement des pieds.
12. Indicateur d'usure des piles.

Une nouvelle approche du poids

Le poids d'un individu, dès la jeune enfance, est un élément déterminant pour sa forme physique, sa performance au plan sportif et dans sa sensation qu'il aura d'être ou de ne pas être «bien dans son corps». Toutefois, il ne peut pas maîtriser efficacement son poids dans le temps s'il méconnaît sa composition corporelle (eau, muscles, os et masse grasse).

Les muscles et la masse grasse, qui composent principalement le poids, sont indispensables à la vie dans une répartition équilibrée, qui varie selon le sexe, l'âge et la taille.

- Posséder des muscles permet de pratiquer des activités physiques, soulever des objets, être capable de se déplacer sans peine. Plus la masse musculaire est importante, plus elle consomme de l'énergie et peut ainsi aider au contrôle du poids.
- La masse grasse sert d'isolant, de protection et de réserve d'énergie. Elle est inerte et stocke l'énergie excédentaire si vous mangez plus que ce que vous dépensez. L'exercice physique la freine, l'inactivité l'augmente. En quantité importante, elle devient dangereuse pour la santé (risques cardio-vasculaires, cholestérol...).

Maigrir durablement

Dans le cadre d'un régime, BodySignal vous aide à contrôler la perte de votre masse grasse tout en veillant au bon maintien de votre masse musculaire. En effet, un régime alimentaire mal adapté peut conduire à une fonte musculaire. Or ce sont les muscles qui consomment de l'énergie. Si on perd du muscle, on brûle moins de calories et le corps stocke alors de la graisse. Il n'y a donc pas de perte durable de la masse grasse sans maintien de la masse musculaire. BodySignal vous permet de piloter votre régime et de maîtriser votre équilibre corporel dans le temps.

Surveiller la croissance et prévenir l'obésité dès l'enfance

BodySignal est un moyen efficace de dépister, dès la jeune enfance, les problèmes de poids. En effet, l'âge de la croissance est la période où les paramètres du corps humain changent le plus, et il est souvent difficile de déceler une dérive... Or, une tendance à l'obésité, par exemple, sera traitée d'autant plus efficacement qu'on l'aura détectée tôt... évitant à l'enfant un surpoids à l'âge adulte. BodySignal est conçu pour la surveillance de la composition corporelle dès 6 ans.

Principe de mesure

Lorsque vous montez sur le plateau, pieds nus, un courant électrique de très faible intensité est transmis à l'intérieur du corps par les électrodes. Ce courant, émis d'un pied à l'autre, rencontre des difficultés, dès qu'il faut traverser la graisse. Cette résistance du corps, appelée Impédance bio-électrique, varie en fonction du sexe, de l'âge, de la taille de l'utilisateur et permet de déterminer la masse grasse et ses limites. Cet appareil ne présente **aucun danger** car il fonctionne avec un courant faible (4 piles de 1,5 V).

Cependant, il y a des risques d'une mesure faussée dans les cas suivants :

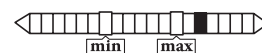
- Personnes ayant de la fièvre.
- Enfants de moins de 6 ans (appareil non étalonné en dessous de cet âge).
- Femmes enceintes (cependant sans danger).
- Personne sous dialyse, personnes ayant des œdèmes aux jambes, personnes atteintes de dysmorphie.

Attention : l'utilisation de cet appareil est interdite chez les porteurs de pacemakers ou autre matériel électronique médical en raison des risques de perturbations liés au courant électrique.

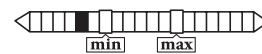
Les fonctions de BODY SIGNAL

BodySignal assure un suivi personnalisé :

- Il mesure et affiche :
 - Votre poids en kg
 - Votre masse grasse en kg contenue dans votre corps.Il affiche ce résultat sur un graphique en fonction de vos limites mini et maxi (calculées selon votre sexe, âge et taille). L'objectif est de s'assurer que votre repère se situe bien à l'intérieur des limites.



Vous êtes en surcharge de masse grasse. Modifiez vos habitudes alimentaires et pratiquez une activité physique.



Votre masse grasse est en deçà de la limite inférieure. Il serait peut être judicieux d'augmenter votre masse grasse, car elle constitue la réserve d'énergie du corps.

- Il indique la véritable évolution de votre poids en masse grasse ou musculaire grâce à l'indicateur lumineux "VISIO CONTROL".



Au fur et à mesure de vos pesées, l'appareil mémorise vos compositions corporelles et apprend à mieux connaître vos variations naturelles liées à votre quotidien (alimentation, hydratation, rythme de vie...). Ces variations de poids "non significatives" ne modifient en aucun cas votre composition corporelle.

BodySignal élimine ces variations et vous alerte uniquement s'il y a un réel changement de votre masse grasse ou musculaire (lors d'un régime par exemple). Ainsi, votre poids ou votre composition corporelle peuvent varier légèrement sans qu'il soit nécessaire de vous alerter.

- Ce pèse-personne garde en mémoire vos caractéristiques personnelles (sexe, âge, taille) et **vous reconnaît automatiquement** à la pesée suivante.
- Il est **capable d'identifier 4 utilisateurs différents**, y compris les **enfants dès 6 ans**.


Interprétation de VISIO CONTROL

La perte ou la prise de poids peuvent être qualifiées de positives ou négatives :

En effet, vous pouvez perdre du poids en perdant de la masse grasse, ce qui représente une évolution positive de votre poids. Mais vous pouvez aussi perdre du poids en perdant du muscle, ce qui représente une évolution négative de votre poids. Vous pouvez également prendre du poids en prenant de la masse grasse, ce qui représente une évolution négative, mais vous pouvez aussi prendre du poids en gagnant du muscle, ce qui représente une évolution positive.

Si votre poids ne varie pas ou si vos variations ne sont pas significatives, votre évolution est considérée comme stable.

• Perte de poids :


soit  perte de masse grasse ➔ Votre régime alimentaire et/ou votre activité physique agissent de façon bénéfique sur votre composition corporelle.

VISIO CONTROL est vert


soit  perte en muscles ➔ Modifiez votre alimentation en privilégiant les sucres lents et une activité sportive.

VISIO CONTROL est rose

• Prise de poids :


soit  augmentation en muscles ➔ Votre activité physique agit de façon bénéfique sur votre composition corporelle.

VISIO CONTROL est vert

soit  augmentation de la masse grasse. ➔ Modifiez votre alimentation, probablement déséquilibrée, privilégiez les légumes, les fruits, abaissez votre consommation de sucres et de graisses et pourquoi pas une activité sportive.

VISIO CONTROL est rose

• Stabilité :

soit  stable ➔ Votre composition corporelle reste stable. Si vous souhaitez agir sur votre composition corporelle, reportez-vous aux indications précédentes.

VISIO CONTROL est orange



NB : VISIO CONTROL est entièrement allumé lors de la mise en place des piles et à la suite de votre première pesée pour signaler le bon enregistrement de vos données personnelles en mémoire.

Conseils d'utilisation

Pour que cet appareil vous donne entière satisfaction, il est indispensable de l'utiliser dans les conditions suivantes :

- **La mesure corporelle doit toujours être effectuée dans les mêmes conditions, de préférence une fois par semaine au réveil** (pour ne pas prendre en compte les fluctuations de poids en cours de journée liées à l'alimentation, la digestion ou l'activité physique de l'individu), et **1/4 d'heure après le lever**, de manière à ce que l'eau contenue dans votre corps se soit répartie dans les membres inférieurs.
 - Ne pas se mesurer après un effort physique. **Attendre 6 ou 8 heures** pour effectuer une mesure significative ou se mesurer avant l'effort.
 - **La mesure doit être effectuée IMPERATIVEMENT les pieds nus** (contact direct avec la peau). Les pieds nus doivent être secs et bien positionnés sur les électrodes.
 - **Il est important de vérifier qu'il n'existe aucun contact :**
 - entre les jambes (cuisses, genoux, mollets) et entre les pieds.
- Au besoin, glisser une feuille de papier entre les 2 jambes.

Modification des caractéristiques personnelles (l'âge ou la taille des enfants par exemple)

BodySignal est éteint.*

- 1- Appuyez une fois sur ENTER.
- 2- Appuyez sur < ou > pour sélectionner votre mémoire.
- 3- Appuyez sur ENTER pendant 5 secondes jusqu'à ce que le personnage commence à clignoter.
- 4- Le personnage clignote : Si vous souhaitez modifier le sexe, appuyez sur < ou >, puis 1 fois sur ENTER. Sinon appuyez 1 fois sur ENTER.
- 5- L'âge clignote : Si vous souhaitez modifier l'âge, appuyez sur < ou >, puis 1 fois sur ENTER. Sinon appuyez 1 fois sur ENTER.
- 6- La taille clignote : Si vous souhaitez modifier la taille, appuyez sur < ou >, puis 1 fois sur ENTER. Sinon appuyez 1 fois sur ENTER.

Les résultats de votre pesée précédente se réafficheront automatiquement, puis le BodySignal s'éteint.

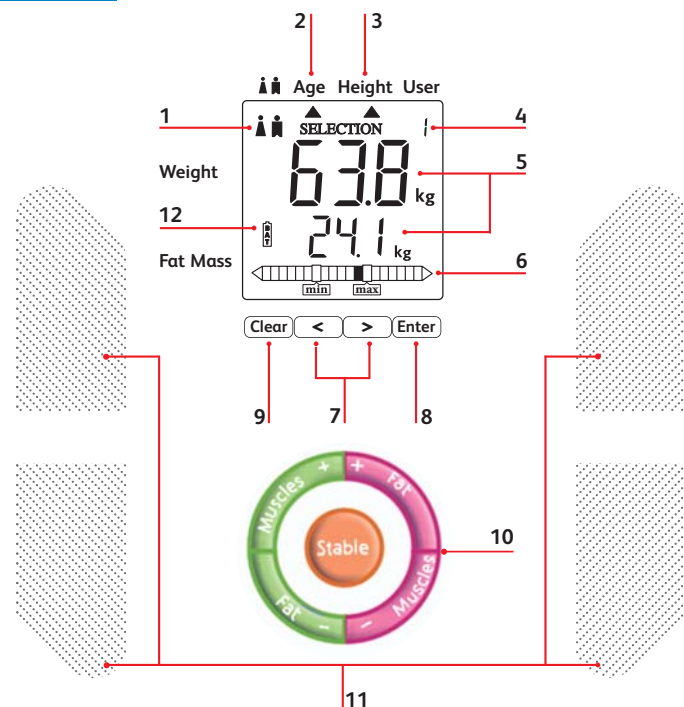
Vider une mémoire

Lorsque le 0 clignote en indication de numéro de mémoire, cela signifie qu'il n'y a plus de mémoire libre. Videz l'une des 4 mémoires et ressaisissez vos paramètres.

BodySignal est éteint.*

- 1- Appuyez 1 fois sur ENTER
- 2- Appuyez sur < ou > pour sélectionner la mémoire.
- 3- Maintenez appuyée la touche CLEAR pendant 5 secondes.
- 4- Clr s'affiche.
- 5- Toutes les données de la mémoire sélectionnée sont alors effacées.
- 6- Laissez l'appareil s'éteindre avant de vous peser de nouveau.

* Le BodySignal Glass a besoin d'être activé pour accéder à cette fonction. Pour cela, montez sur le plateau, attendez l'affichage complet de vos données personnelles avant de redescendre et d'appuyer sur CLEAR puis de poursuivre les manipulations à partir du point 2.



De verschillende tekeningen zijn uitsluitend bedoeld ter illustratie van de kenmerken van de BodySignal en BodySignal Glass en zijn geen exacte weergave van de werkelijkheid.

De Firma TEFAL SAS behoudt het recht voor op elk moment, in het belang van de consument, de kenmerken of de onderdelen van het product te wijzigen.

Beschrijving

1. Keuze Man / Vrouw.
2. Aanduiding van de leeftijd.
3. Aanduiding van de lengte in cm.
4. Weergave identificatienummers van 4 personen.
5. Weergave van verschillende waarden: gewicht en vetmassa in kg.
6. Grafische weergave van de waarde van de vetmassa en de aanbevolen minimum en maximum grens.
7. Selectie- en scrolltoets.
8. Bevestigingstoets bij het invoeren van de persoonlijke kenmerken.
9. Toets voor het annuleren van de laatst ingevoerde persoonlijke kenmerken.
10. VISIO CONTROL: lampje dat de ontwikkeling van de lichaamssamenstelling van de persoon aangeeft.
11. Elektroden voor het plaatsen van de voeten.
12. Indicator lege batterijen.

Een nieuwe benadering van het gewicht

Vanaf de prille kindertijd is het gewicht van iemand bepalend voor zijn lichamelijke fitheid, zijn sportprestaties en het gevoel of hij/zij wel of niet "lekker in zijn vel zit". Het is echter niet mogelijk op efficiënte wijze het gewicht in de loop der tijd onder controle te houden wanneer men geen rekening houdt met de lichaamssamenstelling (water, spieren, botten en vetmassa).

De spieren en de vetmassa, die het gewicht voor het grootste deel bepalen, zijn onmisbaar voor het leven, met een evenwichtige verdeling die varieert aan de hand van het geslacht, de leeftijd en de lengte.

- Onze spieren stellen ons in staat lichamelijke activiteiten uit te oefenen, voorwerpen op te tillen en ons moeiteloos te verplaatsen. Hoe groter de spiermassa, hoe meer energie gebruikt wordt en hoe beter het gewicht onder controle gehouden kan worden.

- De vetmassa dient als isolatie, bescherming en energievoorraad.

Deze massa slaat overtollige energie op als u meer eet dan u verbruikt.

Lichamelijke oefening remt deze massa af, inactiviteit laat hem toenemen. In grote hoeveelheden wordt deze massa gevaarlijk voor de gezondheid (hart- en vaatrisico's, cholesterol, enz.).

Duurzaam afvallen

In het kader van een dieet helpt BodySignal u bij de controle van uw vetmassa en zorgt tegelijkertijd voor het in stand houden van uw spiermassa. Een slecht dieet kan namelijk tot afname van de spieren leiden. En het zijn juist de spieren die energie verbruiken.

Wanneer men spieren verliest, worden er minder calorieën verbrand en slaat het lichaam het vet op. Er is derhalve geen duurzaam verlies van de vetmassa mogelijk zonder de spiermassa in stand te houden. Met BodySignal kunt u uw dieet sturen en uw lichamelijke evenwicht in de tijd beheersen.

De groei in de gaten houden en overgewicht vanaf de kindertijd voorkomen

BodySignal is een efficiënt middel om reeds bij kleine kinderen gewichtsproblemen te ontdekken.

De groeiperiode is namelijk het moment waarop de parameters van het menselijk lichaam het meeste verandert en het is vaak moeilijk problemen te constateren... Welnu, een neiging tot overgewicht, bijvoorbeeld, kan veel efficiënter behandeld worden als het probleem op tijd ontdekt wordt... waardoor overgewicht op volwassen leeftijd vermeden wordt.

BodySignal is ontworpen om de lichaamssamenstelling vanaf 6 jaar in de gaten te houden.

Meetprincipe

Wanneer u met blote voeten op het met elektroden voorziene weegplateau gaat staan, wordt er door de elektroden een elektrisch stroompje met zeer lage intensiteit in uw lichaam doorgegeven. Deze stroom, die tussen de voeten wordt doorgegeven, ontmoet een "hindernis" zodra hij vet tegenkomt. **Deze lichaamsweerstand, Bio-elektrische Impedantie genoemd**, varieert aan de hand van het geslacht, de leeftijd en de lengte van de gebruiker en maakt het mogelijk de vetmassa en zijn grenzen te bepalen. Dit apparaat is absoluut ongevaarlijk aangezien hij met zwakstroom werkt (4 batterijen van 1,5 V). In de volgende gevallen is er echter het risico van een verkeerde meting:

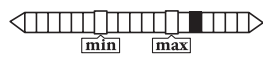
- Personen met koorts.
- Kinderen onder de 6 jaar (dit apparaat is niet geijkt voor kinderen onder deze leeftijd).
- Zwangere vrouwen (echter geen enkel risico).
- Personen onder dialyse, die oedemen in de benen hebben of die aan dysmorphie lijden.

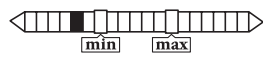
Let op! Het gebruik van dit apparaat is niet toegestaan voor personen met een pacemaker of ander elektronisch medisch materiaal, in verband met storingen die verband houden met de elektrische stroom.

De functies van BODY SIGNAL

BodySignal zorgt voor een persoonlijke controle:

- Hij meet en meldt:
 - Uw gewicht in kg
 - De vetmassa in kg die in uw lichaam aanwezig is.
 Hij geeft dit resultaat aan op een grafiek aan de hand van uw min. en max. grens (berekend aan de hand van uw geslacht, leeftijd en lengte).
 Het doel is er voor te zorgen dat u zich binnen deze grenzen bevindt.

 U heeft teveel vetmassa.
Wijzig uw eetgewoontes en doe aan meer lichaamsbeweging.

 Uw vetmassa bevindt zich onder de ondergrens.
Het is misschien verstandig uw vetmassa te verhogen, want deze vormt een energievoorraad voor uw lichaam.

- Hiermee wordt de ware ontwikkeling van uw gewicht in vet- of spiermassa aangegeven aan de hand van het lampje "VISIO CONTROL".



Bij iedere meting slaat het apparaat uw lichaamssamenstelling op en leert hij uw natuurlijke verschillen kennen, die het gevolg zijn van uw dagelijkse activiteiten (voeding, hydratatie, levensritme...). Deze "onbeduidende" gewichtsverschillen wijzigen in geen geval uw lichaamssamenstelling.

BodySignal sluit deze verschillen uit en waarschuwt u alleen wanneer er werkelijk een verandering in uw vet- of spiermassa optreedt (bijvoorbeeld tijdens een dieet).

Uw gewicht of lichaamssamenstelling kan namelijk lichte verschillen vertonen zonder dat u gewaarschuwd moet worden.

- Deze personenweegschaal slaat in zijn geheugen uw persoonlijke kenmerken op (geslacht, leeftijd, lengte) en herkent u automatisch bij de volgende weging.
- Hij is in staat max. 4 verschillende gebruikers te herkennen, inclusief kinderen vanaf 6 jaar.

Het interpreteren van VISIO CONTROL

Gewichtsverlies of -toename kan als positief of negatief beschouwd worden:

U kunt namelijk afvallen door vetmassa te verliezen en dit is een positieve ontwikkeling van uw gewicht. Maar u kunt ook afvallen door spieren te verliezen, wat een negatieve ontwikkeling van uw gewicht is. U kunt ook aankomen door uw vetmassa te verhogen, wat een negatieve ontwikkeling is, maar u kunt ook aankomen door aan spieren te winnen, wat een positieve ontwikkeling is.

Indien uw gewicht niet varieert of de verschillen niet aanzienlijk zijn, wordt uw ontwikkeling als stabiel beschouwd.

• Gewichtsverlies:

ofwel  afname van de vetmassa
VISIO CONTROL is groen

➔ Uw voeding en/of uw lichaamsbeweging hebben een gunstige invloed op uw lichaamssamenstelling.

ofwel  afname van de spieren
VISIO CONTROL is roze

➔ Wijzig uw voeding, geef de voorkeur aan langzame suikers en doe aan sport.

• Gewichtstoename:

ofwel  toename van de spieren
VISIO CONTROL is groen

➔ Uw lichaamsbeweging heeft een goede invloed op uw lichaamssamenstelling.

ofwel  toename van de vetmassa.
VISIO CONTROL is roze

➔ Wijzig uw voeding, die waarschijnlijk onevenwichtig is, geef de voorkeur aan groenten, fruit en eet minder suiker en vet en, waarom niet, ga meer aan sport doen.

• Stabieleit:

ofwel  stabiel
VISIO CONTROL is oranje

➔ Uw lichaamssamenstelling blijft stabiel. Indien u invloed wilt uitoefenen op uw lichaamssamenstelling, raadpleeg dan de aanwijzingen hierboven.



NB: VISIO CONTROL verlicht in zijn geheel tijdens het plaatsen van de batterijen en na uw eerste weging om aan te geven dat uw persoonlijke gegevens goed in het geheugen zijn opgeslagen.

Gebruiksadviezen

Om volledig tevreden te zijn over het apparaat, dient u het in de volgende omstandigheden te gebruiken:

- **Het meten moet altijd in dezelfde omstandigheden gebeuren, bij voorkeur eenmaal per week, na het opstaan** (zodat de dagelijkse gewichtsverschillen veroorzaakt door voeding, spijsvertering of lichaamsbeweging van de persoon geen invloed hebben), en een kwartier na het opstaan, zodat het water in het lichaam zich verdeelt over de onderste ledematen.
- Weeg u niet na lichamelijke inspanning. **Wacht 6 tot 8 uur** om een belangrijke meting te doen of meet u voor de inspanning.
- **De meting moet ABSOLUUT met blote voeten gebeuren** (direct contact met de huid). De blote voeten moeten droog zijn en correct op de elektroden staan.
- **Het is belangrijk om te controleren of er geen enkel contact bestaat:**
 - tussen de benen (dijbenen, knieën, kuiten), en de voeten.
 - Hiervoor kunt u eventueel een vel papier tussen de benen plaatsen.

Wijziging van de persoonlijke kenmerken (bijvoorbeeld de leeftijd of de lengte van kinderen)

BodySignal is uit.*

- 1- Druk één keer op ENTER.
- 2- Druk op < of > om uw geheugen te kiezen.
- 3- Druk 5 seconden lang op ENTER totdat het figuurtje begint te knippen.
- 4- Het figuurtje knippert: Als u het geslacht wilt wijzigen, druk dan op < of > en vervolgens eenmaal op ENTER. Druk anders eenmaal op ENTER.
- 5- De leeftijd knippert: Als u de leeftijd wilt wijzigen, druk dan op < of > en vervolgens eenmaal op ENTER. Druk anders eenmaal op ENTER.
- 6- De lengte knippert: Als u de lengte wilt wijzigen, druk dan op < of > en vervolgens eenmaal op ENTER. Druk anders eenmaal op ENTER.

De resultaten van uw vorige weging wordt opnieuw automatisch weergegeven en de BodySignal schakelt vervolgens uit

Een geheugen wissen

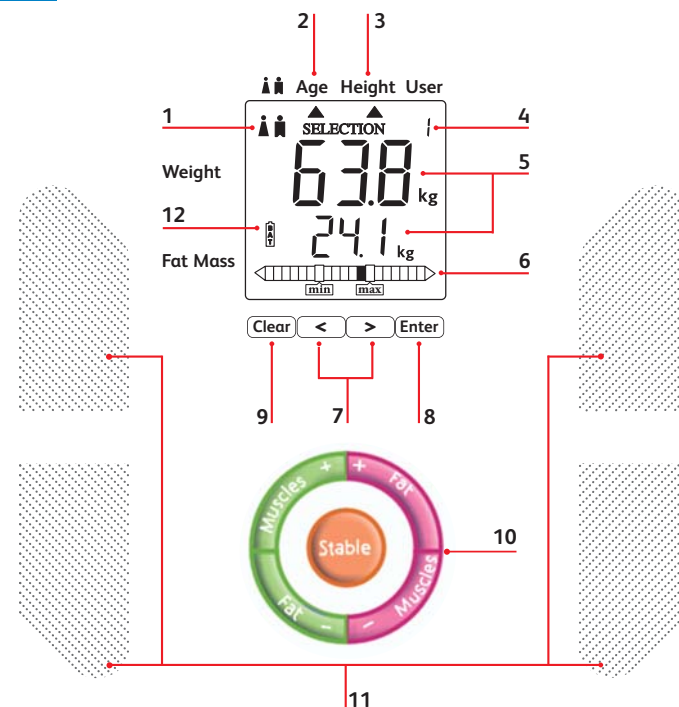
Wanneer de 0 knippert bij weergave van een geheugennummer, betekent dit dat het geheugen vol is. Wis één van de 4 geheugens en voer opnieuw uw gegevens in.

BodySignal is uit.*

- 1- Druk één keer op ENTER
- 2- Druk op < of > om het geheugen te kiezen.
- 3- Houd de toets CLEAR 5 seconden ingedrukt.
- 4- Clr wordt weergegeven.
- 5- Alle gegevens van het geselecteerde geheugen worden op deze manier gewist.
- 6- Laat het apparaat uitgaan voordat u zich opnieuw weegt.

* De BodySignal Glass moet opnieuw ingeschakeld worden voor toegang tot deze functie. Ga hiervoor op het weegplateau staan, wacht tot al uw persoonlijke gegevens worden weergegeven voordat u er weer vanaf stapt en op CLEAR drukt en ga vervolgens verder met de handelingen vanaf punt 2.

Ihr Gerät



Die verschiedenen Zeichnungen sind nur zur Illustration der Eigenschaften des BodySignal und des BodySignal Glass bestimmt und entsprechen nicht genau der Realität.

Die Firma TEFAL SAS behält sich das Recht vor, jederzeit Eigenschaften oder Bestandteile des Produkts zu Gunsten des Benutzers zu verändern.

Beschreibung

1. Wahl Mann/Frau.
2. Angabe des Alters.
3. Angabe der Größe in cm.
4. Anzeige der Identifikationsnummern 4 verschiedener Personen.
5. Anzeige der verschiedenen Werte: Gewicht und Fettmasse in kg.
6. Graphische Darstellung des Werts der Fettmasse und der empfohlenen Minimum und Maximum Grenzwerte.
7. Auswahl- und Bildrolltasten.
8. Bestätigungstaste für die Eingabe der persönlichen Daten.
9. Löschtaste für die letzte Eingabe der persönlichen Daten.
10. VISIO CONTROL: Leuchtanzeige für die Entwicklung der körperlichen Zusammenstellung der Person.
11. Elektroden, auf die die Füße gestellt werden.
12. Batterieverbrauchsanzeiger.

Eine neue Art, mit seinem Gewicht umzugehen

Das Gewicht eines Menschen ist von Kindheit an ausschlaggebend für seine körperliche Verfassung, seine sportlichen Leistungen und dafür, ob er "sich in seinem Körper wohl fühlt".

Er kann sein Gewicht im Laufe der Zeit jedoch nicht in den Griff bekommen, wenn er seine körperliche Zusammenstellung (Wasser, Muskelmasse, Knochen und Fettmasse) nicht kennt.

Die Muskel- und die Fettmasse machen den größten Teil des Gewichts aus.

Sie müssen je nach Geschlecht, Alter und Größe ausgewogen verteilt sein.

- Die Muskelmasse dient zur Ausführung körperlicher Leistungen wie dem Hochheben von Gegenständen und der mühelosen Fortbewegung. Je mehr Muskelmasse vorhanden ist, desto höher ist der Energieverbrauch. Deshalb kann sie zur Gewichtskontrolle dienen.

- Die Fettmasse dient als Isolierstoff, Schutz und Energiereserve.

Sie ist inert und speichert die überschüssige Energie, wenn Sie mehr essen, als Sie verbrauchen.

Körperliche Bewegung bremst sie, Inaktivität erhöht sie. In großer Menge wird sie gesundheitsgefährlich (Herzgefäß-Risiken, Cholesterin, ...).

Dauerhaft abnehmen

Mit dem BodySignal können Sie den Verlust an Fettmasse und die gleichzeitige Aufrechterhaltung der Magermasse überwachen. Schlecht zusammengestellte Diäten können nämlich zu einem Verlust an Muskelmasse führen. Die Muskeln verbrauchen jedoch Energie.

Wenn die Muskelmasse zurückgeht, werden weniger Kalorien verbrannt und der Körper legt Fettreserven an.

Es gibt deshalb keine dauerhafte Abnahme der Fettmasse ohne gleichzeitige Beibehaltung der Magermasse. Der BodySignal ermöglicht Ihnen, Ihre Diät durchzuhalten und dabei langfristig eine ausgewogene körperliche Zusammenstellung beizubehalten.

Überwachung des Wachstums und eventuellen beginnenden Übergewichts von Kindheit an

Der BodySignal ist ein wirksames Mittel, um Gewichtsprobleme schon im Kindesalter zu entdecken.

In der Zeit des Wachstums verändern sich die Parameter des menschlichen Körpers ständig und es ist oft schwierig, eventuelle Probleme rechtzeitig zu entdecken... Je eher eine Neigung zu Übergewicht entdeckt wird, desto wirksamer lässt sie sich behandeln... was dem Kind Übergewicht im Erwachsenenalter erspart. Mit dem BodySignal kann die körperliche Zusammenstellung von Kindern ab 6 Jahren überwacht werden.

Messprinzip

Wenn Sie barfuss auf die mit Elektroden bestückte Wiegefläche steigen, wird Strom sehr schwacher Intensität in Ihren Körper geleitet.

Dieser Strom, der von einem Fuß zum anderen abgegeben wird, trifft auf ein Hindernis, sobald er Fettmassen durchlaufen muss.

Dieser Widerstand des Körpers gegen das Durchlaufen des Stroms wird als bio-elektrische Impedanz bezeichnet. Sie ist je nach Geschlecht, Alter und Größe des Benutzers verschieden und ermöglicht es somit, die Fettmasse und ihre jeweiligen Grenzwerte zu ermitteln.

Dieses Gerät stellt **absolut keine Gefahr** dar, da das Gerät mit Schwachstrom (4vier 1,5 V Batterien) betrieben wird.

Die Messung kann in den folgenden Fällen verfälscht werden:

- Personen mit Fieber.
- Kinder unter 6 Jahren (das Gerät ist nicht für Messungen an Kindern unter diesem Alter eingerichtet).
- Schwangere Frauen (jedoch ohne Gefahr).
- Personen unter Dialyse, Personen mit Ödemen an den Beinen und Personen, die unter Dismorphie leiden.

Achtung, das Gerät darf nicht von Trägern von Herzschrittmachern oder von anderen medizinischen elektronischen Geräten benutzt werden, da das Gerät die Leitung des elektrischen Stroms stören kann.

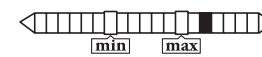
Die Funktionen von BODY SIGNAL

BodySignal kontrolliert die für das Gleichgewicht Ihres Körpers wesentlichen Elemente:

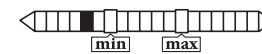
- Er misst und zeigt an:
 - das Gewicht in kg
 - die in Ihrem Körper enthaltene Fettmasse in kg.

Das Ergebnis wird in Form einer graphischen Darstellung angezeigt, auf der sich auch Ihre nach Geschlecht, Alter und Größe berechneten minimalen und maximalen Grenzwerte ablesen lassen.

Ihre Markierungen sollten innerhalb der Grenzwerte liegen.



Sie haben Übergewicht. Ändern Sie Ihre Essgewohnheiten und üben Sie eine körperliche Aktivität aus



Ihre Fettmasse liegt unter dem minimalen Grenzwert. Sie sollten Ihre Fettmasse erhöhen, da diese eine Energiereserve für den Körper darstellt.

- Die Entwicklung Ihres Gewichts in Fettmasse und Muskelmasse wird mit der VISIO CONTROL Leuchtanzeige angezeigt.



Das Gerät speichert Ihre körperliche Zusammensetzung und Ihre auf Ihre Lebensweise zurückzuführenden Gewichtsschwankungen (Ernährung, Wasseraufnahme, Lebensrhythmus...). Diese Gewichtsschwankungen sind ohne Bedeutung und verändern in keinem Fall Ihre körperliche Zusammensetzung.

BodySignal bezieht diese Gewichtsschwankungen nicht in seine Berechnungen ein und schlägt nur an, wenn eine echte Veränderung Ihrer Fett- oder Muskelmasse vorliegt (beispielsweise bei einer Diät).

Ihr Gewicht und Ihre körperliche Zusammensetzung können leicht schwanken, ohne dass es nötig ist, Sie davon in Kenntnis zu setzen.

- Diese Personenwaage speichert Ihre persönlichen Daten (Geschlecht, Alter, Größe) und **erkennt Sie beim nächsten Wiegen automatisch wieder.**
- Sie erkennt bis zu **4 verschiedene Benutzer** einschließlich **Kinder ab 6 Jahren.**

Auswertung der VISIO CONTROL Ergebnisse

Gewichtsverlust und Gewichtszunahme können positiv oder negativ gewertet werden:

Sie können abnehmen und dabei Fettmasse verlieren, was als eine positive Entwicklung des Gewichts gewertet wird. Aber Sie können auch abnehmen und dabei Muskelmasse verlieren, was eine negative Entwicklung des Gewichts darstellt. Sie können zunehmen und dabei Fettmasse zulegen, was als eine negative Entwicklung gewertet wird oder aber zunehmen und dabei Muskelmasse zulegen, was eine positive Entwicklung des Gewichts darstellt.

Wenn sich Ihr Gewicht nicht verändert oder wenn die Schwankungen unbedeutend sind, wird Ihre Entwicklung als stabil gewertet.

• Gewichtsverlust:



VISIO CONTROL die Farbe Grün an



Ihre Ernährung und/oder Ihre sportliche Aktivität haben einen positiven Einfluss auf Ihre körperliche Zusammensetzung.



VISIO CONTROL die Farbe Rosa an



Ändern Sie Ihre Ernährungsweise und nehmen Sie mehr langsame Zucker zu sich. Nehmen Sie eine sportliche Aktivität auf.

• Gewichtszunahme:



VISIO CONTROL die Farbe Grün an



Ihre sportliche Aktivität hat einen positiven Einfluss auf Ihre körperliche Zusammensetzung.



VISIO CONTROL die Farbe Rosa an



Ändern Sie Ihre Ernährungsweise, die wohl unausgewogen ist. Nehmen Sie mehr Gemüse und Obst und weniger Zucker und Fett zu sich. Eine sportliche Aktivität wäre empfehlenswert.

• Stabilität:



VISIO CONTROL die Farbe Orange an



Ihre körperliche Zusammensetzung verändert sich nicht. Wenn Sie Ihre körperliche Zusammensetzung verändern wollen, halten Sie sich an die zuvor aufgeführten Ratschläge.



Anmerkung: VISIO CONTROL leuchtet beim Einlegen der Batterien und nach dem ersten Wiegen auf, um die korrekte Speicherung Ihrer persönlichen Daten anzuzeigen.

Anwendungshinweise

Damit Sie das Gerät hundertprozentig zufrieden stellt, müssen folgende Bedingungen unbedingt eingehalten werden:

- Die Messung muss stets unter gleich bleibenden Bedingungen durchgeführt werden, und zwar vorzugsweise ein Mal in der Woche nach dem Aufwachen (um mit der Ernährung, der Verdauung oder der physischen Aktivität der Person zusammenhängende Gewichtsschwankungen im Tagesverlauf nicht mit einzubeziehen) und eine Viertelstunde nach dem Aufstehen, damit sich das im Körper befindliche Wasser in den Beinen verteilt.
- Sich nicht nach einer körperlichen Anstrengung wiegen. 6 oder 8 Stunden abwarten, um eine aussagekräftige Messung zu erhalten oder sich vor der Anstrengung wiegen.
- Die Messung muss UNBEDINGT barfuß vorgenommen werden (direkter Kontakt mit der Haut). Die bloßen Füße müssen trocken sein und vorschriftsmäßig auf die vorgesehenen Markierungen gestellt werden.
- Es ist wichtig zu überprüfen, dass kein Kontakt besteht:
 - zwischen den Beinen (Schenkel, Knie, Waden), zwischen den Füßen.Hierzu gegebenenfalls ein Blatt Papier zwischen die Beine klemmen.

Abänderung der persönlichen Daten (beispielsweise das Alter und die Größe der Kinder)

BodySignal ist ausgeschaltet.*

- 1- Ein Mal auf ENTER drücken.
- 2- Auf < oder > drücken, um den gewünschten Speicher auszuwählen.
- 3- Die Taste ENTER 5 Sekunden lang gedrückt halten, bis die Figur zu blinken beginnt.
- 4- Die Figur blinkt: Zur Änderung des Geschlechts auf < oder >, dann 1 Mal auf ENTER drücken. Andernfalls nur 1 Mal auf ENTER drücken.
- 5- Das Alter blinkt: Zur Änderung des Alters auf < oder >, dann 1 Mal auf ENTER drücken. Andernfalls nur 1 Mal auf ENTER drücken.
- 6- Die Größe blinkt: Zur Änderung der Größe auf < oder >, dann 1 Mal auf ENTER drücken. Andernfalls nur 1 Mal auf ENTER drücken.

Die Ergebnisse Ihres vorangehenden Wiegevorgangs werden automatisch angezeigt. Anschließend schaltet sich der BodySignal aus.

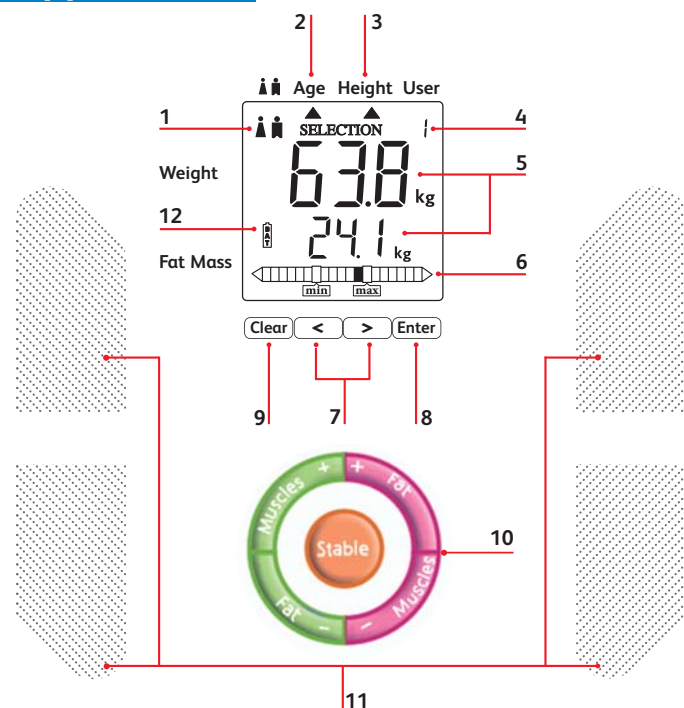
Vider une mémoire

Wenn zur Anzeige der Speichernummer die 0 aufblinkt, bedeutet das, dass kein Speicherplatz mehr frei ist. Löschen Sie einen der 4 Speicherplätze und geben Sie Ihre Parameter erneut ein.

BodySignal ist ausgeschaltet.*

- 1- Mal auf ENTER drücken.
- 2- Auf < oder > drücken, um den gewünschten Speicher auszuwählen.
- 3- Die Taste CLEAR 5 Sekunden lang gedrückt halten.
- 4- Clr wird angezeigt.
- 5- Alle Daten des gewählten Speichers werden gelöscht.
- 6- Warten Sie ab, bis sich das Gerät ausgeschaltet hat, bevor Sie sich erneut wiegen.

* Der BodySignal Glass muss aktiviert werden, bevor diese Funktion benutzt werden kann. Steigen Sie dazu auf die Wiegefläche, warten Sie, bis alle Ihre persönlichen Daten angezeigt werden und steigen Sie wieder von der Wiegefläche herunter. Drücken Sie auf CLEAR und folgen Sie den Anweisungen ab Punkt 2.



Le diverse figure sono destinate unicamente ad illustrare le caratteristiche di BodySignal e BodySignal Glass e non rappresentano strettamente la realtà.

La ditta TEFAL SAS si riserva il diritto di modificare ad ogni momento, nett'interesse del consumatore, le caratteristiche o componenti del prodotto.

Descrizione

1. Selezione Uomo / Donna.
2. Indicazione dell'età.
3. Indicazione dell'altezza in cm.
4. Visualizzazione dei numeri identificativi delle 4 persone.
5. Visualizzazione dei diversi valori: peso e massa grassa in kg.
6. Rappresentazione grafica del valore della massa grassa e dei livelli minimi e massimi raccomandati.
7. Pulsanti di selezione e di scorrimento.
8. Pulsante di convalida per l'inserimento dei dati personali.
9. Pulsante di annullamento dell'ultimo inserimento dei dati personali.
10. VISIO CONTROL: indicatore luminoso dell'evoluzione della composizione corporea della persona.
11. Elettrodi per il posizionamento dei piedi.
12. Indicatore di consumo delle pile.

Un nuovo approccio al peso corporeo

Fin dalla prima infanzia il peso di un individuo è un elemento determinante per la forma fisica, le prestazioni sportive e per imparare a stare bene nel proprio corpo. Tuttavia non si è in grado di controllare efficacemente il proprio peso nel tempo se non se ne conosce la composizione corporea (acqua, muscoli, ossa e massa grassa).

I muscoli e la massa grassa, i due elementi principali che determinano il peso, sono indispensabili per noi e dovrebbero essere distribuiti in modo equilibrato, a seconda del sesso, dell'età e dell'altezza.

- Avere dei muscoli consente di praticare attività fisica, sollevare degli oggetti, essere in grado di spostarsi senza fatica. Maggiore è la massa muscolare, maggiore è il consumo energetico e il relativo controllo del peso.
- La massa grassa svolge diverse funzioni: isolante, protettiva e di riserva energetica. Essendo inerte, tende a immagazzinare l'energia eccedente se si mangia più di quanto si consuma. L'esercizio fisico ne rallenta la comparsa, l'inattività la fa aumentare. In quantità importante, diventa pericolosa per la salute (rischi cardiovascolari, colesterolo...).

Dimagrire e mantenere i risultati

Nell'ambito di una dieta, BodySignal vi aiuta a controllare la perdita della massa grassa mantenendo nel contempo il controllo della massa muscolare. Infatti, una dieta non appropriata può provocare una perdita eccessiva della massa muscolare. Ma sono proprio i muscoli che consumano energia.

Se si comincia a perdere massa muscolare, si bruciano meno calorie e di conseguenza il corpo accumula grasso. Non esiste quindi una perdita durevole della massa grassa senza un mantenimento della massa muscolare. BodySignal vi permette di seguire la vostra dieta e di controllare nel tempo l'equilibrio corporeo.

Monitorare la crescita e prevenire l'obesità fin dall'infanzia

BodySignal è un mezzo efficace per individuare, fin dalla prima infanzia, i problemi di peso. Infatti, l'età della crescita è il periodo in cui i parametri del corpo umano cambiano maggiormente ed è spesso difficile scoprire un'anomalia... Una tendenza all'obesità, ad esempio, sarà trattata tanto più efficacemente quanto prima verrà diagnosticata, evitando al bambino un sovrappeso in età adulta. BodySignal è progettato per il controllo della composizione corporea a partire dai 6 anni.

Principio di misurazione

Quando salite sul piatto a piedi nudi gli elettrodi trasmettono al corpo una corrente elettrica di bassissima intensità.

La corrente, trasmessa da un piede all'altro, incontra delle difficoltà quando deve attraversare il grasso. Questa resistenza del corpo, chiamata impedenza bioelettrica, varia in funzione del sesso, dell'età, dell'altezza della persona e consente di determinare la massa grassa e i suoi livelli.

Questo apparecchio non presenta **alcun pericolo** in quanto funziona con una corrente debole (4 pile da 1,5 V). Tuttavia, c'è il rischio di una misurazione falsata in caso di:

- persone con febbre;
- bambini di età inferiore ai 6 anni (apparecchio non calibrato al di sotto di questa età);
- donne in gravidanza (comunque nessun pericolo);
- persone sotto dialisi, persone affette da edemi agli arti, persone colpite da dismorfia.

Attenzione: l'utilizzo di questo apparecchio è vietato ai portatori di pacemaker o altro materiale elettronico medico per il rischio di interferenze legate alla corrente elettrica.

Le funzioni di BODY SIGNAL

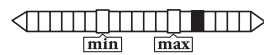
BodySignal assicura un follow-up personalizzato.

- Misura e visualizza:

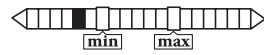
- il vostro peso in kg;
- la vostra massa grassa in kg presente nel corpo.

L'apparecchio visualizza il risultato su un grafico in funzione dei vostri livelli minimi e massimi (calcolati in base a sesso, età e altezza).

L'obiettivo è assicurarsi che il vostro valore si trovi all'interno di questi limiti.



Avete un sovraccarico di massa grassa. Cambiate le vostre abitudini alimentari e praticate attività fisica.



La vostra massa grassa è sotto il limite inferiore. Sarebbe opportuno aumentare la vostra massa grassa in quanto costituisce la riserva energetica del corpo.

- Indica la reale evoluzione del vostro peso in massa grassa o muscolare grazie all'indicatore luminoso "VISIO CONTROL".



Man mano che vi pesate, l'apparecchio memorizza le composizioni corporee e impara a conoscere le vostre variazioni naturali legate alla vita quotidiana (alimentazione, idratazione, ritmo di vita...). Le variazioni di peso "non significative" non modificano in alcun modo la vostra composizione corporea.

BodySignal elimina queste variazioni e vi mette in guardia solo se avviene un reale cambiamento della vostra massa grassa o muscolare (durante una dieta ad esempio).

Così il vostro peso o la vostra composizione corporea possono variare leggermente senza che sia necessario allarmarvi.

- Questa bilancia pesapersona tiene in memoria i vostri dati personali (sesso, età, altezza) e **vi riconosce automaticamente** alla pesata successiva.
- È in **grado di identificare 4 persone differenti**, compresi i **bambini a partire dai 6 anni**.

Interpretazione di VISIO CONTROL

La perdita o l'aumento di peso possono essere considerati positivi o negativi.

Infatti potete perdere peso perdendo massa grassa e questo rappresenta un'evoluzione positiva del vostro peso. Ma potete anche perdere peso perdendo massa muscolare e questo rappresenta un'evoluzione negativa. Potete altresì prendere peso aumentando la massa grassa e questo rappresenta un'evoluzione negativa, ma potete anche prendere peso aumentando la massa muscolare e questo rappresenta un'evoluzione positiva.

Se il vostro peso non cambia o se le variazioni non sono significative la vostra evoluzione è considerata stabile.

- **Perdita di peso:**

con perdita di massa grassa
VISIO CONTROL è verde

➡ La vostra dieta e/o l'attività fisica agiscono in modo benefico sulla vostra composizione corporea.

con perdita in massa muscolare
VISIO CONTROL è rosa

➡ Modificate la vostra alimentazione favorendo gli zuccheri lenti e un'attività sportiva.

- **Aumento di peso:**

con aumento della massa muscolare.
VISIO CONTROL è verde

➡ L'attività fisica agisce in modo benefico sulla vostra composizione corporea

con aumento di massa grassa
VISIO CONTROL è rosa

➡ Modificate la vostra alimentazione, probabilmente non equilibrata, favorendo la verdura, la frutta, diminuite il consumo di zuccheri e di grassi e perché no praticate un'attività fisica

- **Stabilità:**

se stabile
VISIO CONTROL è arancione

➡ La vostra composizione corporea è stabile. Se desiderate agire sulla vostra composizione corporea, seguite le indicazioni precedenti.



N.B.: VISIO CONTROL si accende completamente quando inserite le pile e dopo la vostra prima pesata per indicare la corretta memorizzazione dei dati personali.

Consigli d'utilizzo

Affinché questo apparecchio possa conquistarvi, è necessario utilizzarlo nelle **seguenti condizioni**:

- **la misura corporea deve sempre essere effettuata nelle stesse condizioni, di preferenza una volta alla settimana al risveglio** (per non tener conto delle variazioni di peso durante la giornata legate all'alimentazione, alla digestione o all'attività fisica dell'individuo), e **1/4 d'ora dopo essersi alzati**, in modo che l'acqua contenuta nel vostro corpo si sia distribuita anche negli arti inferiori.
- Non pesarsi dopo uno sforzo fisic. **Aspettare 6 o 8 ore** per effettuare una pesata significativa o pesarsi prima dello sforzo.
- **La pesata deve essere effettuata OBBLIGATORIAMENTE a piedi nudi** (contatto diretto con la pelle). I piedi devono essere asciutti e posizionati correttamente sugli elettrodi.
- **È importante verificare che non ci sia alcun contatto:**
 - tra le gambe (cosce, ginocchia, polpacci) e tra i piedi.
 - Inserire se necessario un foglio di carta tra le gambe.

Modifica dei dati personali (età o altezza dei bambini ad esempio)

BodySignal è spento.*

- 1- Premete una volta su ENTER.
- 2- Premete su < o > per selezionare la memoria.
- 3- Premete su ENTER per 5 secondi fino a quando il tasto Uomo / Donna lampeggia.
- 4- Il tasto Uomo / Donna lampeggia: se desiderate modificare il sesso, premete su < o >, quindi una volta su ENTER. Altrimenti premete una volta su ENTER.
- 5- L'età lampeggia: se desiderate modificare l'età, premete su < o >, quindi una volta su ENTER. Altrimenti premete una volta su ENTER.
- 6- L'altezza lampeggia: se desiderate modificare l'altezza, premete su < o >, quindi una volta su ENTER. Altrimenti premete una volta su ENTER.

I risultati della precedente pesata verranno visualizzati automaticamente, quindi BodySignal si spegne.

Svuotare una memoria

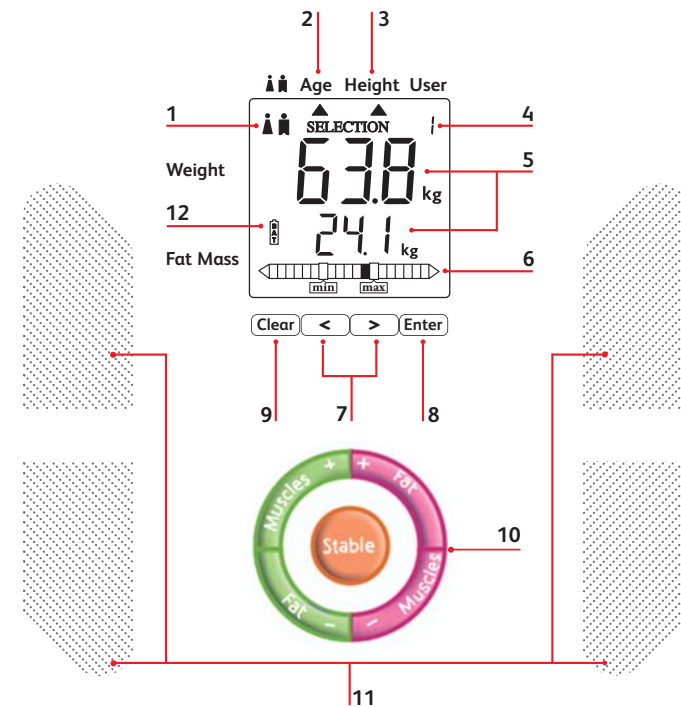
Quando lo 0 lampeggia come indicatore di numero di memoria significa che non ci sono più memorie libere. Svuotate una delle 4 memorie e inserite nuovamente i vostri parametri

BodySignal è spento.*

- 1- Premete una volta su ENTER
- 2- Premete su < o > per selezionare la memoria.
- 3- Tenete premuto il tasto CLEAR per 5 secondi.
- 4- Compare il simbolo Clr.
- 5- Tutti i dati della memoria selezionata vengono quindi cancellati.
- 6- Lasciate spegnere l'apparecchio prima di pesarvi successivamente.

* Il BodySignal Glass deve essere attivato per accedere a questa funzione. Quindi salite sul piatto, aspettate che tutti i vostri dati appaiano sul display prima di scendere e premete su CLEAR per poi continuare le operazioni a partire dal punto 2

Su báscula



Los diferentes dibujos están destinados únicamente a ilustrar las características de las básculas BodySignal y BodySignal Glass y no son el reflejo estricto de la realidad.

La Empresa TEFAL SAS se reserva el derecho de modificar en cualquier momento y dentro del interés del consumidor, las características o componentes del producto.

Descripción

1. Selección Hombre / Mujer.
2. Indicación de la edad.
3. Indicación de la estatura en cm.
4. Visualización de los números de identificación de las 4 personas.
5. Visualización de los diferentes valores: peso y masa grasa en kg.
6. Representación gráfica del valor de la masa grasa y de los límites mínimo y máximo recomendados.
7. Botones de selección y de lectura secuencial.
8. Botón de validación durante la introducción de las características personales.
9. Botón de anulación de la última introducción de las características personales.
10. VISIO CONTROL: indicador luminoso de la evolución de la composición corporal de la persona.
11. Electrodo que permiten la colocación de los pies.
12. Indicador de desgaste de las pilas.

Un nuevo enfoque del peso

El peso de un individuo, desde la infancia, es un elemento determinante de su forma física, su rendimiento en el terreno deportivo y en la sensación que tendrá de estar o no estar "bien en su cuerpo". No obstante, no puede controlar eficazmente su peso si desconoce su composición corporal (agua, músculos, huesos y materia grasa).

Los músculos y la masa grasa, que componen principalmente el peso, son indispensables para la vida con una distribución equilibrada, que varía según el sexo, la edad y la estatura.

- Poseer músculos permite practicar actividades físicas, levantar objetos, ser capaz de moverse sin esfuerzo. Cuanto más importante es la masa muscular, más energía consume y puede de este modo ayudar a controlar el peso.

- La masa grasa sirve de aislante, de protección y de reserva de energía.

Es inerte y almacena la energía sobrante si usted come más de lo que gasta.

El ejercicio físico la frena y la inactividad la aumenta. En una cantidad importante, se vuelve peligrosa para la salud (riesgos cardiovasculares, colesterol...).

Adelgazar sin volver a ganar peso

Durante la realización de una dieta, la báscula BodySignal le ayuda a controlar la pérdida de masa grasa a la vez que vigila el correcto mantenimiento de su masa muscular. En efecto, una dieta alimenticia inadecuada puede llevar a una pérdida muscular. Ahora bien, son los músculos los que consumen energía. Si se pierde músculo, se queman menos calorías y el cuerpo almacena la grasa. No existe por tanto un mantenimiento en la pérdida de masa grasa si no se mantiene la masa muscular. BodySignal le permite dirigir su dieta y controlar su equilibrio corporal de manera constante.

Supervisar el crecimiento y prevenir la obesidad desde la infancia

BodySignal es un medio eficaz para prevenir, desde la infancia, los problemas de peso.

En efecto, durante el crecimiento es el periodo donde los parámetros del cuerpo humano cambian más, y es a menudo difícil descubrir una desviación... Ahora bien, la tendencia a la obesidad, por ejemplo, se tratará más eficazmente cuanto antes se detecte... evitando al niño un sobrepeso en la edad adulta. BodySignal está diseñada para vigilar la composición corporal desde los 6 años.

Principio de medida

Cuando suba a la plataforma, con los pies desnudos, recibirá una corriente eléctrica de una intensidad muy débil mediante los electrodos.

Esta corriente, transmitida de un pie al otro, encuentra dificultades, cuando tiene que atravesar la grasa. Esta resistencia del cuerpo, llamada impedancia bio-eléctrica, varía en función del sexo, la edad y la estatura del usuario y permite determinar la masa grasa y sus límites.

Este aparato no representa **ningún peligro** puesto que funciona con una corriente débil (4 pilas de 1,5 V).

Sin embargo, existe el riesgo de obtener una medida distorsionada en los siguientes casos:

- Personas que tengan fiebre.

- Niños de menos de 6 años (aparato no contrastado por debajo de esta edad).

- Mujeres embarazadas (no obstante sin peligro).

- Personas sometidas a diálisis, personas que tengan edemas en las piernas o personas que sufran de alguna enfermedad asociada al desarrollo (poliomielitis...).

Atención: este aparato no puede ser utilizado por personas que lleven marcapasos u otro material electrónico médico debido a los riesgos de perturbaciones relacionados con la corriente eléctrica.

Las funciones de BODY SIGNAL

BodySignal asegura un seguimiento personalizado

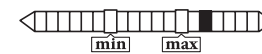
• Mide y visualiza:

- el peso en kg

- la masa grasa en kg que su cuerpo contiene.

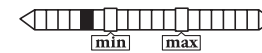
Visualiza este resultado en un gráfico en función de sus límites mínimo y máximo (calculados según su sexo, edad y estatura).

El objetivo es asegurar que sus valores están bien situados dentro de los límites.



Tiene un exceso de masa grasa.

Modifique sus hábitos alimenticios y practique una actividad física.



Su masa grasa no llega al límite inferior.

Debería aumentar su masa grasa, ya que constituye la reserva de energía del cuerpo.

• Indica la auténtica evolución de su peso en masa grasa o muscular gracias al indicador luminoso "VISIO CONTROL".



A medida que va realizando diferentes mediciones de peso, el aparato va memorizando su composición corporal y va aprendiendo a reconocer mejor sus variaciones naturales relacionadas con sus hábitos diarios (alimentación, hidratación, ritmo de vida...). Estas variaciones de peso "no significativas" no modifican en ningún caso su composición corporal.

BodySignal elimina estas variaciones y le advierte únicamente si existe un auténtico cambio de su masa grasa o muscular (durante una dieta por ejemplo).

Así pues, su peso o su composición corporal pueden variar ligeramente sin que sea necesario advertirle.

• Esta báscula guarda en memoria sus características personales (sexo, edad, estatura) y

le reconocerá automáticamente la próxima vez que se pese.

• Es **capaz de identificar 4 usuarios diferentes**, incluso a los **niños de 6 años**.


Interpretación de VISIO CONTROL


La pérdida o el aumento de peso pueden ser calificados como positivos o negativos:

En efecto, puede perder peso al perder masa grasa, lo que representa una evolución positiva de su peso. Pero puede perder peso también al perder músculo, lo que supone una evolución negativa de su peso. Puede también ganar peso al ganar masa grasa, lo que representa una evolución negativa, y puede también ganar peso al ganar músculo, lo que supone una evolución positiva.


Si su peso no varía o si sus variaciones no son significativas, su evolución se considera estable.


• Pérdida de peso:

si es  pérdida de masa grasa ➔ Su dieta alimenticia y/o su actividad física actúan de manera beneficiosa en su composición corporal.
VISIO CONTROL está verde


si es  pérdida de músculos ➔ Modifique su alimentación dando prioridad a los azúcares lentos y a una actividad deportiva.
VISIO CONTROL está rosa

• Aumento de peso:

si  aumenta en músculos. ➔ Su actividad física actúa de manera beneficiosa en su composición corporal.
VISIO CONTROL está verde

si  aumenta la masa grasa. ➔ Modifique su alimentación, probablemente desequilibrada, aumentando el consumo de verduras y fruta, y disminuyendo el consumo de azúcares y grasa. Sería interesante practicar alguna actividad deportiva.
VISIO CONTROL está rosa

• Estabilidad:

si es  estable ➔ Su composición corporal permanece estable. Si desea influir en su composición corporal, diríjase a las indicaciones anteriores.
VISIO CONTROL está naranja



NOTA: VISIO CONTROL permanece encendido por completo durante la instalación de las pilas y después de que se pese por primera vez para indicar que se han registrado correctamente sus datos personales en la memoria.

Consejos de utilización

Para que este aparato proporcione unos perfectos resultados, es imprescindible que lo utilice en las siguientes condiciones:

- La medida corporal debe realizarse siempre en las mismas condiciones, preferentemente una vez a la semana al levantarse después de dormir (para no tener en cuenta las fluctuaciones de peso durante el día, relacionadas con la alimentación, la digestión o la actividad física del individuo), y 1/4 de hora después de levantarse, de tal manera, que el agua que su cuerpo contiene se distribuya por los miembros inferiores.
- No pesarse después de un esfuerzo físico. Esperar 6 u 8 horas para realizar una medida significativa o pesarse antes del esfuerzo.
- La medida debe realizarse OBLIGATORIAMENTE con los pies desnudos (en contacto directo con la piel). Los pies desnudos deben estar secos y bien colocados en los electrodos.
- Es importante comprobar que no existe ningún contacto:
 - entre las piernas (muslos, rodillas, pantorrillas), entre los pies.
 - Si fuera necesario, deslizar una hoja de papel entre las 2 piernas.

Modificación de las características personales (la edad o la estatura de los niños por ejemplo)

BodySignal está apagada.*

- 1- Presione una vez en ENTER.
- 2- Presione en < o > para seleccionar la memoria.
- 3- Presione en ENTER durante 5 segundos hasta que la figura comience a parpadear.
- 4- La figura parpadea: Si desea modificar el sexo, presione en < o >, y luego 1 vez en ENTER. Si no presione 1 vez en ENTER.
- 5- La edad parpadea: Si desea modificar la edad, presione en < o >, y luego 1 vez en ENTER. Si no presione 1 vez en ENTER.
- 6- La estatura parpadea: Si desea modificar la estatura, presione en < o >, y luego 1 vez en ENTER. Si no presione 1 vez en ENTER.

Los resultados de su anterior medida de peso se volverán a visualizar automáticamente, y a continuación la BodySignal se apagará.

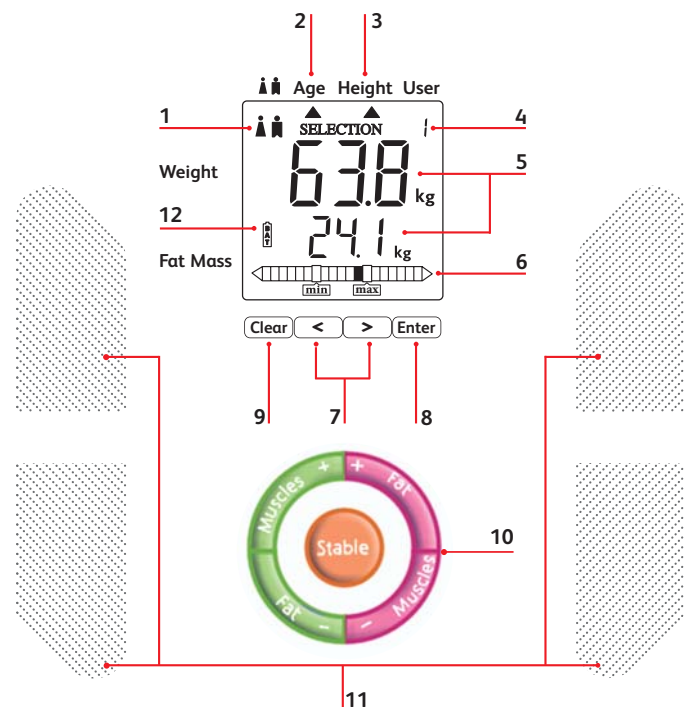
Vaciar una memoria

Cuando el 0 parpadee al indicar el número de memoria, esto significa que ya no hay memoria libre. Vacíe una de las 4 memorias y vuelva a introducir sus parámetros.

BodySignal está apagada.*

- 1- Presione 1 vez en ENTER
- 2- Presione en < o > para seleccionar la memoria.
- 3- Mantenga presionado el botón CLEAR durante 5 segundos.
- 4- Clr se visualizará.
- 5- Todos los datos de la memoria seleccionada se borran.
- 6- Deje que el aparato se apague antes de pesarse de nuevo.

* Debe activar la BodySignal Glass para acceder a esta función. Para esto, suba a la plataforma, espere a que se visualicen todos sus datos personales antes de bajarse y presionar en CLEAR y a continuación seguir las instrucciones a partir del punto 2.



Os diferentes desenhos destinam-se apenas a ilustrar as características das balanças BodySignal e BodySignal Glass, não reflectindo de forma exacta a realidade

A Sociedade TEFAL SAS reserva-se o direito de modificar em qualquer momento, no interesse do consumidor, as características ou componentes do produto.

Descrição

1. Seleção: Homem/Mulher.
2. Indicação da idade.
3. Indicação da altura em cm.
4. Visualização dos números de identificação dos 4 utilizadores.
5. Visualização dos diferentes valores: peso e massa gorda em kg.
6. Representação gráfica do valor da massa gorda e dos limites mínimo e máximo recomendados.
7. Botões de selecção.
8. Botão de validação para a introdução das características pessoais.
9. Botão de anulação da última introdução de características pessoais.
10. VISIO CONTROL: indicador luminoso da evolução da composição corporal da pessoa.
11. Eléctrodos para a colocação dos pés.
12. Indicador de pilhas gastas.

Uma nova abordagem do peso

O peso de um indivíduo, desde a infância, é um elemento determinante para a sua forma física, desempenho no plano desportivo e sensação de estar ou não “bem com seu corpo”. Não obstante, é possível que não consiga controlar com eficácia o peso ao longo do tempo caso desconheça a sua composição corporal (água, músculos, ossos e massa gorda).

Os músculos e a massa gorda, os principais componentes do peso, são indispensáveis para a vida numa distribuição equilibrada, que varia de acordo com o sexo, a idade e o tamanho.

- Possuir músculos permite praticar actividades físicas, levantar objectos, ser capaz de se deslocar sem dificuldades. Quanto maior for a massa muscular, mais energia consome, podendo, desta forma, ajudar no controlo do peso.

- A massa gorda funciona como isolante, protecção e reserva de energia.

É inerte e armazena a energia excedentária quando se come mais do que aquilo que se gasta.

O exercício físico trava-a, a inactividade aumenta-a. Em quantidade excessiva, torna-se perigosa para a saúde (riscos cardiovasculares, colesterol...).

Emagrecer de forma duradoura

No âmbito de uma dieta alimentar, a BodySignal ajuda-o a controlar a perda de massa gorda, ao mesmo tempo que assegura a manutenção apropriada da massa muscular. Na verdade, uma dieta inadequada pode levar à dissolução muscular. Uma vez que, são os músculos que consomem energia, se perdermos músculo, queimamos menos calorías e o corpo passa, então, a armazenar gordura.

Desta forma nunca ocorre, pois, uma perda duradoura da massa gorda sem manutenção da massa muscular. A BodySignal permite-lhe monitorizar a dieta e controlar o equilíbrio corporal ao longo do tempo.

Monitorizar o crescimento e prevenir a obesidade desde a infância

A BodySignal constitui um meio eficaz de despistar, desde a infância, os problemas de peso.

Com efeito, a idade do crescimento é o período em que os parâmetros do corpo humano mudam mais, tornando-se muitas vezes difícil detectar uma alteração... No entanto, quanto mais cedo for detectada uma tendência para a obesidade, mais eficazmente ela será tratada... evitando que a criança desenvolva um excesso de peso na idade adulta. A BodySignal foi concebida para a monitorização da composição corporal desde os 6 anos de idade.

Princípio de medição

Ao subir para a balança, com os pés descalços, uma corrente eléctrica de intensidade extremamente fraca é transmitida ao interior do corpo através dos eléctrodos. Esta corrente, enviada de um pé para o outro, depara-se com dificuldades a partir do momento em que tem de atravessar a gordura. Esta resistência do corpo, conhecida por impedância bio-eléctrica, varia em função do sexo, da idade e da altura do utilizador e permite determinar a massa gorda e os seus limites. Este aparelho não representa **qualquer perigo** dado que funciona com uma corrente fraca (4 pilhas de 1,5 V).

No entanto, existe o risco de uma medição falseada nos seguintes casos:

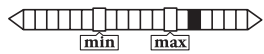
- Pessoas com febre.
- Crianças com menos de 6 anos de idade (aparelho não calibrado para valores inferiores a esta idade).
- Mulheres grávidas (ainda que sem perigo).
- Indivíduos sujeitos a diálise, pessoas com edemas nas pernas, pessoas que sofrem de dismorfia.

Atenção: é proibida a utilização deste aparelho por portadores de pacemakers ou qualquer outro material electrónico médico, devido aos riscos de perturbações ligados à corrente eléctrica.

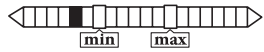
As funções da BODY SIGNAL

A BodySignal proporciona um seguimento personalizado:

- Mede e indica:
 - o peso em kg
 - a massa gorda em kg contida no seu corpo.
 Exibe este resultado num gráfico em função dos seus limites mínimo e máximo (calculados de acordo com o sexo, idade e altura).
 O objectivo é assegurar-se que o seu resultado se situa dentro dos limites.



Excesso de massa gorda.
Modifique os seus hábitos alimentares e pratique uma actividade física.



A massa gorda está abaixo do limite inferior.
Será aconselhável aumentar a massa gorda, na medida em que essa constitui a reserva de energia do corpo.

- Indica a verdadeira evolução do peso em termos de massa gorda ou muscular graças ao indicador luminoso "VISIO CONTROL".



Sempre que se pesar, o aparelho memoriza as composições corporais e aprende a conhecer melhor as variações naturais ligadas ao seu quotidiano (alimentação, hidratação, ritmo de vida...). Estas variações de peso "não significativas" não modificam, em caso algum, a sua composição corporal.

A BodySignal elimina estas variações e alerta-o apenas no caso de ocorrer uma alteração real da massa gorda ou muscular (no decorrer de uma dieta, por exemplo).

Deste modo, o peso ou a composição corporal podem variar ligeiramente sem que seja necessário alertá-lo para tal.

- Esta balança guarda na memória as suas características pessoais (sexo, idade, altura) e **reconhece-o automaticamente** na próxima pesagem.
- Tem **capacidade para identificar 4 utilizadores diferentes**, incluindo **crianças a partir dos 6 anos de idade**.

Interpretação do VISIO CONTROL

A perda ou o aumento de peso podem ser qualificados de positivos ou negativos:

Com efeito, pode perder peso enquanto perde massa gorda, o que representa uma evolução positiva do peso. Mas pode também perder peso e perder músculo, o que representa uma evolução negativa do peso. Pode ainda aumentar de peso enquanto aumenta de massa gorda, o que representa uma evolução negativa, mas pode também aumentar de peso enquanto ganha massa muscular, o que representa uma evolução positiva.

Se o peso não variar ou se as variações não forem significativas, a evolução é considerada estável.

- **Perda de peso:**

se for perda de massa gorda
VISIO CONTROL fica verde

⇒ O seu regime alimentar e/ou a sua actividade física actuam de forma benéfica na sua composição corporal

se for perda de músculos
VISIO CONTROL fica rosa

⇒ Modifique a alimentação privilegiando os açúcares lentos e uma actividade desportiva.

- **Aumento de peso:**

se for aumento dos músculos
VISIO CONTROL fica verde

⇒ A actividade física actua de forma benéfica na composição corporal.

se for aumento da massa gorda
VISIO CONTROL fica rosa

⇒ Modifique a alimentação, provavelmente desequilibrada, privilegie os legumes e as frutas, diminua o consumo de açúcares e gorduras e é aconselhável iniciar uma actividade desportiva.

- **Estabilidade:**

se for estável
VISIO CONTROL fica laranja

⇒ A composição corporal permanece estável. Se pretende fazer algo relativamente à composição corporal, consulte as indicações anteriores.



NB: o VISIO CONTROL fica totalmente ligado aquando da colocação das pilhas e depois de se pesar pela primeira vez de modo a assinalar o registo adequado dos dados pessoais na memória.

Conselhos de utilização

Para ficar totalmente satisfeito com este aparelho, é indispensável utilizá-lo nas seguintes condições:

- **A pesagem corporal tem de ser sempre efectuada em condições idênticas, preferencialmente uma vez por semana ao despertar** (para não tomar em linha de conta as flutuações de peso ao longo do dia ligadas à alimentação, à digestão ou à actividade física do indivíduo) e **1/4 de hora depois do despertar**, de modo a que a água contida no corpo se espalhe pelos membros inferiores.
- Não proceda à pesagem depois de um esforço físico. **Aguarde 6 ou 8 horas** para efectuar uma medição relevante ou pese-se antes do esforço.
- **A pesagem tem OBRIGATORIAMENTE de ser efectuada com os pés descalços** (contacto directo com a pele). Os pés descalços têm de estar secos e devidamente posicionados nos eléctrodos.
- **É importante verificar a inexistência de qualquer contacto:**
 - entre as pernas (coxas, joelhos, tornozelos), entre os pés.
 - Se necessário, coloque uma folha de papel entre as 2 pernas.

Modificação das características pessoais (a idade ou a altura das crianças, por exemplo)

A BodySignal está desligada.*

- 1- Prima ENTER 1 vez.
- 2- Prima < ou > para seleccionar a memória.
- 3- Prima ENTER durante 5 segundos até que a imagem humana comece a piscar.
- 4- A imagem humana pisca: se pretende modificar o sexo, prima < ou > e, de seguida, prima ENTER 1 vez. Caso contrário, prima ENTER 1 vez.
- 5- A idade pisca: se pretende modificar a idade, prima < ou > e, de seguida, prima ENTER 1 vez. Caso contrário, prima ENTER 1 vez.
- 6- A altura pisca: Se pretende modificar a altura, prima < ou > e, de seguida, prima ENTER 1 vez. Caso contrário, prima ENTER 1 vez.

Os resultados da pesagem anterior são exibidos de novo de forma automática e, depois, a BodySignal desliga-se.

Limpar uma memória

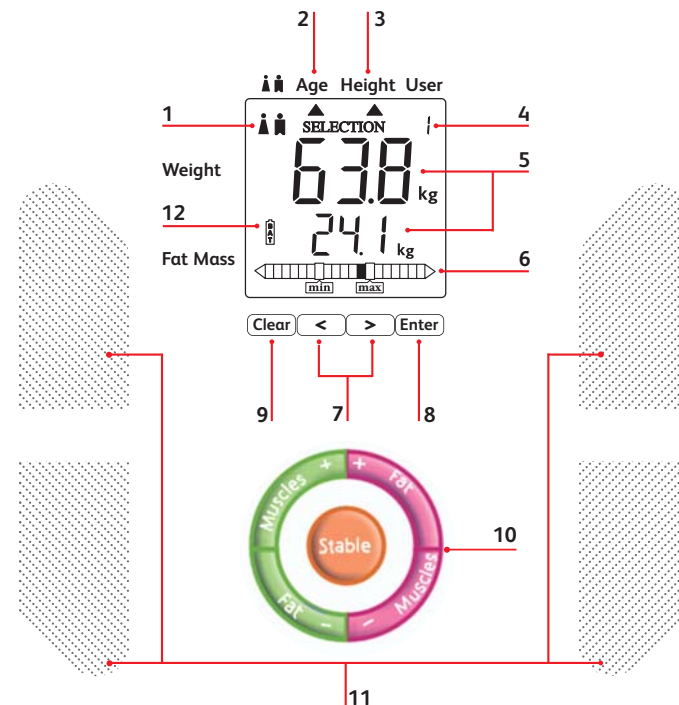
Quando 0 pisca para indicar o número na memória, isso significa que já não existe mais memórias livres. Limpe uma das 4 memórias e volte a introduzir os seus parâmetros.

A BodySignal está desligada.*

- 1- Prima ENTER 1 vez.
- 2- Prima < ou > para seleccionar a memória.
- 3- Mantenha premido o botão CLEAR durante 5 segundos.
- 4- É exibido Clr no visor.
- 5- São, então, apagados todos os dados da memória seleccionada.
- 6- Deixe o aparelho desligar-se antes de se pesar de novo.

* A BodySignal Glass tem de ser activada para aceder a esta função. Para tal, coloque-se sobre a base, aguarde pela exibição completa dos dados pessoais antes de descer da balança e premir CLEAR e, pros siga, então, com as manipulações a partir do ponto 2.

Cihazınız hakkında



Tanıtım broşüründe yer alan birbirinden farklı şekiller, BodySignal ve BodySignal Glass ürün özelliklerinin şekil üzerinde açıklanmasına yönelik olup, gerçekte ürünlerin ne şekil görüldüğü hakkında bir fikir vermez.

TEFAL SAS şirketi, tüketicinin menfaati açısından, ürünün parçalarını ve özelliklerini her zaman değiştirme hakkını saklı tutar.

Tanımlama

1. Kadın/Erkek Cinsiyet Seçici düğme.
2. Yaş göstergesi.
3. Cm cinsinden beden ölçüsü göstergesi.
4. 4 kişiye ait tanımlayıcı numaraların ekranda görüntülenmesini sağlayan fonksiyon.
5. Farklı değerleri görüntüleme : kg cinsinden ağırlık ve fazla kilo oranı.
6. Fazla kilo oranını belirten değer ve tavsiye edilen minimum ve maksimum limitlerin grafikli sunumu.
7. Fonksiyon seçme ve bir fonksiyondan diğerine geçme tuşları.
8. Kişiye ait özelliklerin algılanması sırasında bilgileri değerlendirme tuşu.
9. Kişiye özel kayda geçen son bilgiyi iptal etme tuşu.
10. VISIO CONTROL : Kişinin vücut yapısındaki gelişimi gösteren ışıklı gösterge.
11. Ayakları koymaya yarayan elektrotlar.
12. Pilin kullanım ömrünü belirten gösterge.

Kilonuzu ölçmede yeni bir devrim

Bir kişinin ağırlığı, daha çocuk sayılacak yaşlardan itibaren, kişinin kendini «vücuduyla barışık» hissedip hissetmeme hissi içinde, spora yönelik vücut performansını ve fiziksel biçimini belirleyen bir unsurdur. Bununla birlikte, eğer kişi vücut yapısını (vücuttaki su oranı, kaslar, kemikler ve yağ oranı) iyi tanımiyorsa, mevcut kilosunu zaman içinde etkin bir şekilde koruyamaz.

İnsan ağırlığının temelini teşkil eden vücuttaki yağ oranı ve kaslar, cinsiyete, yaşa ve vücut ölçüsüne göre değişen dengeli bir dağılım içinde yaşamsal olarak gereklidir.

- Kaslı bir vücuda sahip olmak, bedensel hareketlerin kolayca yapılmasına, cisimlerin kaldırılmasına, hiç tereddütsüz hareket kabiliyetinin artmasına olanak sağlar. Vücuttaki kas ağırlığı ne kadar fazla ise, vücut o kadar enerji harcar ve böylelikle kilonun kontrol edilmesine yardımcı olur.
- Vücuttaki yağ oranı, enerjini hapseder, enerjinin vücutta kalmasına ve depolanmasına yol açar. Eğer harcadığınız enerjiden çok daha fazla yemek yiyorsanız, vücutta yağ birikir ve vücut fazla enerjiyi depolar. Bedensel egzersizler bu durumu frenler, hareketsizlik ise yağ oranını artırır. Yüksek oranlardaki yağ miktarı, sağlık için tehlike (kalp-damar hastalıkları, kolesterol riski...) arz eder.

Kalıcı Zayıflık

Bir rejim dahilinde, BodySignal, kas ağırlığınızı tamamen muhafaza ederek, vücuttaki yağ ağırlığı kaybının kontrol edilmesini sağlar. Sonuç olarak, kötü uygulanan bir gıda rejimi kas erimesine neden olabilir. Oysa ki enerjinin tüketilmesini sağlayan kaslardır. Eğer kas kaybı mevcutsa, vücutta daha az kalori yakılır ve bu durumda vücut yağ depolar. Vücuttaki kas oranı korunmaksızın, yağ oranında kalıcı bir azalma görülmez. BodySignal uyguladığınız rejimi sizin kontrol etmenizi sağlar ve zaman içinde vücudun kendi dengesini bulmasına olanak verir.

Vücuttaki gelişmenin gözlenmesi ve çocuk yaşlardan itibaren obezitenin önlenmesi

BodySignal, ilk gençlik yıllarından itibaren, kilo sorunlarının saptanmasında etkili bir araçtır. Sonuç itibarıyla, gelişme çağı insan vücudu parametrelerinin en fazla değişim gösterdiği dönemdir, ve. bu sürecin sonraki dönemde bir türevini oluşturmak çok zordur. Oysa ki, örneğin obezliğe yatkın olma durumu, erken teşhis edildiği takdirde olduğundan çok daha etkin bir şekilde tedavi edilir. Bu da, çocuğun yetişkin olduğunda aşırı kilolu olmasını engeller. BodySignal, vücut yapısının 6 yaşından başlayarak izlenmesi amacıyla tasarlanmıştır.

Tartılma Prensipleri

Tartıya çıplak ayak çıktığınızda, çok düşük yağlılıkteki bir elektrik akımı, elektrotlar aracılığıyla vücuda aktarılır. Bir ayakta diğerine geçen bu akım, yağlı bölgelerden geçmek istediğinde birtakım engellere maruz kalır.

Bio-elektrik empedansı adı verilen vücuttaki bu direnç, ürün kullanıcısının cinsiyetine, yaşına, vücut ölçülerine göre farklılık gösterir ve vücuttaki yağ oranının ve sınırlarının belirlenmesini sağlar. Bu cihaz, **hiçbir tehlike** oluşturmaz çünkü çok düşük bir akımla çalışmaktadır (1,5 voltluk 4 pil). Bununla birlikte, aşağıdaki şu durumlarda, yanlış bir ölçüm riski vardır :

- Ateşi çıkmış kişilerde.
- 6 yaşından küçük çocuklarda (cihaz bu yaş diliminden küçük çocuklar için ayarlanamamaktadır).
- Hamile kadınlarda (bununla birlikte tehlikesi yoktur).
- Diyalize bağlı kişilerde, bacaklarında ödem olan kişilerde, (şekil bozukluğu) dismorfik rahatsızlığı bulunan kişilerde.

Dikkat: bu cihazın kullanımı, vücudunda pace-maker veya başka medikal elektronik alet taşıyan kişilerde kullanılmamalıdır. Bu aletlerde, elektrik akımına bağlı işleyiş bozukluğu oluşabilir.

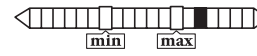
BODYSIGNAL' in İşlevleri

BodySignal kişisel bir gözlem sağlar :

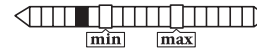
- tartar et görüntüleri :
 - kg cinsinden kilonuzu
 - kg cinsinden vücudunuzdaki yağ oranını.

Bu sonucu, (cinsiyetinize, yaşınıza ve vücut ölçünüze göre belirlenen) minimum ve maksimum değer limitleriniz dahilinde, bir grafik üzerinde gösterir.

Amaç, ölçümlerinizi elde edilen bu değer aralığının belirtilen sınırlar dahilinde olmasını sağlamaktır.



Vücudunuzda aşırı bir yağlanma mevcutsa, Beslenme düzeninizi değiştirin ve bedeninizi çalıştırın.



Vücudunuzdaki yağ miktarı alt sınırın altında ise, Vücudunuzdaki yağ miktarını arttırmak uygun olacaktır, zira bu vücudunuzun enerji deposudur.

- "VISIO CONTROL" ışıklı gösterge sayesinde, cihaz, yağ veya kas oranı açısından kilonuzdaki değişimi belirtir.



Siz tartıldıkça, cihaz vücuttaki yapısal değişimleri hafızaya alır ve günlük yaşantınıza (beslenme, nem oranı, yaşam temposu...) bağlı doğal değişimleri daha iyi tanımaya başlar. "Belirleyici bir özelliği bulunmayan" kilonuza bağlı bu değişimler hiçbir şekilde vücut yapınızda bir değişikliğe yol açmaz.

BodySignal bu değişimleri ortadan kaldırır ve yağ veya kas oranlarınızda gerçek anlamda bir değişiklik mevcutsa sadece bu konuda sizi uyarır (örneğin uygulanan bir rejim esnasında).

Böylece, kilonuz veya vücut yapınız, size hissettirmeden yavaş yavaş değişmeye başlar.

- Bu tartı, kişisel verilerinizi (cinsiyet, yaş, beden) hafızaya alır, saklar ve bir sonraki tartılmanızda **otomatik olarak sizi tanımlar**.
- **4 farklı kişinin bilgilerini ayırma ve tanımlama kapasitesine sahiptir**, bu kategoriye **6 yaşın üzerindeki çocuklar da dahildir**.

VISIO CONTROL Açıklaması

Kilo kaybetme veya kilo alma pozitif veya negatif olarak nitelendirilebilir :

Sonuç itibarıyla, yağ oranınızda düşüş yaşanırken kilo kaybedebilirsiniz, bu kilonuzdaki pozitif bir gelişimi ifade eder. Ancak, kas kaybından dolayı da kilo verebilirsiniz, bu durum kilonuzda negatif bir gelişim olduğunu gösterir. Yağ oranınızdaki artışla beraber kilo alabilirsiniz, bu negatif bir gelişimin göstergesidir, ama kas oranınızdaki artışla da kilo alabilirsiniz ki bu, pozitif bir gelişimin ifadesidir.

Eğer kilonuzda bir değişiklik olmuyorsa veya değişiklikler kayda değer ölçüde değilse, vücuttaki gelişme sabit olarak kabul edilir.

• Kilo kaybı :



yağ oranı kaybı mevcutsa

VISIO CONTROL yeşil renktedir



Beslenme düzeniniz ve/veya fiziksel faaliyetiniz bedensel içeriğinizin üzerinde olumlu bir etki göstermektedir.



Kas kaybı mevcutsa

VISIO CONTROL pembe renktedir



Hafif şekerli gıdalara öncelik vererek beslenme düzeninizi değiştirin ve spor yapın.

• Kilo alma :



kas artışı varsa

VISIO CONTROL yeşil renktedir



Fiziksel faaliyetiniz, vücut yapınız üzerinde olumlu etki yapıyor.



yağ artışı varsa

VISIO CONTROL pembe renktedir



Dengesiz olan beslenme düzeninizi değiştirin, sebze ve meyvelere öncelik verin, şekerli ve yağlı besinlerin tüketimini azaltın ve mutlaka spor yapın.

• Sabit :



değerler sabitse,

VISIO CONTROL turuncu renktedir



Vücut yapınızda bir değişim yok. Vücut yapınızda bir etki oluşmasını isterseniz, önceki bilgilere başvurun.



NOT : Pillerin cihaza takılması esnasında ve ilk tartılmanızdan sonra kişisel verilerin düzgün şekilde hafızaya alınması amacıyla VISIO CONTROL tamamıyla açık kalır.

Kullanım önerileri

Bu cihazdan memnun kalmanız için, cihazı **ashağıdaki koşullar** dahilinde kullanmanız gerekir :

- **Tartılma işlemi, her zaman aynı koşullarda, tercihen haftada bir defa uyanır uyanmaz** (bu, kişinin gün içindeki beslenme, sindirim veya fiziksel faaliyetine bağlı olarak meydana gelen dalgalanmalardan etkilenmemesi için önerilir), ve vücudunuzdaki suyun tüm iç organlara eşit oranda dağılmasını sağlayacak şekilde, **yataktan kalktıktan 1/4 saat sonra gerçekleştirilmelidir.**
- Yoğun şekilde efor sarf ettiyseniz tartılmayın. Doğru sonucu almak için **6 veya 8 saat** bekleyin veya efor sarf etmeden önce tartılın.
- **KESİNLİKLE çıplak ayak tartılın** (cildinizle doğrudan temas olmalıdır).
"ıplak ayaklarınız ıslak olmamalıdır ve elektrotlar üzerine tam yerleştirilmelidir.
- **Vücudunuzla hiçbir şeyin temas etmemesine dikkat edin :**
- bacaklarınız (kalçalar, dizkapakları, baldırlar), ayaklarınız arasında.
Gerekirse, iki bacağınızın arasına bir kağıt yerleştirin.

— Kişisel Özelliklere ilişkin bilgilerin değiştirilmesi (örneğin çocukların yaşı veya beden ölçüsü)

BodySignal çalışmıyorken.*

- 1- ENTER tuşuna bir kez basın.
- 2- Hafızayı seçmek için < veya > üzerine basın.
- 3- Tartının üzerine çıkan kişiye ait bilgiler yanıp sönmeye başlayınca kadar 5 saniye boyunca ENTER tuşuna basın.
- 4- Kişi verileri yanıp sönmeye başlar : Eğer cinsiyet bilgisini değiştirmek istiyorsanız, < veya > üzerine basın, sonra 1 kez ENTER'a basın. Aksi takdirde bir kez ENTER'a basın.
- 5- Yaş bilgisi yanıp sönmeye başlar : Yaş bilgisini değiştirmek isterseniz, < veya > üzerine basın, sonra 1 kez ENTER'a basın. Aksi takdirde, 1 kez ENTER'a basın.
- 6- Vücut ölçü bilgisi yanıp sönmeye başlar : Vücut ölçü bilgisini değiştirmek isterseniz, < veya > üzerine basın, sonra 1 kez ENTER'a basın. Aksi takdirde, 1 kez ENTER'a basın.

Bir önceki tartılmanızda elde edilen sonuçlar otomatik olarak yeniden ekranda belirir, ardından BodySignal kapanır.

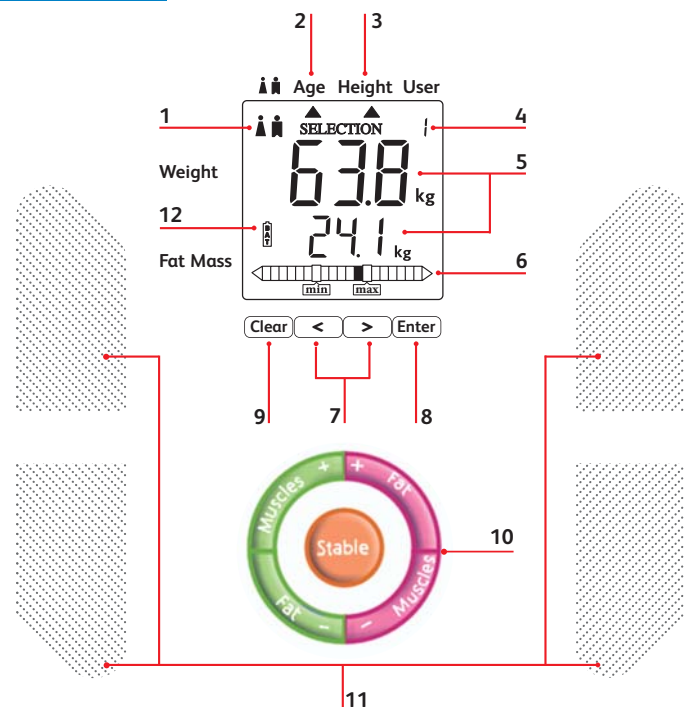
Hafızayı silmek için

Hafıza numarasını belirtirken 0 yanıp sönmeye başlarsa, bu durum hafızada hiç yer kalmadığını gösterir. 4 hafızadan birini boşaltın ve parametrik değerleriniz yeniden kaydedin.

BodySignal çalışmıyorken.*

- 1- ENTER tuşuna bir kez basın.
- 2- Hafızayı seçmek için < veya > üzerine basın.
- 3- 5 saniye boyunca CLEAR tuşunu basılı tutun.
- 4- Ekranda « Clr » ibaresi belirir.
- 5- Seçili hafızadaki tüm veriler silinir.
- 6- Yeniden tartılmadan önce cihazı kapalı tutun.

* BodySignal Glass'in bu işlevi yerine getirmesi için aktive edilmesi gerekir. Bunun için, tartının üzerine çıkın, tekrar tartıdan inmeden, CLEAR tuşuna basmadan ve ardından etap 2'den başlayarak elle işlemleri uygulamadan önce kişisel verilerinizin tam olarak görüntülenmesini bekleyin.



Τα διάφορα σχέδια προορίζονται αποκλειστικά για την απεικόνιση των χαρακτηριστικών του BodySignal και του BodySignal Glass και δεν ανταποκρίνονται απόλυτα στην πραγματικότητα.

Η εταιρεία TEFAL SAS επιφυλάσσει το δικαίωμα να τροποποιεί οποιαδήποτε στιγμή, για το συμφέρον του καταναλωτή, χαρακτηριστικά ή συστατικά μέρη του προϊόντος.

Περιγραφή

1. Επιλογή Άνδρας / Γυναίκα.
2. Ένδειξη της ηλικίας.
3. Ένδειξη του ύψους σε cm.
4. Εμφάνιση των αναγνωριστικών αριθμών των 4 ατόμων.
5. Εμφάνιση των διαφόρων τιμών: βάρος και λιπώδης μάζα σε kg.
6. Γραφική αναπαράσταση της τιμής της λιπώδους μάζας και των συνιστώμενων κατώτατων και ανώτατων ορίων.
7. Πλήκτρα επιλογής
8. Πλήκτρο επιβεβαίωσης κατά την πληκτρολόγηση των ατομικών χαρακτηριστικών.
9. Πλήκτρο ακύρωσης της τελευταίας πληκτρολόγησης των ατομικών χαρακτηριστικών.
10. VISIO CONTROL: φωτεινή ένδειξη της εξέλιξης της σύνθεσης του σώματος του ατόμου.
11. Ηλεκτρόδια πάνω στα οποία πρέπει να τοποθετούνται τα πόδια.
12. Δείκτης φόρτισης των μπαταριών.

Καινούργια προσέγγιση του βάρους

Το βάρος του ατόμου από την παιδική ηλικία αποτελεί καθοριστικό παράγοντα για τη σωματική φόρμα του, την επίδοσή του στον αθλητισμό και την εντύπωση ότι αισθάνεται ή δεν αισθάνεται άνετα με το σώμα του. Ωστόσο, δεν μπορεί να ελέγχει αποτελεσματικά το βάρος του με τα χρόνια, αν αγνοεί τη σύνθεση του σώματός του (νερό, μύες, κόκαλα και λιπώδη μάζα).

Οι μύες και η λιπώδης μάζα από τα οποία αποτελείται κυρίως το βάρος του είναι απαραίτητα για τη ζωή σε ισορροπημένες αναλογίες οι οποίες ποικίλουν ανάλογα με το φύλο, την ηλικία και το ύψος.

- Το γεγονός ότι έχει κανείς μύες επιτρέπει στο άτομο να ασκεί σωματικές δραστηριότητες, να σηκώνει αντικείμενα και να είναι ικανό να μετακινείται χωρίς κόπο. Όσο μεγαλύτερη είναι η μάζα των μυών τόσο περισσότερη ενέργεια καταναλώνει και μπορεί να βοηθά στον έλεγχο του βάρους.

- Η λιπώδης μάζα χρησιμεύει σαν μονωτικό, για προστασία και ως απόθεμα ενέργειας. Είναι αδρανής και αποθηκεύεται σαν περίσσια ενέργεια όταν τρώει κανείς περισσότερο από ό,τι καταναλώνει.

Η σωματική άσκηση φρενάρει αυτό το φαινόμενο ενώ η αδράνεια το αυξάνει. Σε μεγάλη ποσότητα, γίνεται επικίνδυνη για την υγεία (καρδιαγγειακά προβλήματα, ανεβασμένη χολεστερίνη κλπ).

Αδυνάτισμα με διάρκεια

Όταν κάνετε δίαιτα, ο BodySignal σας βοηθά να ελέγχετε την απώλεια λιπώδους μάζας φροντίζοντας ταυτόχρονα για τη σωστή διατήρηση της μυϊκής μάζας. Πράγματι, η ακατάλληλη δίαιτα μπορεί να οδηγήσει σε απώλεια μυϊκής μάζας. Όμως, την ενέργεια την καταναλώνουν οι μύες.

Όταν χάνει κανείς μυϊκή μάζα, καίει λιγότερες θερμίδες και το σώμα τότε αποθηκεύει λίπος. Επομένως, δεν μπορεί να υπάρξει διαρκής απώλεια της λιπώδους μάζας χωρίς διατήρηση της μυϊκής μάζας. Ο BodySignal χρησιμεύει για την καθοδήγηση της διαίτας σας και της σωματικής ισορροπίας σας μακροπρόθεσμα.

Παρακολούθηση της ανάπτυξης και πρόληψη της παχυσαρκίας από την παιδική ηλικία

Ο BodySignal είναι ένα αποτελεσματικό μέσο για τον εντοπισμό των προβλημάτων υπερβολικού βάρους από την παιδική ηλικία.

Πράγματι, η ηλικία της ανάπτυξης είναι μια περίοδος κατά την οποία οι παράμετροι του ανθρώπινου σώματος αλλάζουν περισσότερο και συχνά είναι δύσκολο να εντοπίσει κανείς τα προβλήματα... Επομένως, η τάση παχυσαρκίας αντιμετωπίζεται ευκολότερα όταν ανιχνευτεί κατά την παιδική ηλικία... και έτσι αποφεύγονται τα προβλήματα παχυσαρκίας κατά την ώριμη ηλικία. Ο BodySignal έχει σχεδιαστεί για την παρακολούθηση της σύνθεσης του σώματος από την ηλικία των 6 ετών.

Η αρχή της μέτρησης

Όταν ανεβαίνετε στη ζυγαριά ξυπόλητος(η) μεταδίδεται ηλεκτρικό ρεύμα πολύ μικρής έντασης στο εσωτερικό του σώματος με τα ηλεκτρόδια.

Το ρεύμα αυτό μεταδιδόμενο από το ένα πόδι στο άλλο συναντά δυσκολίες όταν χρειάζεται να διασχίσει στρώμα λίπους.

Αυτή η αντίσταση του σώματος, η λεγόμενη βιοηλεκτρική σύνθετη αντίσταση ποικίλει ανάλογα με το φύλο, την ηλικία και το ύψος του χρήστη και επιτρέπει τον προσδιορισμό της λιπώδους μάζας και των ορίων της.

Αυτή η συσκευή δεν ενέχει **κανένα κίνδυνο** διότι λειτουργεί με πολύ χαμηλό ρεύμα (4 μπαταρίες των 1,5 V).

Ωστόσο, υπάρχουν κίνδυνοι λανθασμένης μέτρησης στις εξής περιπτώσεις:

- Άτομα που έχουν πυρετό.
- Παιδιά κάτω των 6 ετών (η συσκευή δεν έχει βαθμονομηθεί για κάτω από αυτή την ηλικία).
- Έγκυες γυναίκες (ωστόσο χωρίς κίνδυνο).
- Άτομα που κάνουν αιμοκάθαρση, άτομα με οιδήματα στα πόδια και άτομα που πάσχουν από δυσμορφία.

Προσοχή: η χρήση αυτής της συσκευής απαγορεύεται στα άτομα που φέρουν βηματοδότες ή άλλες ηλεκτρονικές ιατρικές συσκευές λόγω παρεμβολών του ηλεκτρικού ρεύματος.

Οι λειτουργίες του BODY SIGNAL

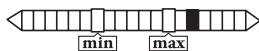
Το BodySignal παρέχει εξατομικευμένη παρακολούθηση:

• Μετρά και εμφανίζει:

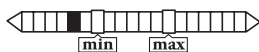
- Το βάρος σας σε kg
- Τη λιπώδη μάζα σε δώ που περιέχει το σώμα σας.

Εμφανίζει αυτό το αποτέλεσμα σε γραφική παράσταση ανάλογα με τα κατώτατα και ανώτατα όριά σας (υπολογίζονται ανάλογα με το φύλο, την ηλικία και το ύψος σας).

Στόχος είναι να βεβαιωθείτε ότι βρίσκεστε εντός των ορίων.



Έχετε περίσσια λιπώδη μάζα. Αλλάξτε τις διατροφικές συνήθειές σας και επιδοθείτε σε μια σωματική δραστηριότητα.



Η λιπώδης μάζα σας βρίσκεται κάτω από το κατώτατο όριο. Συνιστάται να αυξήσετε τη λιπώδη μάζα σας διότι η μάζα αυτή αποτελεί απαραίτητο απόθεμα ενέργειας για το σώμα.

• Δείχνει την αληθινή εξέλιξη του βάρους σας σε λιπώδη ή μυϊκή μάζα χάρη στη φωτεινή ένδειξη "VISIO CONTROL".



Κάθε φορά που ζυγίζεστε, η συσκευή απομνημονεύει τη σύνθεση του σώματός σας και μαθαίνει να γνωρίζει καλύτερα τις φυσικές διακυμάνσεις σας που σχετίζονται με την καθημερινή ζωή σας (διατροφή, ενυδάτωση, ρυθμός ζωής κλπ). Αυτές οι "ασήμαντες" διακυμάνσεις βάρους δεν αλλάζουν σε καμία περίπτωση τη σύνθεση του σώματός σας.

Το BodySignal εξαλείφει αυτές τις διακυμάνσεις και σας προειδοποιεί όταν υπάρχει πραγματική αλλαγή στη λιπώδη ή τη μυϊκή μάζα του σώματός σας (π.χ. όταν κάνετε δίαιτα). Έτσι, το σώμα σας ή η σύνθεση του σώματός σας μπορεί να αλλάζουν λιγάκι χωρίς όμως να χρειαστεί να σας προειδοποιήσει.

- Αυτή η ζυγαριά κρατά στη μνήμη τα ατομικά χαρακτηριστικά σας (φύλο, ηλικία, ύψος) και **σας αναγνωρίζει αυτόματα** κάθε φορά που ζυγίζεστε.
- Είναι **ικανή να αναγνωρίσει 4 διαφορετικούς χρήστες**, συμπεριλαμβανομένων των παιδιών από την ηλικία των 6 ετών.

Ερμηνεία του VISIO CONTROL

Η απώλεια ή η αύξηση βάρους μπορεί να χαρακτηριστεί θετική ή αρνητική:

Πράγματι, μπορείτε να χάσετε βάρος χάνοντας λιπώδη μάζα πράγμα που αντιπροσωπεύει θετική εξέλιξη για το βάρος σας. Όμως, μπορείτε επίσης να χάσετε βάρος χάνοντας μυϊκή μάζα πράγμα που αντιπροσωπεύει αρνητική εξέλιξη για το βάρος σας. Μπορείτε ακόμα να πάρετε βάρος κερδίζοντας λιπώδη μάζα πράγμα που αντιπροσωπεύει αρνητική εξέλιξη, όπως μπορείτε να πάρετε βάρος κερδίζοντας μυϊκή μάζα πράγμα που αντιπροσωπεύει θετική εξέλιξη.

Αν το βάρος σας δεν αλλάζει ή αν οι διακυμάνσεις που παρουσιάζετε δεν είναι σημαντικές, η κατάσταση σας θεωρείται σταθερή.

• Απώλεια βάρους:



ή απώλεια λιπώδους μάζας

το VISIO CONTROL είναι πράσινο

➡ Η δίαιτά σας ή/και η σωματική δραστηριότητά σας ενεργούν ευεργετικά στη σύνθεσή του σώματός σας.



ή απώλεια μυϊκής μάζας

το VISIO CONTROL είναι ροζ

➡ Αλλάξτε τη διατροφή σας, προτιμάτε τους υδατάνθρακες και αθληθείτε.

• Αύξηση βάρους:



ή αύξηση μυϊκής μάζας

το VISIO CONTROL είναι πράσινο

➡ Η σωματική δραστηριότητά σας έχει ευεργετική επίδραση στη σύνθεση του σώματός σας.



ή αύξηση λιπώδους μάζας

το VISIO CONTROL είναι ροζ

➡ Αλλάξτε τη διατροφή σας η οποία πιθανόν δεν είναι σωστή, τρώτε περισσότερα λαχανικά, φρούτα, μειώστε την κατανάλωση σακχάρων και λίπους και αθληθείτε.

• Σταθερότητα:



ή σταθερό

το VISIO CONTROL είναι πορτοκαλί

➡ Η σύνθεση του σώματός σας είναι σταθερή. Αν θέλετε να αλλάξετε τη σύνθεση του σώματός σας, ανατρέξτε στις προηγούμενες ενδείξεις.



Σημείωση: Το VISIO CONTROL ανάβει τελείως όταν τοποθετείτε τις μπαταρίες και ύστερα και όταν ζυγιστείτε για πρώτη φορά επισημαινώντας έτσι τη σωστή καταχώρηση των ατομικών στοιχείων σας στη μνήμη.

Οδηγίες χρήσης

Προκειμένου η συσκευή αυτή να σας προσφέρει απόλυτη ικανοποίηση, πρέπει να τη χρησιμοποιείτε οπωσδήποτε κάτω από τις **εξής συνθήκες**:

- **Πρέπει να ζυγίζετε πάντα υπό τις ίδιες συνθήκες, κατά προτίμηση μια φορά την εβδομάδα** το πρωί (για να μην λαμβάνονται υπόψη οι διακυμάνσεις βάρους κατά τη διάρκεια της ημέρας, η πέψη και η σωματική δραστηριότητα του ατόμου), και 15 λεπτά αφού σηκωθείτε, ώστε το νερό που περιέχει το σώμα σας να έχει καταναμηθεί στα κάτω μέλη.
- Μην ζυγίζετε μετά από σωματική άσκηση. **Περιμένετε 6 έως 8 ώρες** για να κάνετε σημαντική μέτρηση ή μετρηθείτε πριν από την άσκηση.
- **Τη μέτρηση πρέπει να την κάνετε ΟΠΩΣΔΗΠΟΤΕ Ξυπόλυτος(η)** (άμεση επαφή με το δέρμα). Τα γυμνά πόδια πρέπει να είναι στεγνά και να πατούν πάνω στα ηλεκτρόδια.
- **Είναι σημαντικό να βεβαιώνεστε ότι δεν υπάρχει καμία επαφή:**
 - ανάμεσα στα πόδια (μηρούς, γόνατα, γάμπες), ανάμεσα στα πέλματα.
 - Αν χρειαστεί, τοποθετήστε ένα φύλλο χαρτιού ανάμεσα στα 2 πόδια σας.

Αλλαγή των ατομικών χαρακτηριστικών (π.χ. ηλικία ή ύψος των παιδιών)

BodySignal είναι εκτός λειτουργίας.*

- 1 - Πατήστε μια φορά ENTER.
- 2 - Πατήστε < ή > για να επιλέξετε τη μνήμη σας.
- 3 - Πατήστε ENTER για 5 δευτερόλεπτα έως ότου το ανθρωπάκι αρχίσει να αναβοσβήνει.
- 4 - Το ανθρωπάκι αρχίζει να αναβοσβήνει: Αν θέλετε να αλλάξετε το φύλο, πατήστε < ή > και κατόπιν 1 φορά ENTER. Διαφορετικά, πατήστε 1 φορά ENTER.
- 5 - Η ηλικία αρχίζει να αναβοσβήνει: Αν θέλετε να αλλάξετε την ηλικία, πατήστε < ή > και κατόπιν 1 φορά ENTER. Διαφορετικά, πατήστε 1 φορά ENTER.
- 6 - Το ύψος αρχίζει να αναβοσβήνει: Αν θέλετε να αλλάξετε το ύψος, πατήστε < ή > και κατόπιν 1 φορά ENTER. Διαφορετικά, πατήστε 1 φορά ENTER.

Τα αποτελέσματα του προηγούμενου ζυγίσματος εμφανίζονται αυτόματα και κατόπιν ο BodySignal σβήνει.

Σβήσιμο μνήμης

Όταν το 0 αναβοσβήνει για ένδειξη αριθμού μνήμης σημαίνει ότι δεν υπάρχει πλέον ελεύθερη μνήμη. Σβήστε μια από τις 4 μνήμες και εισάγετε και πάλι τις παραμέτρους σας.

Ο BodySignal είναι εκτός λειτουργίας.*

- 1 - Πατήστε μια φορά ENTER.
- 2 - Πατήστε < ή > για να επιλέξετε τη μνήμη.
- 3 - Κρατήστε πατημένο το πλήκτρο CLEAR για 5 δευτερόλεπτα.
- 4 - Εμφανίζεται ε"ι.
- 5 - Όλα τα δεδομένα της μνήμης που έχετε επιλέξει σβήνουν.
- 6 - Αφήστε τη συσκευή να σβήσει πριν ζυγιστείτε και πάλι.

* Ο BodySignal Glass πρέπει να είναι ενεργοποιημένος για να αποκτήσετε πρόσβαση σε αυτή τη λειτουργία. Γι' αυτό, ανεβείτε στη ζυγαριά, περιμένετε να εμφανιστούν όλα τα ατομικά στοιχεία σας πριν ξανακατέβετε, πατήστε CLEAR και συνεχίστε τους χειρισμούς από το σημείο 2 και μετά.



Participons à la protection de l'environnement !

- Votre appareil contient de nombreux matériaux valorisables ou recyclables.
- Confiez celui-ci dans un point de collecte ou à défaut dans un centre service agréé pour que son traitement soit effectué.



Wees vriendelijk voor het milieu !

- Uw apparaat bevat materialen die geschikt zijn voor hergebruik.
- Lever het in bij het milieustation in uw gemeente of bij onze technische dienst.



Schützen Sie die Umwelt!

- Ihr Gerät enthält mehrere unterschiedliche, wiederverwertbare Wertstoffe.
- Bitte geben Sie Ihr Gerät zum Entsorgen nicht in den Hausmüll, sondern bringen Sie es zu einer speziellen Entsorgungsstelle für Elektrokleingeräte (Wertstoffhof).



Partecipiamo alla protezione dell'ambiente !

- Il vostro apparecchio è composto da diversi materiali che possono essere riciclati.
- Lasciatelo in un punto di raccolta o presso un Centro Assistenza Autorizzato.



¡Participe en la conservación del medio ambiente!

- Este aparato contiene numerosos materiales reciclables y valorizables
- Al final de la vida útil del aparato, llévelo a un punto de recogida selectiva para que efectúen su tratamiento.



Protecção do ambiente em primeiro lugar!

- O seu produto contém materiais que podem ser recuperados ou reciclados.
- Entregue-o num ponto de recolha para possibilitar o seu tratamento.



Podílejme se na ochraně životního prostředí!

- Váš přístroj obsahuje četné vhodnotitelné nebo recyklovatelné materiály.
- Svěřte jej sběrnému místu nebo, neexistuje-li, smluvnímu servisnímu středisku, kde s ním bude naloženo odpovídajícím způsobem.



Ας συμβάλλουμε κι εμείς στην προστασία του περιβάλλοντος!

- Η συσκευή σας περιέχει πολλά αξιοποιήσιμα ή ανακυκλώσιμα υλικά.
- Παραδώστε τη παλιά συσκευή σας σε κέντρο διαλογής ή ελλείψει τέτοιου κέντρου σε εξουσιοδοτημένο κέντρο σέρβις το οποίο θα αναλάβει την επεξεργασία της.